公益財団法人
福島県体育協会

福体協ニュース

平成30年９月３日（No.18-５）

あそんで体力アップアップ事業「幼児体操教室編」

「あそんで体力アップアップ事業」の幼児体操教室は３年目に入り、今年度は相双地区、いわき地区、会津地区を中心に規模を拡大して実施しています。６月上旬より事業がスタートし、７月末までに２３回の幼児体操教室を実施しました。今後、１月下旬まで合計４１回の実施を予定しています。

本事業は、未就学児を対象に、「幼児期において、遊びを中心とする身体活動を十分に行い、多様な動きを身に付けながら体力の向上を図る」とともに、「生涯にわたって健康を維持し、何事にも積極的に取り組む意欲を育むなど、豊かな人生を送るための基盤づくりを進める」ことを目的として、下記の６つの団体が、依頼のあった幼稚園等へ講師を派遣して体操教室を実施していきます。

これまで実施してきた幼児体操教室では、子どもたちが普段の生活では経験できない様々な運動を体験することができました。どの団体の活動でも、子どもたち一人一人がたくさんの汗をかき、元気に楽しく運動できました。「楽しい！」「もっとやりたい！」等たくさんの子供たちの声が飛び交い、大盛況でした。活動の様子については、福島県体育協会のホームページにも掲載しております。

今後、この活動をきっかけに、日々の保育活動の中に体操を積極的に取り入れながら、園児の体力・運動能力の向上に継続して取り組んでいただきたいと思います。

【講師を派遣する団体】

①株式会社こども体育研究所・・・・・・・・・・・・・手足を使った運動や投・跳運動、マット運動等
②公益社団法人日本３Ｂ体操協会・・・・・・・・・・・用具を使った運動（ベル・ベルター・ボール）等
③特定非営利活動法人福島県レクリエーション協会・・忍者や変身ごっこ等の模倣運動等
④福島県エアロビック連盟・・・・・・・・・・・・・・音楽に合わせて思いきり体を動かす運動等
⑤ダンススタジオＶｉＶｉｄ・・・・・・・・・・・・・今、流行の曲でＨＩＰＨＯＰを楽しく踊る運動等
⑥福島ファイヤーボンズチアダンススクール・・・・・ポンポンを持ってリズムに合わせて踊る運動等

①こども体育研究所

②日本３Ｂ体操協会

③福島県レクリエーション協会

④福島県エアロビック連盟

⑤ダンススタジオＶｉＶｉｄ

⑥ 福島ファイヤーボンズチアダンススクール

※②日本３Ｂ体操協会は、これから実施されるためＨ２９年度の写真を使用しています。

あそんで体力アップアップ事業「指導者養成講習会編」

「あそんで体力アップアップ事業」第１回指導者養成講習会が、７月２１日（土）千倉体育館（南相馬市鹿島区）で開催されました。この活動は、子どもたちが、遊びながら運動能力を向上し、スポーツへの興味・関心を高めるために指導者自身のさらなる指導力向上を図る目的で行われています。今年度は、県内３会場で行われ、第１回は、相双地区を中心に県内各地の幼稚園から３６名の申し込みがありました。

講師には、こども体育研究所郡山支部長の小林誠先生をお迎えし、それぞれの幼稚園で実践できる運動遊びを取り入れた運動を、数多く指導していただきました。受講者は、講師の話を真剣に聞き、実技では積極的に体を動かし、他の先生方と交流を深めながら、実際の運動の仕方を体で確認しました。

幼稚園の先生方には、この講習会で学んだ知識や技能を日頃の指導に活かすとともに、本県の次世代を担う子どもたちの体力向上のために、さらに指導力を高めていってほしいと思います。今後は、第２回指導者養成講習会が、１２月１日（土）あいづ総合体育館サブアリーナ（会津若松市）で、第３回指導者養成講習会が、２月２日（土）新舞子体育館（いわき市）で開催されます。

福島から　世界へ！「ふくしまJアスリート」強化支援事業
マルチサポート事業「メディカルチェック（前期）」

７月２４日（火）から９月３日（月）の期間で、「ふくしまＪアスリート」強化支援事業「メディカルチェック」前期の部が、公立藤田総合病院において行われています。この事業は、「ふくしまＪアスリート」を対象としたメディカルチェックを行うことにより、選手の健康状態、身体的な特性や精神的な課題を把握し、競技力の向上に役立てたり、傷病の予防をすることを目的としています。

7月３０日（月）は、陸上競技で日本代表の経験がある東邦銀行の青木りん選手と武石この実選手が参加しました。整形外科的メディカルチェック、内科的メディカルチェック、コントロールテストなどを実施し、身体の状態を細部まで確認しました。また、管理栄養士からは食事について、スポーツファーマシストからはアンチ・ドーピングについて、それぞれ専門的な指導を受けました。

参加した選手は、各測定に積極的に取り組むとともに、専門的なアドバイスをしっかりと聞き入れることで、自分の身体の特徴や補強すべき部分などを知ることができました。このメディカルチェックの結果を今後のトレーニングに活用し、効果的な練習ができるよう取り組んでほしいと思います。

後期は来年２～３月に実施の予定です。

武石　この実選手

青木　りん選手

栄養チェック

アンチ・ドーピング研修