

みなみのスポーツ

楽しもう、打ち込もうスポーツ

さわやかさを感じ始めた5月、子どもたちの体力と競技力の向上を目指して、西村社会教育主事の指導で、日和佐中学校バレー部員を対象としたスポーツトレーニングセミナーと1年生の授業を行いました。楽しみながら体力の要素である7つの能力をトレーニングやストレッチを通じて「自分の体を知る」充実した時間になりました。



バレー部：ストレッチの様子

子どもたちにとって、スポーツや体育の取り組みが重要であることについては、中央教育審議会答申(2008年1月17日)一部抜粋に次のように示されています。中学生の皆さん、スポーツや体育を楽しみ、また打ち込み、たくましい心と体をつくりましょう。

体力の向上など健やかな心身の育成について

体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、「生きる力」の重要な要素である。子どもたちの体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながり、社会全体の活力や文化を支える力が失われることにもなりかねない。子どもたちの心身の調和的発達を図るためには、運動を通じて体力を養うとともに、望ましい食習慣など健康的な生活習慣を形成することが必要である。そのため、幼いころから体を動かし、生涯にわたって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することが重要である。また、心身の健康の保持増進のため、心身の成長発達についての正しい知識を習得し、実践的な判断力や行動を選択する力を養うとともに、食育の充実が必要である。さらに、子どもの生活の安全・安心に対する懸念が広まっていることから、安全教育の充実も必要である。

7つの体力要素

定 位 能 力	動いているものの動きにあわせて自分の動きを調整する力
変 換 能 力	回りの変化に対応して、素早く動作を変換する力
反 応 能 力	1つまたは複数の合図に対して正確に対応する力
バランス能力	体のバランスを保ったりバランスが崩れたときに立て直す力
リズム能力	目や耳から得たリズムにタイミングを合わせ、体で表現する力
識 別 能 力	スポーツ用具をスムーズに操作することができる力
連 結 能 力	体をたくみに同調させ、スムーズに動かす力



授業：コーディネーショントレーニングの様子

「スポーツサークルの仲間、募集しています」や「あんなスポーツしてみたい」などのスポーツ情報があれば、日和佐公民館までお知らせください。

子どもたちの笑顔を育む輪、広がっています

スポーツネットワークひわさ夢くらぶ(会長 張西政晴氏)が、管理運営を始めた『子ども元気アップ募金』の募金箱設置の輪が広がり始めました。この募金箱は、美波町の子どもたちのスポーツ環境整備のために活用することを趣旨としており、現在12のお店や団体が協力してくれています。この活動の輪をますます増やしていきたいので、町民の皆さんのあたたかい善意でご支援ください。この件に関する問い合わせは、日和佐公民館まで。

設置協力店

日和佐公民館 株式会社道の駅日和佐 日和佐商工会事務所 サンクスひわさ店 あぼし鮮魚店
 有限会社豊田屋 てこ屋 大珉軒 国民の宿うみがめ荘 タートル(喫茶店) ひわさ屋
 海亀博物館カレッタ

ご協力ありがとうございます。