

掛川 JFC コーチより

掛川 JFC キッズスクールについて

本来、子どもは身体を動かすことが大好きです。そして身体を動かすことによって脳への良い刺激になることも脳科学において証明されました。大脳生理学におけるスキヤモンの発育発達曲線をみましても神経系のはたらきを成人で 100%と見た場合、6 歳までに約 80%、10 歳前後では約 90%の発達を促す時期であると言われていています。神経系は特に思考判断を要する全身運動により発達し、バランス、すばやい身のこなし、力加減、予測力などを高めることが将来的に高い運動能力を持つキーポイントとなります。鬼ごっこや球技など相手と味方が入り乱れる遊びが適した運動と言えます。

また、運動は精神的効果も数多くあげることができます。特に「**がまんする心（忍耐力）**」「**がんばる心（意欲・努力すること）**」「**思いやりの心（共感）**」は大きなところだと言えます。さらに、多くの友達と関わりながら行うことで「**コミュニケーション能力（社会性）**」も身につけてきます。個人がより豊かに人生を送る手段として、また平和な社会を築くためにも子どもたちにとって運動（スポーツ）は欠かせないものだと考えます。

しかしながら、幼児体育においてやみくもに技術をスパルタ式で特訓することは心のゆがみをつくる原因にもなりかねません。運動の指導ではまず「楽しい」から「もっとやりたい」そして「うまくなりたい」といった**精神的段階**を上手くふんであげることが精神的にも身体的にも能動的な発展につながると言えます。

『子ども達にがんばる力とできたときのよろこびを』をスローガンに子どもたちにとって意義のあるサッカークラブを目指します。

① 基礎体力を身につける

身体を活発に動かす子は意欲・気力・体力が身につきます。

② 運動能力を養う

状況判断や予測のある運動など思考判断を要する全身運動が運動能力を養います。

③ 思いやりの心を芽生えさせる

他者との関係性を理解し共感できる子を育てます。

④ コミュニケーション能力を養う

決め事やルールを守り、友人間のコミュニケーションを高めることで社会性の発達を促します。

⑤ 成功体験で努力するくせをつける

がんばる、努力することの楽しさを身につけ意欲のある子を育てます。

