

県北域内研修

～第1回スキルアップ教室～

6月21日(金) in 富田たのしい教室

『第1回スキルアップ教室』を川俣町の「富田たのしい教室」(富田小学校)で実施しました。今回のスキルアップ教室は、すぐにできる簡単な運動を福島県レクリエーション協会の鈴木道代さんに教えていただきました。



『レクリエーション教室』

福島県レクリエーション協会 鈴木道代氏

“すぐにできる簡単な運動”をテーマに『レクリエーション教室』を実施しました。

前半部分では、子ども教室のスタッフ向けに、参加者全員が実際に体を動かしながら演習を行いました。簡単な動きが多いものの、手を取りながらみんなで声を出しながらやると、とても楽しく感じられ、笑顔が絶えませんでした。

後半部分は、富田たのしい教室の児童26名と鈴木先生がレクリエーションを楽しみました。子どもたちは、やったことがない運動をやるたびに大はしゃぎでした。大人と子どもと一緒に楽しめるメニューばかりで、これからの子ども教室ですぐに使いそうです。また、一体感が得られる運動が多く、協調性や協力性が養えるよさもありました。

体を動かすことは、だれにとっても心地のよいことです。子どもたちと一緒にいい汗をかくことが出来ました。



【参加者から】

- ・子どもたちと限られたスペースでできる遊びを見つけられた。
- ・少人数でも出来る遊びがたくさんあったので、自分の子ども教室でもやってみたい。
- ・いろいろなゲームを知っていると子どもたちと一緒に過ごすのが楽しくなると思う。
- ・「笑顔」「声は大きく」「動作ははっきり」はとても大切だと思った。

「レクリエーション教室」を通して、たくさんの運動を覚えることができました。子ども教室でぜひ実践してもらいたいです。開催にあたって川俣町教育委員会をはじめ関係者の皆様のご協力に感謝いたします。本当にありがとうございました。



【今回取り上げた運動】

- ゲーパ（グーを胸にパーを突き出す運動を交互に入れ替えてそれを繰り返す。）
- お皿と団子（二人組になる。片手にお皿を、もう片手に団子を作る。相手のお皿に自分の団子をのせ、相手の団子を自分のお皿にのせる。かけ声に合わせてお皿と団子を交換する。たなばたさま等の歌を歌いながらだと楽しい。）
- ペア、言われた人だけ（フルーツバスケットの応用。ペアになり、おにが指定したものに該当する人はペアを替える。めがねをかけている人など。）
- 重ね手たたき（5・6人ぐらいのグループを作り、手を重ねていく。「ハイ」のかけ声で一番下の人の上へ、「イハ」のかけ声で一番上の人の下へを繰り返す。「ドン」のかけ声で一番下の人の上から手をたたく。もちろん逃げててもOK）
- おはじきビンゴ（グループになり、一人3個ずつおはじきをにぎる。一斉にいくつかおはじきを出し、合計の数でビンゴを行う。）
- 後出しじゃんけんゲーム（指導者の後に勝つように後出しでじゃんけんをする。または、負けるように後出しでじゃんけんをする。）
- じゃんけんお開き（ペアでじゃんけんし、負けると足を広げていく。倒れたら負け。）
- 命令じゃんけん（じゃんけんが勝った方が、負けた相手に命令をすることが出来る。命令は自分がいやなものは出さない。）
- 数集まり（笛の数でグループを作る。長い笛は5と数えるなどの工夫を入れると楽しい。）
- ジャンボ・じゃんけん（3人組で身体を使ってじゃんけんをする。グーなら全員しゃがむなど。）
- しっぽとり陣取り（しっぽとりゲームに陣取りゲームを組み合わせたもの。）

【レクリエーションのポイント】

- アイスブレイキングで参加者の期待感を高め会場の楽しい雰囲気を作り上げましょう。
 - ・緊張をほぐし、楽しい雰囲気を作りましょう。
- 参加者、会場の一体感を作り出しましょう。
 - ・同時呼吸・同時発声・同時動作…
- 分かりやすく・楽しく進めましょう。
 - ・1指示1動作が基本！説明は少なく、動きで見せる。

