

運動がもっともっと好きになる！

# コーディネーショントレーニングを学ぶ会

主催：NPO葛飾末広レインボークラブ（KSR） 共催：NPO法人JACOT 協力：葛飾区立末広小学校



本講習会を受講されますと「JACOT認定プロフェッショナルライセンスセミナー」を受講することが出来ます。  
2017年1月20日～21日（土・日）に同会場で開催予定です。

2017年11月4日（土）  
13:00-16:00

対象

教員、保育士、スポーツ・運動指導者  
青少年委員、スポーツ推進員等興味のある方

会場

葛飾区立末広小学校 体育館  
（東京都葛飾区金町4-21-1）

定員

若干名 ※葛飾区の方を優先とさせていただきます

参加費

KSR関係者無料、教員・会員1,000円、一般3,000円

持ち物

運動が出来る服装、上履き、飲み物、タオル、筆記用具

講師

NPO法人JACOT 専門指導員

東京都では **地域拠点校30校**を  
指定し、取り組んでいます！

東京都教育委員会は「総合的な子供の基礎体力向上方策(第2次推進計画)」(25年2月)で**コーディネーショントレーニング全校実施**を明文化し、取り組みを開始しました。そして28年1月には第3次推進計画にあたる「アクティブプラン to 2020」で実施校の拡大へ向け、**地域拠点校30校を指定**し実践内容を地域へ発信していく必要性を明文化しました。



## コーディネーショントレーニングとは

運動やスポーツの技術を教えるときにどう教えればいいのか悩んだことはありませんか？その答えの一つがコーディネーショントレーニングの理論を学べば見えてくるかもしれません。キーワードは「体幹」と「平衡」。

コーディネーショントレーニングとは、「運動神経を良くする」といった運動の巧緻性を高めるだけでなく**「運動学習能力」を高める**ことを最大の目的としています。運動学習能力が高まると、**これまで出来なかった運動や反復練習で習得していた技術を、たった数回の練習で学習できる**といったことが自然に起こってきます。最近では、スポーツや運動の指導現場はもちろん、教育や高齢者の現場にも取り入れられています。



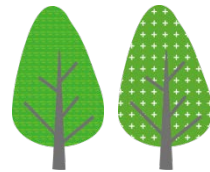
## お申込み方法・お問合せ先

NPO法人JACOTまでQRコードもしくはURLよりお申込みください。  
JACOT地域連携協働事業の関係者が優先となります。※一般受付は若干名

◆URL <https://pro.form-mailer.jp/fms/9af0842a3457>



## 実際に指導や授業に導入した方、保育や子育てに取り入れた方など 学会に参加された方の感想を一部紹介します



運動能力向上は、日常生活の中から育んでいかなければならないと痛感いたしました。**指導者（親）の育て方で向上がはかれる**ことが分かりとてもよかったです。（主婦）

単に運動能力を向上させるためのトレーニングと認識していましたが、考え方が180度変わりました。**人間性を育てながら、自分自身で考えながら、また周囲と一緒に行動に移す「生きていく力」を養う**トレーニングだと学びました。本当に参加して良かったです。（スポーツ指導者）



研修を受けてから、COTを少しずつ園へ取り入れています。子どもたちの遊びの様子を見ると、今までは与えられた方法でしか遊ばなかったのがCOTを始めてから、**工夫して、自分たちで創造しながら**いろいろな遊びをするようになってきました。COTの日は給食も残さず食べる子が増え、よく眠るようになったと保護者の方からもお話を頂きました。**運動能力だけでなく、生活へもいい影響**が出ているように感じています。（幼稚園教諭）

事前のレクチャーで教えていただいた理論に興味津々でした。どうしても「運動能力を高める」と聞くと、従来の徹底した反復による“根性主義”の練習が思い浮かんでしまいます。（中略）バリエーションに富んでいて、**体育科の授業に必要な“変化のある繰り返し”が成されています**。“やってみたい”“動きたくなる”メニューが多く、夢中になる子どもたちの姿が印象的でした。（小学校教諭）



講義を受け実技を体験して自分自身がこれまで手先、足先のみで実践していたのを実感した。**運動についての基礎的な動き**を教えて頂いたので、これから自分自身はもちろん、生徒にも取り入れて行きたい。（中学校教諭）

## JACOT地域連携協働事業



葛飾末広レインボークラブ(KSR)は、平成27年7月に発足しました。きっかけは、葛飾区放課後子ども事業「ワクワクからだあそび教室」のボランティア補助員として、コーディネーショントレーニングとの出会いです。そこで目の当たりにした子供の変化、あふれる笑顔に感動し、JACOT認定のプロンズライセンスを取得！自分たちの地域で何か出来ないかと、有志でKSRを立ち上げました。現在は、自分たちの学習会と平行して、幼稚園でのコーディネーション教室、幼小の交流授業、三世交代交流会等の指導で活躍しています。

KSR会員数 22名（平成28年度5月現在）



今回の「学会」に参加されますと「JACOT認定プロンズライセンスセミナー」を受講することができます。  
2018年1月20日～21日（土・日）に葛飾区末広小学校で開催予定です。