

「遊びながら運動好きになろう 楽しい運動あそび教室」

(スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験)

プロジェクトの実施体制

実証フィールド	実証フィールド：滋賀県大津市内 5 学区 平野・瀬田東・堅田・滋賀・青山 の公園及びコミュニティセンター
代表団体	公益財団法人滋賀レイクスターズ*
構成団体	公益財団法人大津市公園緑地協会*、びわこ成蹊スポーツ大学、大津市自治連合会 全国健康保険協会・滋賀支部* 大塚製薬株式会社、株式会社滋賀レイクスターズ* ※「*」はSport in Lifeコンソーシアム加盟団体

監修：聖泉大学人間学科・看護学部 炭谷将史教授、公益財団法人滋賀県スポーツ協会、大橋寛治クラブアドバイザー

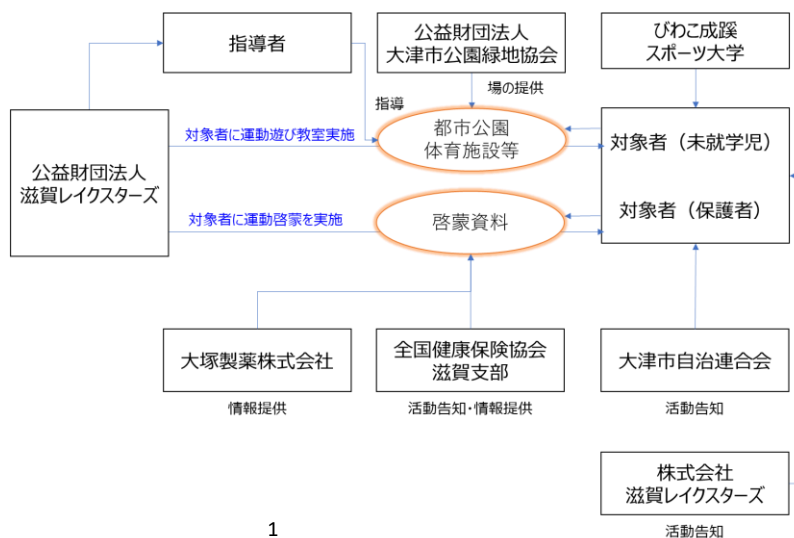
プロジェクトの実施概要

ターゲット	・大津市内の5学区 平野・瀬田東・堅田・滋賀・青山 在住の 4 歳～ 6 歳の未就学児 ・幼稚園に通っているが習い事はしておらず、人見知りで少し引っ込み思案な性格の子ども
ターゲットのスポーツ実施阻害要因	○身近でスポーツのできる環境の不足 ・地理的に遊べる場所がない、危険な場所・人がいる、通いやすい場所に教室がない ○運動が苦手 ・何をしたら良いかわからず外遊びをしない、遊ぶ場所が限られたりマンネリ化することで多様な動きが習得できない、一緒に遊ぶ友達がいないため外に出ない ○保護者負担が大きい ・送迎の負担が多い、仕事、家事で疲れていて付き添いが大変、他にすることがあり付き添いができない、保護者の係・当番の負担を避けたい、教室参加は費用負担が大きい ○保護者が子供が運動の効用を知らない ・情報を得る場所がない、文章のみなどで上手く伝わっていない

プロジェクト実施内容

- 公園でできる簡単な運動遊びプログラム+ @の提供
学区内の自治会単位で子どもたちに身近な運動環境を提供するために、近隣の公園で、運動遊びプログラムを提供する。小人数～20名程度まで対応できるメニューを作成、可能な限り異なる内容のプログラムを実施
また、同行する保護者に向けた啓蒙を行い、健康意識および運動実施意欲の増進を行う
- 子供向けの簡単な運動遊びプログラムの提供
→小人数～20名程度まで対応できるメニューを作成、可能な限り異なる内容のプログラムを実施
→竹馬、ねことネズミ、ケンパ、手つなぎオニ、だるまさんが転んだなど
- 保護者向けの運動等に関する啓蒙活動の実施
→運動がもたらすメリット、朝食欠食のデメリットなどを参加者に啓発

【プロジェクトスキーム図】



実施内容の報告

●実施日程、実施場所、参加人数

No.	日程	時間	場所	募集人数 (名)	参加人数 (名)
1	11月4日(水)	午後3時～午後4時	大津湖岸なぎさ公園 市民プラザ	30	14
2	11月9日(月)	午後3時～午後4時	天候不良のため中止	30	×
3	11月11日(水)	午後3時～午後4時	ウカルちゃんアリーナ ・小競技場	30	11
4	11月16日(月)	午後3時～午後4時	一里山公園	30	5
5	11月18日(水)	午後3時～午後4時	ウカルちゃんアリーナ ・小競技場	30	20
6	11月21日(土)	午前10時～午前11時	大津市北部地域文化 センター	30	25
7	11月23日(月・祝)	午前10時～午前11時	皇子山総合運動公園 ・芝生公園	30	14
8	11月25日(水)	午後3時～午後4時	ウカルちゃんアリーナ ・小競技場	30	10
9	11月25日(水)	午後3時～午後4時	一里山公園	30	3
10	11月28日(土)	午前10時～午前11時	青山市民センター	30	19
			合計	300	121

●実施効果

- ・回収率が伸び悩む中、取得したアンケートを見る限り、参加者の満足度（10点満点）においては、約50%は10点を付け高評価を得ている。
- ・リピート参加が多く、12月開催の平野学区は、すでに定員に達しており継続参加を望まれている。

【保護者の意見】

- ・気軽に参加できお友だちにも薦めやすく、今後も、ずっと開催して欲しい。
- ・子どもにわかりやすく、遊びを取り入れた楽しい運動のため、子どもは、普段より楽しそう。
- ・遊び感覚で楽しみながら取り組めて運動能力が上がるのは理想的。
- ・知らない子どもと初めて行動を共にすることで最初は、緊張していましたが、段々と心がほぐれていき運動だけではなく、心身にもとても良い機会。
- ・最初は、モジモジしていた子が、最後は、リリリで楽しんでいてうれしかった。
- ・子どもは、次回が楽しみで、またやりたいと言っている。

●備考

- ・当日、体調不良や急用の為、キャンセル者が、全体の2割程度いた。

実施内容の報告

①平野学区

・開催日：11月4日・11日・18日・25日 毎週水曜日

・開催時間：15時～16時

・開催場所：11/4 大津湖岸なぎさ公園市民プラザ 11/11～25 ウカルちゃんアリーナ・小競技場

・「運動遊びプログラム

ボール遊び：①ボールキャッチ②まりつき③ボール当て

仲間遊び：①ビブス投げフィーリング②ビブスでしっぽ取り③コーン倒し、コーン起こし④アイスクリーム屋さんゲームを実施。

・プレイパーク（昔遊び）：縄跳び・スキップジャンプ・輪投げ・コマ・フラフープ・竹馬・けん玉・バランスストーンを実施。

・参加数：11/4 14名・11/11 11名・11/18 20名・11/25 10名

