iiss

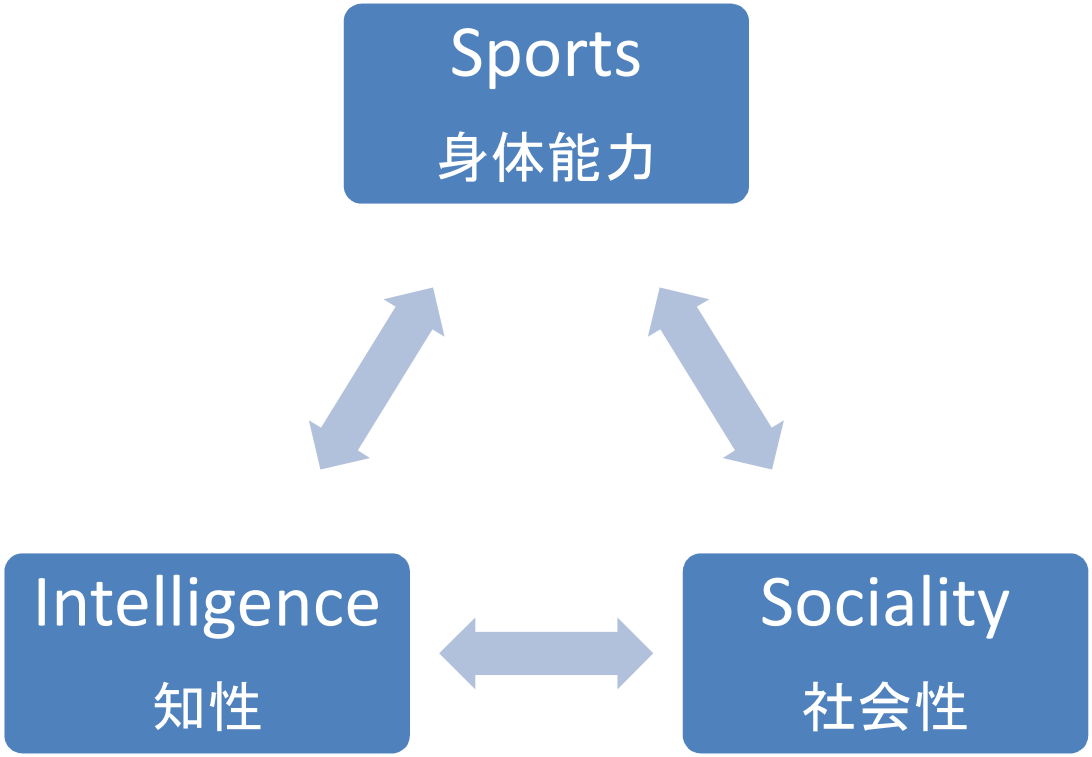
Kids Intelligence Sociality Sports International Institute

KISS Kids Intelligence Sociality Sports International Institute

kissii.org

2015/11/27 GinzaSalon

KISS Kids Intelligence Sociality Sports International Institute



子どもたちの身体能力・社会性・知性をバランス良く発達するためには、スポーツ・運動を伴う遊びが最も効果的だと考え、歩く、走る、跳ぶ、転がる、投げる、蹴るなどの基礎的なスポーツに楽しんで取り組み、仲間と一緒に運動することにより、協調性や、思いやりなどの社会性を養い、スポーツ遊びを工夫するなどの知性も磨き、心身共にバランスの良い成長が望ましいと考えます。

KISS Kids Intelligence Sociality Sports International Institute

Kids

子どもたちにとって遊びは生活そのものです。
石ころひとつで一日中楽しく、お腹が減るまで夢中で遊ぶことだってできるわけです。

私たちは、感動・感謝・感激を合言葉に、Sportsの語源にあるような気晴らしをする、遊ぶ、体を動かす、楽しむなどの各種活動を続けながら、自分の気持ちで行動できる「クリエイティブでたくましい人間」になってくれることを参加するすべてのファミリーメンバーに強く望んでいます。
子どもたちの発達とは、身体的能力、認知的能力、情緒・社会性が相互にリンクしながら高まっていくと考えています。

