

～こども達の持つ能力を引き出し、伸ばす～

SCC キッズクライミング教室

【はじめに】

現代の子供達の体験不足が様々な発達上の問題を引き起こしている事を指摘されながらも、子供を取り巻く社会環境の変化は加速するばかりです。特に人間としての土台を築く幼児期の子供達に与える影響は大きく、豊かな人間性を育む以前の身体機能のアンバランスが目立つようになってきました。

平成 10 年度の東京都公立幼稚園児の運動機能調査（東京都立教育研究所）では、昭和 55 年を 100 として [25m 走][立ち幅跳び][ソフトボール投げ][体支持時間][両足連続跳び越し]の 5 種目について 3 年ごとに運動能力調査をしています。その結果は、どの種目も年を経るごとに低下しており、中でも両腕で体を支えている時間を計る [体支持時間] は 60 のまで低下。5 種目のうちで最も著しい低下となっています。

今の子供達は「我慢ができない。」とよく言われますが、心の問題だけではなく「我慢できる体ができていない。」というのが実情ではないでしょうか？自分の体を支える力が無いということは、体が思うように動かない結果意欲が持続できないのではないのでしょうか。

【幼児期に身に付けたいバランス力】

体の中心が定まってバランス力が身に付いてくると、子供達の動きは敏捷性や持続力が見られるようになります。木登りなどもしなくなった現代の便利な生活では、このバランス力を身に付ける機会が非常に少なくなっています。就園前では歩く体験さえしていない為、入園後何も無い平坦な道で転ぶことさえあります。生活の中で身に付けられない力を身に付けるには、私達大人が意図してそのような運動の機会を与えなければ身に付かないのが実情です。

以上のような事から、SCC ではクライミングを通じて子供達に次のような [力] を身に付けさせたいと思います。

【クライミングで身に付けたい力（目標）】

1. バランス力・・・自分の体を知り、力の出し方・体の動かし方を知る
2. 集中力・・・目標を持って活動することで、達成感を味わい意欲を持続させる。
3. 判断力・・・どのようにすればもっと合理的で安全であるかを瞬時に判断する力を養う。

本来子供達が自然の中で学んできた能力を引き出します。人間の基本的運動能力を引き出します。

【SCC キッズクライミング教室の特色】

目新しいクライミングというスポーツを通じて「力」*をつけることができます。特に子供達にとっては、経験したことのないスポーツですので、大きな好奇心を持たせながら導入できます。

自前のクライミングウォールが無くても、近くの SCC を利用することでコストを低く抑えることができます。更に他の園との差別化、父兄へのアピール（特色ある保育）にもつながります。

*バランス力・集中力・判断力・持久力等のことを言います。

【クラス1 4歳児（年中）】

ステップ1 ホールド（壁に取り付けられた様々な形の石）を掴んで自分の体を支えよう。

足がすぐ着くような低い場所から始めて、自分の体を支えるコツを身に付ける。

ステップ2 少しずつ高いところへ登ってみよう。

高い所へチャレンジすることで、体の緊急事態を体験すること（今の子供達が最も体験が不足していること）で与えられた環境への対応ができるようにする。

ステップ3 目標とする高度まで登ろう。（目標物をしかけ、それをタッチする）

ステップ4 友達と競ってみよう。

体を支える時間比べなど、競う事で意欲を高める。

【クラス2 5歳児（年長）】

ステップ1 ホールドに触って考えよう。

色々な形のホールドに触らせ考えさせる。手を使って考える。

ステップ2 ホールドに掴まり体を支え、そして登ってみよう。（クラス1 年中児のステップ2と同程度）

手足を調整する能力を引き出す。

ステップ3 ステップ2に引き続き、縦・横に移動してみよう。

バランス能力を引き出す。

ステップ4 トラバース（横移動）に挑戦してみよう。
手足を調整する能力・バランス能力の複合動作。

ステップ5 長い距離（時間）をトラバースしよう。
ステップ4の複合動作に集中力と持久力をプラスします。

ステップ6 20mのトラバースに挑戦してみよう。
総合評価

【指導】

原則としてS C C浜松店、又は新潟店で行ないます。

S C C施工のクライミングウォールをお持ちの園につきましては講師の派遣等も致します。

時間等につきましては、ご相談ください。

【料金】

・お問合せください。