



スイッチマン通信

2025. 5
Vol. 24

【応援すると上手くなる】

運動能力向上・発育発達健康アドバイザーの青山剛です。
新年度に入り一ヶ月が経ちましたが、
お子さん、保護者さん、保育者の皆さんもお元気ですか？



うちの次女は新一年生になり、やはり4月は緊張の連続だったようでクタクタです。なのでこの連休は好きなようにさせています（笑）

さて、うちの長女（小4）次女とも運動系の習い事をしています。長女は陸上教室、次女は体育教室なのですが、私もたまに見に行きます。

普段の私はスイッチマン体操教室のように子ども達への運動指導の仕事もしているので、色々な視点でその教室を見てしまいがちです。親としてコーチとして、あるいは全体のプロデューサーとしてなどです。

そうすると時にはいつものスイッチマン体操教室には気づかないようなことも分かったりします。そのひとつは「上手く出来ない子は、上手く出来る子を見ていない」ということです。これはかなり高い確率です。

先生やコーチが色々アドバイスするより、子どもは同じ年代の上手な子の動きを「視覚として」捉えさせたほうが上達しやすいものです。

そのために「お友達を見なさい！」と言ってもあまり効果はありません。ではどうしたら良いかと言うと「お友達を応援しましょう！」と、スイッチマンなら言います。そう言うと、子ども達はお友達から目を離さなくなります。

以前この応援のことをこのコラムで書きましたが、応援というのは実はとても色々深い意味、効果があるのです。

さあまた今年度も全国の皆さんの保育園に行ってスイッチマン体操教室を行いますので、保護者、保育者の方はみんなでも応援するように、子ども達に話しておいて下さいね