KISS Kids Intelligence Sociality Sports International Institute

Intelligence

認知的な発達、要するに、知的な能力ですが、今日の日本では、知的な能力というと成績がよいことだと思っています。でも、そうではなく、考えるとか、工夫をするとか、判断をするとかそういった意味での認知的な能力が大切なのです。

生きる力、そのものです。

Sociality

情緒・社会性というのは、コミュニケーションです。
コミュニケーションというのは一つの関わりなのです。遊びには仲よく遊ぶということもありますが、ケンカをするということもあります。これは両方大事です。

とかく私たち大人はケンカをすると止めるのですが、止めてはダメですね。
思いっきりさせればいいのですよ、ケンカを。命に関わっては困りますが。
ケンカをしないと力の加減が分からないし、例えば人にけがをさせても、それがどういうことかわからない。ケンカをして相手がけがをして、その時はあせり、帰ったら落ち込むという、それがプラスに転化するのです。

身体運動と認知と情緒・社会性、その能力が遊びで作られる要因で、これはバラバラではありません。この遊びは体を鍛えるとか、この遊びはこころを育てるとかそんなことはないのです。どんな遊びでも体と知的な能力とコミュニケーションが絶対に必要です。

KISS Kids Intelligence Sociality Sports International Institute

Sports

スポーツ・運動遊ぶは、身体運動能力、認知的な能力、情緒・社会性の3つ能力を相互補完しながら楽しむものです。

この3つの能力はお互いの力を補い、お互いに影響し合い、お互いの能力を伸ばしていくという事です。

KISS プログラム　contents

・ジュニアスポーツ指導員養成講座（日本体育協会）

・アクティブチャイルドプログラム（日本体育協会）

・ボールであそぼう（日本トップリーグ連携機構）

・幼児期運動指針（文部科学省）

・Breiten sport(Deutschland SPORTJUGEND)

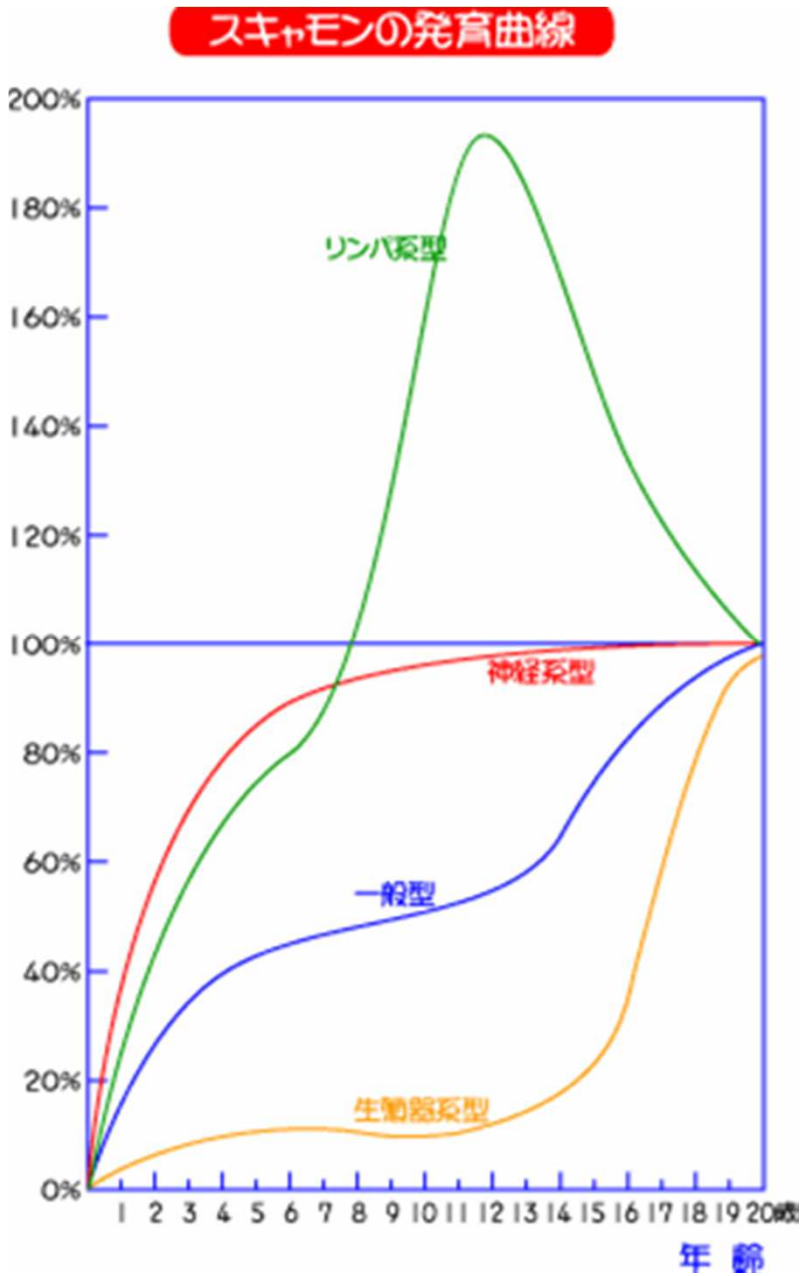
・HEUT’ BIN ICH PIRAT!(HESSEN SPORTJUGEND)

