



令和7年度体育指導力アップ研修会

6月10日に豊田南小学校において、体育指導力アップ研修会が開催されました。講師の静岡理工科大学 富田寿人 教授に、ACP(アクティブ チャイルド プログラム)を基に、「主運動につながる運動遊び」の指導法について御指導いただきました。

ACPとは・・・



ACP (アクティブ・チャイルド・プログラム) は、子どもが楽しみながら多様な動きを経験し、運動の基礎的な力を身につけることを目的とした運動プログラムです。幼児期からの身体活動習慣づくりを支援し、将来の健康やスポーツの基盤を育てます。それが **ACP!!!**

🔥研修会で教えていただいた運動遊びをご紹介します!🔥

◎ことごと

遊び方

- ① 子4～6人が肩に手を置き、列をつくる。
- ② オニは子の列と向かい合い、一番後ろの子にタッチできたら勝ち。
- ③ 子の手が離れ、列を維持できなくなってもオニの勝ち。
- ④ 制限時間(20秒程度)以内にタッチされなければ子の勝ち。



ポイント!

オニがタッチすることが難しい場合、列の先頭の子は胸の前で両腕を組むルールにしてみよう!



発展!

◎ムカデドッジボール

遊び方

- ① 4人組の2チーム(AとB)に分かれる。Aはコートの中に入り、前の子の肩に手を置いて縦一列になる。
- ② Bはコートの外に出て、パスを回しながらAの最後尾の人にボールを当てる。
- ③ Aは最後尾の人以外にボールが当たってもセーフ。
- ④ 攻守交代して、短い時間でボールを当てたチームが勝ち。列の子が離れたら、最後尾の人にボールが当たったことと同じにする。

体を狙いましょう!



チェック!



この他にも、バリエーションに富んだ様々な運動遊びが掲載されています!

アクティブチャイルドプログラム - 日本スポーツ協会

