

# コーディネーション トレーニングを 学ぶ会 **in** 長岡

2018  
9/22(土)  
10:00-15:00

## コーディネーショントレーニングとは

縄跳びやキャッチボールなど運動やスポーツの技術を教えるとき、どう教えればいいのか?どの子にも共通した効果的な方法はないものか?と考えたことがあるかと思います。この講習会へ参加するとコーディネーショントレーニングを学ぶとそのヒントが見えてくるかもしれません。

コーディネーショントレーニングでは「運動の発生」の順番に沿って脳と身体に刺激を与えていくことで、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。徳島大学名誉教授の荒木秀夫先生が考案した理論と実践法です。神経系トレナビリティが高まると、初めてする運動や反復練習で習得する技術を**たった数回の練習だけで学習できる状態**になります。指導者が細かな技術をひとつひとつ教え込むのではなく、子供が**自ら感覚を得て「コツをつかむ」**ということが自然と起きてきます。

- ◆対象者 学校・幼児教育・保育関係者など教育に携わる方(18歳以上)
- ◆参加費 長岡地域定住自立圏域内(長岡市・小千谷市・見附市・出雲崎町) 在住・在勤・在学の方は無料/一般・その他3,000円
- ◆定員 30名程度 ◆講師 JACOT専門指導員
- ◆持ち物 運動できる服装、室内靴、飲み物、昼食、筆記用具等
- ◆会場 長岡市市民体育館 会議室・小アリーナ(長岡市学校町1-2-1)
- ◆申込 9月13日(木)までに下記申込先までお申し込みください



※学ぶ会受講でJACOT認定ブロンズライセンスセミナーの参加資格が得られます



### お申し込み(長岡定住自立圏域内に在住・在勤・在学の方)

(公財)長岡市スポーツ協会へ別紙申込書によりお申し込みください(担当:山下)  
電話 0258-34-2130 / FAX 0258-34-2170  
mail [daisuke-yamashita@n-spokyo.or.jp](mailto:daisuke-yamashita@n-spokyo.or.jp)

### 一般申込み(上記に当てはまらない方はこちら)

NPO法人JACOTへQRコードまたはURLよりお申し込みください  
URL <https://pro.form-mailer.jp/fms/9af0842a3457>



## 学ぶ会に参加された方の感想を一部紹介します!



受講してから、コーディネーション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てみると、今までは与えられた方法でしか遊ばなかったのがコーディネーションを始めてから、**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。コーディネーション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)



子ども一人ひとりが生き生きとして動いているのが見ていてわかり「**楽しいからやってみたい**」が感じられました。コーディネーション運動はどのようにも**応用・工夫が出来る**ので、園にある用具を使い、楽しみながらしていきたいです。(保育士)