・Wenn das Essen laufen lernt(HESSEN SPORTJUGEND)

KISS Kids Intelligence Sociality Sports International Institute

子どもにとってのスポーツ

1. 練習にやってきた子ども1人ひとりをきちんと出迎えて、子どもたちに練習に来てよかったと感じさせる。
2. 子どもたちの学習能力を信じていることを示す。
3. 子どもたちの発達レベルに応じた活動をさせる。
4. 結果ばかりに注目せず、努力するように励ます。
5. 過剰なプレッシャーを与えるような予選試合や活動を避ける。何度も成功できるような状況をつくり出す。
6. 努力やパフォーマンスをほめるときは具体的にいう。
7. 笑顔、うなずき、ウィンクなどで認めていることを示してやる。
8. 子どもが特別なことをしたらほめてやる。そのとき、“背中を軽くたたく”ことには大きな意味がある。
9. 子どもたちに責任を持たせる。意思決定に参加させ、それぞれに“リーダー”になる機会を与える。交替でキャプテンを務めさせる。
10. 意見を求め、質問するように促す。



スキャモンの発育曲線

・一般型

一般型は身長・体重や肝臓、腎臓などの胸腹部臓器の発育を示します。特徴は、乳幼児期まで急速に発達し、その後は次第に緩やかになり、二次性徴が出現し始める思春期に再び急激に発達します。思春期以降に再び発育のスパートがみられ大人のレベルに達します。

