



## 多種目運動や苦手克服運動による “運動が好きになる”プロジェクト

受賞者

一般社団法人ルートプラス（福岡県福津市）

取組アクション



### 苦手の克服支援により、幼少期に重要な運動体験を楽しく継続

#### 背景・概要

地域の母親からの「子どもがとにかく運動が嫌いでどんどん太っていくし、ゲームばかりしているし、どうにかならないか…」という相談に応えるべく、「多種目運動体験会」や「苦手克服運動体験会」を開催。そのことがきっかけとなり、「運動が好きになる」プロジェクトがスタート。「運動離れによる不健康さを改善し、健康的な毎日を送ってほしい」「運動による爽快感やストレス発散、目標を持ち取り組むことの大切さ、それにより生まれる自信など、運動を通して幼少期に必要な経験を積んでほしい」。そんな願いから、運動を無理なく継続する環境を創りあげるため、運動教室開催に至る。

#### 取組内容

- 運動を継続する環境を創りあげる 運動が苦手な子どもたち、障がいのある子どもたちなど、その子どもの特徴に合わせた指導を工夫しながら運動する楽しみを知ってもらう。また、多種のスポーツ体験や異学年交流によるコミュニケーションなどを通じて、生涯の健康づくりのきっかけとなる「スポーツ・運動」への気持ちづくりに取り組む。運動教室の指導者育成や働く環境整備にも力を入れ、プロジェクトを継続するための仕組みづくりも推進。



↑運動を楽しみながらチームワークも学んでいく

#### 成果

- 楽しむことで運動を続ける 700名の会員の多くが「運動能力が低いと感じる」「体育についていけない」「かけっこでいつも最下位」など、運動への苦手意識を持ち、かつ運動に慣れ親しんでいない子どもや障がいを持つ子どもたち。一人ひとりに向き合い、柔軟に指導することで、その子の特徴を捉え「みんなで楽しむ」を実現した。
- 慢性的なけがの防止 さまざまな種目を行うことで、体へ無理のかからない幼少期に適切な運動経験を積むことができ、けがの防止につながる。
- チームワークを育てる 年間で6種目のスポーツを通じて、子ども同士で得意なことを発見しあったり、チームワークを学んだりと成長していく。
- 異学年交流による学び 実力で分けたり、レギュラー／補欠といった枠組みではなく、皆が試合を経験し、年齢差や力の差に関係なくチャレンジできる環境を提供。楽しく運動をしているだけで、自然と異学年と仲良くなり、兄弟のいない子どもたちにも貴重な経験をもたらす。



↑学年に関係なく一緒に運動することで、子ども同士のコミュニケーションの輪も広がっている