

柏の葉小学校 放課後スポーツアカデミー主催

# バルシューレスクール

会員募集中!



Ballschuleは、運動が苦手、運動を初めて行う子のスポーツの入り口。児童・園児が楽しく関わりながらも、基礎運動能力・自発性・社会性を身につけられる教育研究を背景を持ったボール運動教室です。

## 遊びを科学する!!ドイツ生まれのボール運動教室

《課題①》  
子どもの  
運動量低下

《課題②》  
自発的に遊ぶ  
場の減少

《課題③》  
現代子ども  
スポーツの課題

3つの課題を解決します!

ドイツでは、ブンデスリーガ ボルシアドルトムント・ブレーメンなど様々なスポーツチームの指導現場や幼稚園・小学校などの教育現場でもプログラムが展開されています。

### ★ 年長・年中児コース

当クラブ指定月曜日

17:30~18:15

柏の葉小学校 体育館

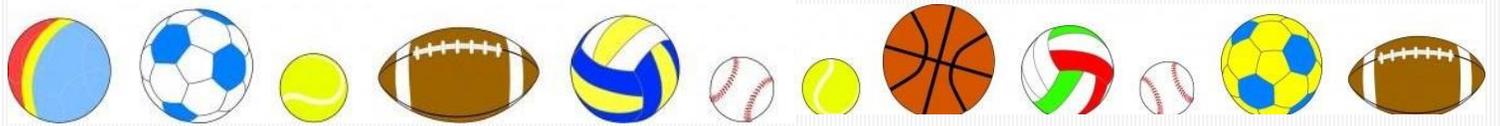
体験レッスン  
随時  
受付中!

お問い合わせ・お申込み

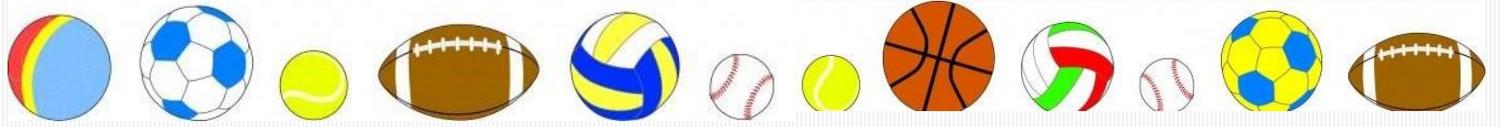
柏の葉小学校放課後スポーツアカデミー主催

一般社団法人フットボールアカデミー

メール [football-ac@jcom.zaq.ne.jp](mailto:football-ac@jcom.zaq.ne.jp)



## ドイツ・ハイデルベルク大学スポーツ科学研究所ロート教授が 考案した独自の子供ボールゲーム指導プログラム



### 遊びを科学する『バルシューレ』その背景

#### ①子供の運動量低下

10歳児で全身持久力が高いほど認知機能テストの成績が良い(HILLMAN;2005)  
新体力テストが好成绩ほど学業成績が良い傾向(MORITA;2016)  
300以上の研究で運動と認知機能の関連について肯定的な報告がされている。

#### ②自発的に遊ぶ場の減少

6歳から13歳の年代は注意力や情報処理能力の発達が著しい。正しい解決のたたき込みではなく、直観力や思考の多様性が求められます。

#### ③現代の子供スポーツの課題→専門スポーツの早期専門家と早期ドロップアウト

脳の発達は5歳で80%形成されると言われ早期に多様化を経験させることは、神経系統特に大脳の発達発育にも良い形成を促す。(スキャモンの発達曲線)  
また、早い時期からの特定種目にとらわれない共通的经验(多様な運動経験)は後の専門的技能に対して良い影響をおよぼす。

### 【バルシューレの特徴】

#### A領域 運動基礎技能

投げる動作は6歳ころまでに大人とほぼ同レベルに到達する。運動習得は規則的に進行しスキップすることはない為経験しなければならない。

#### B領域 技術・戦術的基礎技能

位置取りや協働プレイによるボール確保、ゴールや得点の為に隙をつくなどの認識を獲得

#### C領域 コーディネーション能力

リアクション・リズム感・バランス・識別能力・カップリング・適応能力を獲得

様々な状況下において、自分自身の意思決定によるプレーの実践  
数や量、数学的思考をゲーム形態や練習形態への説明や「結果」を通して形成  
仲間とプレーする際に、他者と同調する方法を学ぶ  
11歳以下の子供がコーディネーションを学ぶ優位性  
(身体的成長過程よりも中枢神経系が時間的に先行し成熟する年代。この年齢段階におけるコーディネーション的専門能力は、トレーニング効果が極めて大きい)  
楽しいものであること(学習の成果が体験でき次の学習の動機に繋がる)

現代社会に必要な手段的知識・予測力・問題解決能力獲得につながるプログラムです。