・神経系型

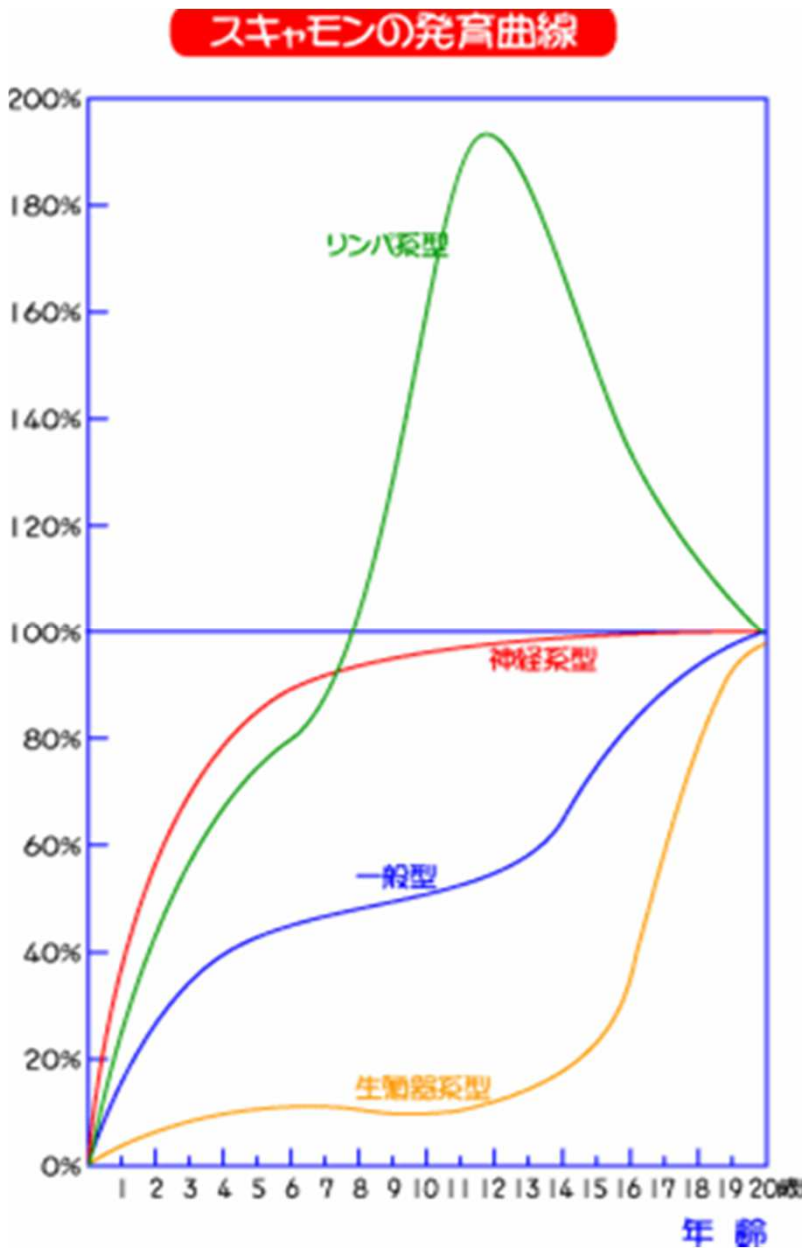
器用さやリズム感をになう神経系の発達は、脳の重量や頭囲で計ります。出生直後から急激に発育し、4・5歳までには成人の80%程度 (6歳で90%) 、12歳には100%に達します（唯一、子どもの間に完成する。

・リンパ系型

免疫力を向上させるリンパ組織の発達です。生後から12，13歳までにかけて急激に成長し、大人レベルを超えるが、思春期を過ぎたら大人レベルに戻る。

・生殖器系型

生殖器系の発達で、男性、女性ホルモンなどの分泌も多くなる。14歳あたりから急激に発達する。生殖器系の発達で男性ホルモンや女性ホルモンなどの性ホルモンの分泌も多くなります。



