

【成長期の運動スポーツの社会問題 vol.7 運動会のためだけに! ?】

これは社会問題ではなく、私の思うところです。いろんな幼稚園、保育園でスポーツ教室をおこなっていると「今度の運動会までに跳び箱をとべるようにしたい」とか「運動会までに逆上がりができるようにしたい」という依頼があったりします。ひとつの目標としては悪くないと思います。しかし、そこが目的になってしまうと本末転倒です。跳び箱や逆上がりは個人差があります。全員が全員クリアできたら良いのですが、それは難しい。スポーツマックスの考え方は、いろんな運動や体の使い方が出来てきた結果として、跳び箱が出来たり、逆上がりが出来たり、いろんな運動に応用が効くことを目指しています。

保護者にクリア出来る姿を見せることは、園としても一つの成果になりやすいですし、保護者としても嬉しいことだと思います。しかし、クリアまでに時間がかかる子もいます。運動会が終わると、その種目を全く行わなかったり、継続性がありません。

大切なことは、クリア出来ずとも、「その種目が楽しい」、「体を動かすことが楽しい」と思えるか。楽しかったら自ずと継続して、クリアに近づきます。子どもたちは、各々の成長過程があります。その成長を一步離れて見ることも楽しいことだと思います。

おとなのための運動会ではなく、子どもたちのための運動会になることを願います。

●友永 恵大 【友永の旅飯vol.18 スポーツの秋編】

秋といえば食欲の秋!も、もちろんそうですが・・・今回はスポーツの秋編!先日、龍馬マラソン以来となる大会に参加してきました。例年エントリーしていた大会は、コロナウイルスにより全て中止。定期的に色々な大会に参加していると、大会依存症? (笑)になってしまい色々探しておりました。そこで今回見つけた大会が「高知県民フェスティバル」のアクアスロン部門(スイム750m→ラン5km)です!従来は「大人のスポーツ大会」といったイメージだったそうですが、現在は「障害の有無や年齢、性別などに関わらず誰もが参加しやすい大会」としておこなっているそうです。参加人数こそ少なかったのですが、久々の大会で楽しむことができ大満足でした。結果は9名中3位。応援して下さい皆様、本当にありがとうございました!



●池内 千尋 【ちひろの毎日麺類vol.30】

9月にオープンしたばかりの【拉麺一方やすきや番地】へ行ってきました。土佐道路のTSUTAYAの西隣にあります。前店のうどん屋のやすきやは、数年前に何度かいったことありますが、何を食べたかは記憶にないくらい・・・。看板メニューだった肉うどん?を受け継いだ肉入りしょうゆラーメンをいただきました!土佐和牛がトッピングされており、甘辛い醤油ダレを自分でかけて食べる、まさに肉うどんのラーメンバージョン。新しいジャンルですがとっても美味しかったです。北海道の有名製麺所の麺を使用しているそうなのですが、細めのちぢれ麺がよくタレに絡む。タレはしっかり濃いめの味ですが、意外とあっさりいける一杯でした。私は、生卵苦手なのでトッピングしなかったのですが、間違いなく合うと思います。皆さんもぜひ!



●鈴木秀司 【コラムvol.154 MAXトートバック】

スポーツマックスの教室(スポーツ塾、スイミングスクール、幼稚園課外スポーツ教室)に入会して頂くと、いろんなプレゼントをしております。まずは、入会特典として、ロゴ入りステンレスボトル。昔はただのボトルでしたが、進化して今では保温保冷ができますので、重宝されています。

そして、教室に参加されるとMAXカードに1枚ずつシールを貼っていきます(なぜ、子どもたちはシールを貼ることが好きなんだろうか・・・)。このカードがゴールすると、またプレゼントをもらえます。それが写真のMAXトートバックです。こちらも初期の頃と比べ赤を基調におしゃれ感満載で、レッスン以外にも使えます。こだわりをもって作っていますので、たくさん荷物を入れてお出かけを!



●飯田 裕翔 【裕翔の温泉巡りvol.11】

アウトドアの秋は仁淀川でナイトBBQをしてきました!昼間はいつも人が多いですが、僕が行った18時頃には2組しかいませんでした。人が少ないのもナイトBBQの良さですね。

ナイトBBQに役立つ僕のおすすめグッズは、コールマンのLEDランタン!こちらのランタン、取り外し可能で3つのパネルがついており、お手洗いにいくときや物を探すときは懐中電灯代わりになり、USBポートがついているので携帯の充電なんかもできちゃいます!しかも電池式なので災害時にも役に立ちそう。もちろん火を囲んでいるときは、明るすぎるので消しています。夜は肌寒くなってきましたが、是非皆さんもナイトBBQ楽しんでみてはいかがでしょうか!



SPORTS MAX
Instagram



【SPORTS MAX LINE】

イベント情報や、運動脳力向上に関する情報などお知らせしています。



生徒募集中!

紹介者にはスポーツマックス赤Tシャツをプレゼント。入会者は入会金無料!