

スポーツ東京案内「指導者派遣事業」～ある保育園にて～

令和3年12月吉日、青く澄み渡った空のもと、都内のある保育園にて、指導者派遣が行われました。今回の指導内容は、子供たちが楽しみながら積極的にからだを動かせる運動プログラム（「アクティブチャイルドプログラム」）です。当日は厳しい寒さにも関わらず、園児たちは園庭で元気いっぱい、4つのプログラムに取り組みました。

まず1つめのプログラム。子供たちが体を動かすためには、最初に準備運動が必要になります。が、せっかくやるのであれば楽しく！ということで、ノリノリの曲にあわせてポーズをとる“昆虫太極拳”で楽しく準備運動。カメムシ、カマキリ、バッタ、ダンゴムシ…、昆虫をモチーフとした太極拳の曲にあわせて、それぞれの昆虫を真似したポーズをとります。そのポーズもどんな体勢にするかを園児たちと一緒に決めることで、本人たちの主体性とやる気を引き出します。最初こそまごついた園児たちもすぐに慣れ、元気に素早くポーズをとっていました。曲のスピードが早まり、難易度が増しても、みんなで一緒にボーシング。あまりの盛り上がり、周りにいた他の園児さんたちも、興味津々に眺めていました。

次に、2つめ。その名も“進化じゃんけん”。最初はみんな「卵」からスタート。2人でジャンケンをして、勝てば「ひよこ」に“進化”、負ければ「ひよこ」のまま。さらに勝てば「ニワトリ」に“進化”。でも、ニワトリ同士のジャンケンで負けると「ひよこ」に逆戻り…。最後には、全員をニワトリに変身させるという“魔法”を使って、明確な敗者を作らない、そんな指導者の配慮が垣間見られたプログラムでした。園児たちは、夢中になってお友達とジャンケンをしたり、楽しそうに体を動かしたりしていました。

そして、3つめ。全員で円形状に座り、そのうち2人にバトンを渡し、次々と隣のお友達に渡していくというゲーム。指導者が「ゴロゴロゴロ…」と言っている間はバトンを渡し続け、指導者が「ドスン！」と言った時にバトンを持っていた子は立ち上がり、お互いに座る場所を交代。それを何回か繰り返すごとに、園児たちはますます熱中。最後にバトンを持った園児が「負け」という仕立てにはしていないため、全員が楽しそうに夢中になっていました。そして、使っていたバトン4つにして、次のプログラムのための組分けを行うことに。最後にバトンを持っていた園児を別の場所に4列で整列させながら何度か行うことで、4グループに分類。機械的な組分けではなく、ゲームをうまく活かしながら行うことで、園児たちの興味が最高潮のまま次のプログラムに移行できました。

最後のプログラム。4つのチームごとに一列に整列し、先頭の園児から後ろのお友達に次々とバトンを渡していき、最も早く最後尾の園児に渡ったチームが優勝というゲーム。1回目は股の下から、2回目は頭の上から渡すなど、やり方を変えながら何度か競争したあと、チームごとに作戦タイムを設けました。園児たちは、勝つために一生懸命話しあって、並び順を変えたり、背の順に並び直したり、独自に練習してみたり…。自分たちなりのいろいろな工夫を凝らすことで、チームの一体感が生まれ、園児たちのやる気は更にアップ。あわせて、相手がとりやすい渡し方などを指導者がアドバイスすることで、人を思いやることの大切さも伝えていました。このプログラムを通して、チームワークというものを少なからず実感してもらえたのではないのでしょうか。

この指導者派遣では、事前に依頼者のご要望を踏まえて、内容を調整します。今回は、激しい運動というよりは、適度な運動ということで、プログラム内容を考えました。ゲームには「勝ち・負け」がつきものですが、個人単位での勝者・敗者を作らないことで、全員が仲良く安心して楽しめる雰囲気づくりに努めました。また、単に体を動かすだけでなく、園児たち自身の心と頭で考え、決めてもらうことで、主体性、積極性を引き出す工夫も行いました。団体戦プログラムでの作戦タイムを契機に、園児たちが連帯感や思いやりといった、目には見えない価値を少しでも感じてもらえたのであれば、こんなに嬉しいことはありません。