スキャモンの発育曲線

・神経系の発育が著しい3歳～小学生

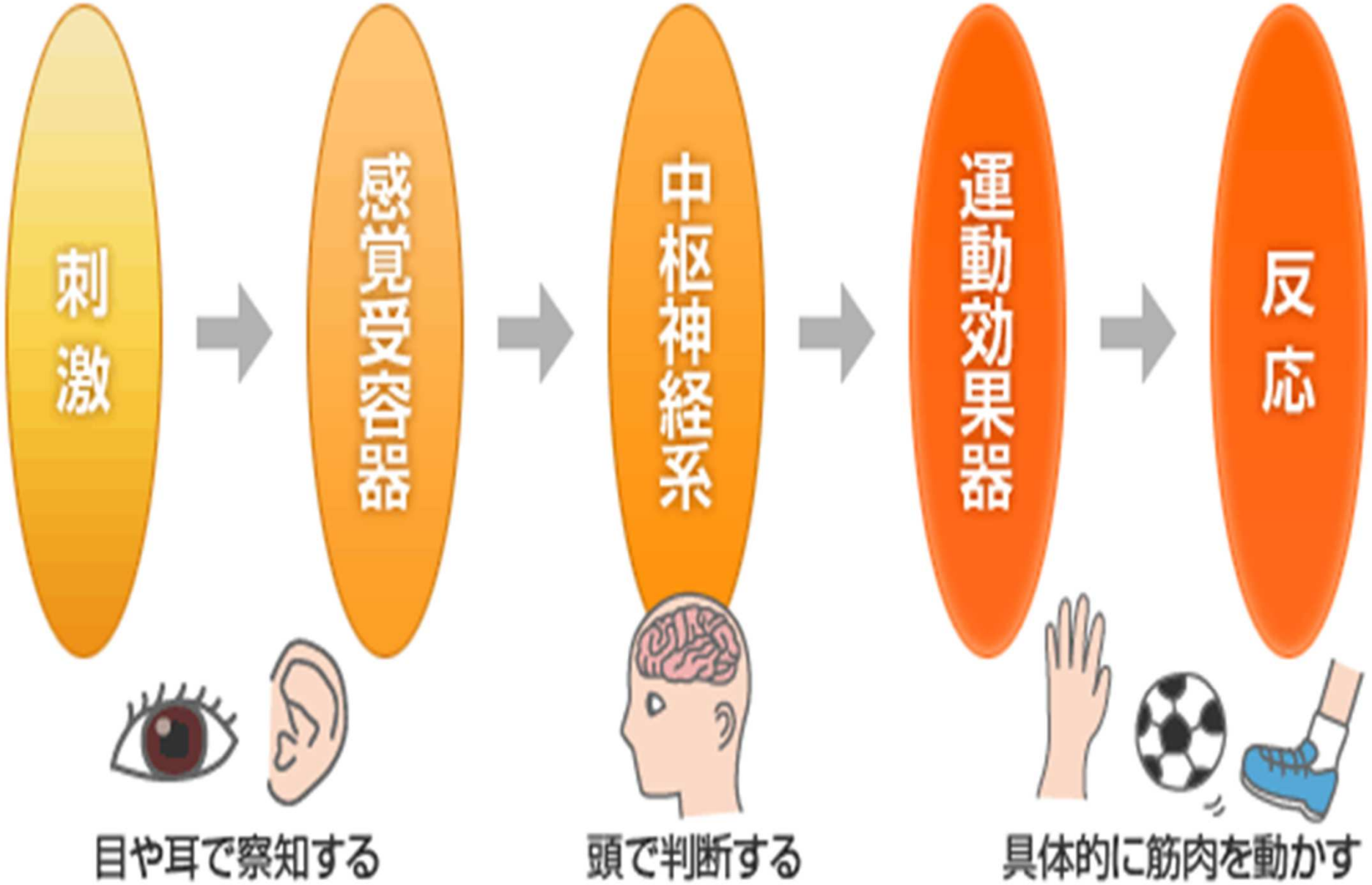
この時期は、巧緻性やバランス感覚などが発達するので、様々なスポーツや遊びを体験させることが重要です。そのなかで、基本的な運動動作の習得を目指します。また、この頃はスポーツとの出会いの時期でもあり、気軽に楽しく運動できるような配慮が必要です。

