

## 参加者に聞いてみた!

僕がスポーツクラブで一番印象に残っているスポーツはポッチャというボールを使うスポーツです。あまりボールを投げるのが上手じゃなくても楽しめました。他にもたくさん好きなスポーツが増えました。スポーツクラブに通えて良かったです。



こにし まさと  
上川西子どもスポーツクラブ 小西 将叶さん

スポーツクラブでは、いろいろなスポーツをやっています。私は、みんなでするドッジボールや鬼ごっこが好きです。鬼ごっこは、自分の知らないルールのがたくさんあります。ドッジボールは、男女に別れておこなうのでみんながボールを投げられて楽しいです。



たかやま ゆい  
日越子どもスポーツクラブ 高山 結衣さん

### 保護者の声

「週に1回程度運動をして欲しいな。」と思い子どもスポーツクラブを習い始めました。息子は初回から楽しそうに参加していました。あまり運動が得意な方ではないのですが、様々なスポーツを楽しめているので通わせて良かったと思っています。以前より自主的に運動することが増えたのも嬉しいです。

### 保護者の声

結衣は、体を動かすことが好きなこともあり、1年生の時からスポーツクラブに参加し、違う学年の子達とのふれあいや、新しい友達づくりを楽しんできました。いろんなルールの鬼ごっこや用具を使った遊びが楽しいようです。親としては、自分達の学校内での仲間づくりや、楽しんで体力づくりができることがとてもありがたいです。

## これで解決! Q&A

### Q1 どんな人が教えてくれるの?

長岡市スポーツ協会の公認指導者が担当します。色々なスポーツ種目に携わってきた指導者が、身体を動かす“楽しさ”をお伝えします。

### Q2 どんな活動をやるの?

全てのスポーツに通じる基礎部分(走る・跳ぶ・投げるなど)の運動をメインに行います。特定の種目にこだわらず、様々な用具を使った運動遊び、スポーツ体験を行います。

### Q3 どれくらいの人数が参加しているの?

現在、長岡市内37の小学校で約1,000人の小学生が参加しています。

### Q4 料金はどれくらい?

1年を3期もしくは2期に分け、期ごとに料金を徴収します。1回あたり500円計算で、クラブごとに参加料を設定しています。

### Q5 怪我した場合は?

活動内容・環境には細心の注意を払い、子どもたちの安全を第一に考えた指導を心がけております。万が一の怪我については、主催者で傷害保険に加入しています。

### Q6 何か用意しなければならないものは?

運動できる服装・内履きがあれば大丈夫です。また、飲み物やタオルを必ずご準備ください。

## 会員募集!!

長岡市の未来を  
熱中!感動!高山教育

~元気いっぱい体を動かそう!~

学校の体育館で放課後運動教室を開催しています



# 子ども スポーツクラブ



【お問い合わせ・お申し込み】  
 (公財)長岡市スポーツ協会  
 〒940-0084 長岡市幸町2-1-1 (さいわいプラザ内)  
 TEL 0258-34-2130 FAX 0258-34-2170

(公財)長岡市スポーツ協会

子どもたちが安心して『主体性』を発揮できる スポーツ環境づくりに取り組んでいきます

### 主な運動プログラム



### 多様な動きづくり

全ての運動につながる、身体の器用さやバランス感覚・リズム感覚を身につけます。脳神経系を刺激する運動も取り入れ『学ぶ力』の向上も促します！



体を巧みに動かす能力の向上



コミュニケーション能力・社交性・協調性の発達

### 仲間との交流・ふれあい

学年の枠を超えて、たくさんの仲間との交流・ふれあいをする中で、相手を思いやる力や社交性など『コミュニケーション能力』の向上を促します！



用具を使いこなす能力の向上

### 用具を使った運動・遊び

バリエーションに富んだ様々な用具を使いながら、「投げる」「捕る」などの基本的な運動能力を身につけます！力の加減や正確性など『調整力』の向上を促します！



理解力・創造力の向上

### いろいろなゲーム・鬼ごっこ

ルールのある中でゲーム遊びに取り組みます。時には、自分たちでルールを考えながら活動することで考える力や表現する力など『創造力』の向上を促します！

## こどもスポーツクラブ3つのスローガン

### 主体性を大切に みんなで楽しみます

子どもたちの自由な発想や考えを大切にしてお互いの「やらせる・させる」指導はしません

### 体力や運動能力を育みます

色々な動き(走る・跳ぶ・投げる)や姿勢を維持する力、運動を続ける力を身につけます。危険回避能力の土台にもなります

### 人間力を育みます

意欲的なところや新しいことを思いつく創造力、感情をコントロールしてお友達と上手にコミュニケーションする力などを身につけます



### 子どもをとりまく運動の状況は!?

- 活発にからだを動かす遊びが減っています
- からだの操作が未熟な子どもが増えています
- 自発的な運動の機会が減っています
- 仲間とからだを動かす機会が減っています

幼少期の運動遊びや運動習慣は、子どもの心と身体の発育発達に大きく関わるだけでなく、大人になってから運動習慣にも大きく影響します！

活動の様子は  
こちらから

