

足立区生涯学習振興公社

コーディネーショントレーニング 『指導者育成の取り組み』



公社では、「コーディネーショントレーニング（以下、COT）指導者育成事業」を開催しております。

「幼児向け」「小学校低学年向け」など指導対象別に、学校や保育園、地域スポーツ活動などで、既にCOTの指導を行っている方の「レベルアップ講習会」と、COTを基礎から勉強したい方を対象に、理論と実技の基礎を行う「初心者講習会」を下記の予定で行います。



コーディネーショントレーニングとは

「からだをたくみに動かす能力」です。状況を目や耳などの五感で察知したものを脳で判断し、筋肉を動かすといった一連の過程をスムーズに行なう能力をコーディネーション能力といいます。この能力を、自分のからだや遊具などを使い、遊び感覚に富む運動で向上させるのがコーディネーショントレーニングです。

詳しくは特集1頁をご覧ください



▲実際、体を動かしながら様々な運動を学びます

■今年度の開催予定

『指導者レベルアップ講習会』

対象者別のCOTの紹介・実践やワークショップを行います。

小学校低学年向け ▶ 偶数月の第4木曜、午後7時～8時半

幼児向け ▶ 奇数月の第4木曜、午後7時～8時半

『初心者講習会』

指導現場で活かしたい、COTを基礎から勉強したい方を対象に、理論や実技の基礎を行います。

日程 ▶ 年2回（夏・冬予定）

※開催内容や参加者募集については「ときめき」紙面に記載していきます。

問先 ▶ 学習・スポーツ事業課

☎5813・3735 ※平日午前9時～午後5時

あだち放課後子ども教室

地域で育もう!ふれあいの輪を広げよう!

今月からこの欄で、「放課後子ども教室」の様子や取り組みについて紹介していきます。第1回目はこの事業の「ねらい」です。

今月のテーマ

『あだちの放課後 おしえます』

◆自分で考え行動できる力を伸ばします。

放課後子ども教室は、多くの子どもたちが参加して多様な発想で自由に遊びます。「みんなで仲良く遊ぶ」「けんかもするけれど仲直りができる」「他の学年の子と交流する」など、子どもたちが自ら考え、行動して、様々な体験をしながら成長する機会をつくっています。

◆子どもたちの生活リズムを整えます。

「大汗をかいて走り回っている子」「ボールがうまく投げられるようになった子」「おなかがすいた!と家に着くなり大きな声で言う子」「友だちと遊んだ話を楽しそうにしてくれる子」など、放課後子ども教室での活動の充実感を全身で表現する子どもたちが増えています。遊びを通して体力が向上したり、適度な疲れで寝る時間が早まったり、翌朝、早く起き、朝ごはんをしっかり食べるなど、知らず知らず健やかな生活習慣が身についていきます。



◆地域のちからで見守る環境をつくります。

『どこに行ってきたの?』『スタッフさん、こんにちは!買い物の帰りです。』『そう、気をつけてね。』こんな会話が、まちの中で交わされています。放課後子ども教室を通して、地域の大人と子どもたちの間に、縁がつながり絆が生まれてきたからです。地域社会が一体となり、子どもたちを見守る環境づくりの一端を、放課後子ども教室が担っています。



放課後子ども教室とは…

子どもたちに放課後の小学校施設を活用した安全・安心な居場所を提供し、子どもたちが遊びや学びの体験、子ども同士や地域の方々との交流活動を通して、心豊かで健やかに育まれる環境づくりを進めるものです。運営は、保護者や地域の方々の協力による「見守りスタッフ」によって実施されています。

※各学校の状況によって実施内容は異なります。

問先 ▶ 放課後子ども教室担当 ☎5813・3732（平日午前9時～午後5時）

生涯学習振興公社 文化活動支援課 からのお知らせ

「スチューデントプロデュースコンサートVol.5」及び「足立ジュニア吹奏楽団第21回定期演奏会」の公演中止のお詫び

「スチューデントプロデュースコンサートVol.5 Concert of DISCOVERY」及び「足立ジュニア吹奏楽団第21回定期演奏会」の公演中止に際しまして、楽しみにお待ちしておりますお客様には、大変ご迷惑をおかけいたしました。心よりお詫び申し上げます。

両公演とも、現在公演延期に向けて調整中です。

主催 ▶ 公益財団法人 足立区生涯学習振興公社

問先 ▶ 文化活動支援課 ☎5813・3731（平日午前9時～午後5時）