・中学生は持久力

中学生の時期は主に一般型の呼吸・循環器系の発育がさかんになるので、持久力をつけることを主眼におきます。有酸素運動をたくさん取り入れ、ねばり強さをつけます。また、この時期の筋力トレーニングについては、専門家の間でも意見が二分します。『否定派』筋の発達は男性ホルモンと関連するので高校生以後が顕著となる。よって筋力トレーニングは高校生以降におこなったほうが効果的であり、若年者ではむしろ骨、関節の過負荷につながり障害の原因となる。『肯定派』負荷をかけてトレーニングをすると筋自体は増加しなくとも筋への神経の電気的信号の頻度や強度が高まる現象が起きる。これば実質的に筋力をアップすることを意味する。また子供の内に正しい筋力トレーニングを教えておけば年齢が来て本格的なトレーニングを開始したときに大いに役にたつはず。子供の筋力トレーニングは体の負担が来ない低負荷をかけて行うべき。私は後者の意見を支持しますが、中学生は各人の成長の差が大きいので、慎重にプログラムを組まなければならないことは間違いありません。

・高校生は力強さ

高校生の時期は生殖器系の発育が著しく、ホルモンによる骨格筋の発育が著しい時期です。したがって、この時期には、力強さ（パワー・瞬発力）をつけるため、筋力トレーニングや瞬発力系のトレーニングを行います。


