

ACPで元気アップ！＜菰野会場＞



受付から新型コロナウイルス感染拡大防止対応がしっかりされていた。



講師先生は、ディレクションリングを色々な方向に配置し（マットに行く、跳び箱に行く、壁に行くなど）親子が会場に入ったら、子どもはどう反応するかを見た。

本来、子どもは空間に入れば色々な物に興味関心を抱く。そこを刺激。



左が吉田先生

ACPって何？って感じ
27組の親子が参加
新型コロナウイルス感染
拡大防止対策をし始め
ました。



菰野町スポーツ少年団より挨拶



吉田先生によるACPの実践



ACPとは・・・から

昔の遊び

と違って下さい。

お父さんやお母さんの
時代は自然に「昔の遊び」
から「走・投・跳」の土台
ができました。しかし、今
は意図的にさせます、それ
がACPです。





まずは「手遊び」から

・脳と体の準備体操

左右の手でキツネやウサギをつくり、号令で逆にしたり、声も出したりして進められた。

この頃は「まだまだ静かな雰囲気！しかし、この後・・・



父親とのこういう風景は少ないのでは・・・親子であるのでソーシャルディスタンスは取らなかった。それは、本来のスキンシップを思い出してもらいたい意図もあったと感じた。

新型コロナという言葉がある中、この写真を取りながら【ピンチ】を【チャンス】にする取り組みと確信した。



写真を見ても分かるが、いろいろなパターンがあるがどれも幼児が楽しくできる動作である。

しかも、スキンシップである。今はソーシャルディスタンスだが、家庭なら十分できる。



新型コロナウイルス感染拡大の中で、まず家庭で可能なACPを実践した。

徐々に子どもたちはエネルギーが高まってきた！声も出てきた！

親子であるので家庭内でも十分実践できる。しかし、団では「今」は難しい！



子どもたちは「次はどんなACP？」とどんどん集中していった！！



親子の相手から、いつの間にか子ども同士でも自然にACP活動を行う。ソーシャルディスタンス的には課題も心配されるが、この動きや笑顔を見れば、ACPの効果は素晴らしい！

新聞紙を使ったACP ボールにみたてたゲーム みんな真剣！



新聞紙のボールだがいろいろな使い方で子どもたちの「走・投・跳」の土台づくりができる



親子対決の真剣勝負！



ダイコン引きゲーム 継続的に仲間と力をあわせ抜かれないように踏ん張る



上のダイコン引きは、自然に子どもたちの腕力や腹筋が鍛えられる。下は再度の新聞ACP





講師先生の引き付け力

これだけ子どもたちを引き付け説明すれば、子どもたちはしっかり聞く耳をもつだけでなくその集中力で「こうしたい！ああしたい！」と脳も自然に働かせる！これが本来の子どもの本能！このこともACPの利点。

つまり、体を動かすだけでなく「夢中させ、子どもの未知なる無限の可能性にスイッチを入れられるのがACP」である。





吉田先生のまとめ

- ACPは身近な物で十分遊べること
- 日本スポーツ協会のHPから様々なプログラムが見られること
- そのプログラムは「走る・投げる・跳ぶ」と「脳」を使い総合的に考えられたもので3歳からできる内容であること。
- 昔は自然の遊びの中で育まれた運動の基礎が今は、それが身につかない環境です。だから、大人が意図的にそれを子どもに与える環境づくりをしないとイケない。それがACP。