刺激
感覚受容器
中枢神経系
運動効果器
反応
目や耳で察知する
頭で判断する
具体的に筋肉を動かす

コーディネーション能力
～7つの要素～

１)バランス：バランスを保つ、崩れたものを直す

２)リズム化：動くタイミングをつかむ、相手の真似をする

３)定位：空間認知、距離感を正確に把握する

４)変換：状況に合わせて、動きを切り替える

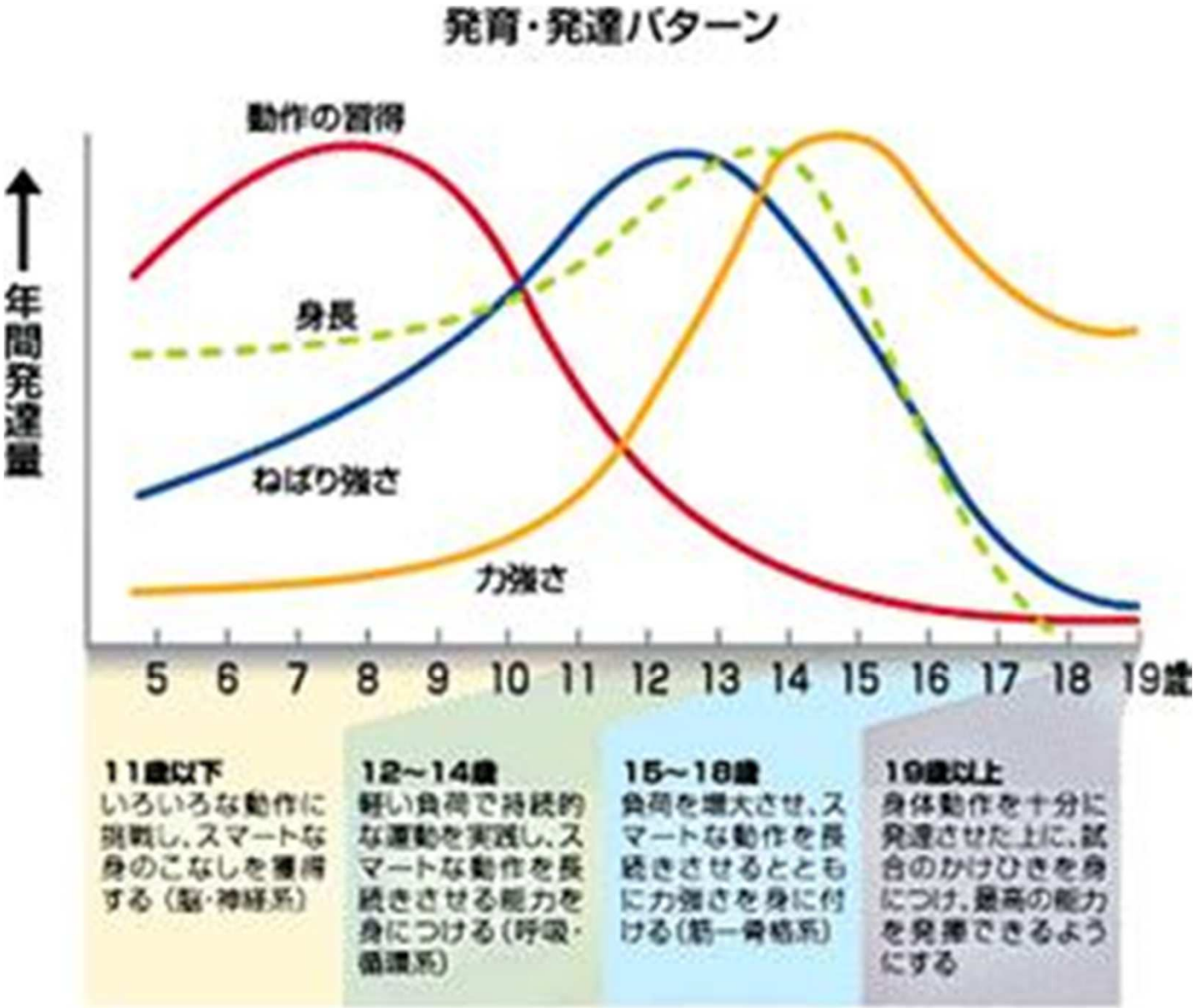
５)反応：合図に素早く正確に対応する

６)連結：手足の複数の運動を同調させる

７)分化：道具や手足を巧みに操作する
（識別）

7つの要素をバランスよく組み込んでトレーニングを行う。

運動能力や体力はいつ発達するのか



特定非営利活動法人FCゴール

平成17年度　文部科学省委託事業「育成クラブ」に指定される
平成18年度　文部科学省委託事業「育成クラブ」に指定される
平成18年度　横浜市青少年育成活動補助金交付事業「きちんと生活体験」実施
平成19年2月17日　総合型地域スポーツクラブ設立
平成19年5月10日　特定非営利活動法人FCゴール設立（認証完了）
平成19年度　文部科学省委託事業「元気アップ親子セミナー」実施
平成20年度　文部科学省委託事業「元気アップ親子セミナー」実施
平成20年度　文部科学省委託事業「地域スポーツ指導者育成推進事業」実施
平成21年度　文部科学省委託事業「地域スポーツ指導者育成推進事業」実施
平成22年度　文部科学省委託事業「地域スポーツ指導者育成推進事業」実施
平成23年度　神奈川県委託事業「子どものスポーツコーディネーター養成講座」実施
平成23年度　文部科学省委託事業「スポーツコミュニティの形成促進」実施
平成24年度　神奈川県委託事業「子どものスポーツコーディネーター養成講座」実施
平成24年度　神奈川県委託事業「かながわスポーツクリニック」実施
平成24年度　文部科学省委託事業「地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト」実施
平成25年1月10日　一般社団法人KISSインターナショナルインスティテューツ　設立
平成25年度　文部科学省委託事業「地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト」実施
平成26年度　文部科学省委託事業「学校地域を活用した学校丸ごと子どもの体力向上推進事業」実施
平成27年度　文部科学省委託事業「学校地域を活用した学校丸ごと子どもの体力向上推進事業」実施中

〒231-0047　横浜市中区羽衣町3－84 横浜市立吉田中学校内 FCゴールハウス2007
〒231-0048　横浜市中区蓬莱町2-4-7澤田聖徳ビル4階プレミアムステーション4

本日はありがとうございました。
皆様のますますのご活躍に期待しております。

感謝

hanya88@gmail.com
半谷真一　FCゴール
一般社団法人ＫＩＳＳインターナショナルインスティテューツ

Facebook　https://www.facebook.com/jinjino88

2015/11/27 GinzaSalon