

心を元気にするレクリエーション支援



NPO法人 愛媛県レクリエーション協会

事務局長

レクリエーション・コーディネーター

松木 紀子

< 今の子どもたちの良いところ >

・コンピューターや携帯電話、ゲーム機など 機器の扱いがうまい

・リズム感がある

・お話が上手

・パフォーマンスが得意な子が多い

・甘え上手

・
・
・



< 今の子どもたちの問題点 >

- すぐに「無理」「しんどい」ということが多く体を動かすのを面倒くさがる
- 人とうまくコミュニケーションがとれない
- 約束やルールが守れない
- 遊び方を知らない
- 集団でのいじめ
- 指示待ちをしている子が多い
-
-
-

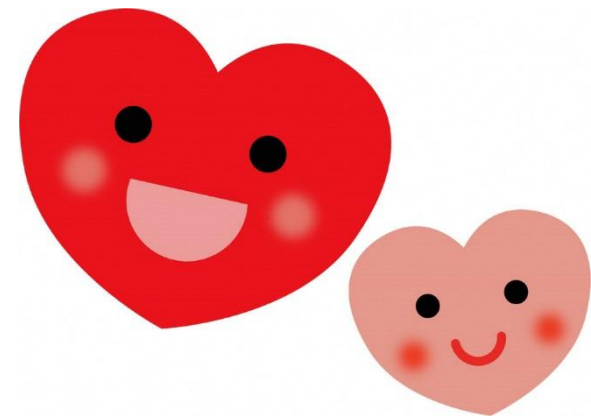


<子どもたちはどの段階？>

マズローの欲求五段階説



レクリエーションとは



心を元気にすること

そのためには……

子どもたちの心の状態を察してみる

マズローの欲求5段階説

思い出してください



「マズローの欲求5段階説」を「いらすとや」の素材で
イラスト制作 | Normal is Best. (normal-is-best.net)

<低学年の子どもたちには>

- 子どもたちのもっているスキルで、達成することができる簡単なゲームを繰り返す
(自信をもたせる) ➡ **満足感・達成感・賞賛**
↓
- 年上の子どもたちと縦割りで活動する
(ルールを守る、将来の姿を思い描く)
➡ **社会性・良いモデルを知る**
↓
- やってみたいことを見つけさせる
(創造力) ➡ **意欲喚起**



< 中学年の子どもたちには >

- 同学年の友達と試行錯誤しながら課題を達成する
(集団行動をする) ➡ **仲間意識・聴く・説明する**



- 弱者をいたわる、高学年をみてやってみたいことを思い描く
(場にふさわしい行動) ➡ **弱者へのいたわり**



- やってみたいことに挑戦する
(チャレンジ) ➡ **成功体験からの自信
振り返りによる回復**



<高学年の子どもたちには>

- もっているスキルや知識をいつでも引き出せる柔軟さ

➡ 応用力 ・ アレンジ力



- 初めてのことに直面しても楽しもうとする

➡ 興味関心・自信・余裕



- 困っている人に対し手を差し伸べる

➡ 気配り ・ いたわり



- チームのメンバーをリードして成功させる

➡ 達成感 ・ 責任感



個人の能力やスキルを高めたいときには

＜スコアを記録に残す＞ **チャレンジした結果を記録し自分の成長を実感する**

例えば **豆つまみ皿うつし**

第1回大会を開きチャンピオンを決める

次回の大会の日程を予告する



大会に備えて練習する（その都度記録を残す）

記録が伸びていたらほめる



第2回大会を開く その後 何度か大会を開く

挑戦意欲を高める



仲間意識を育てたいときには

＜チームで結果を出す＞

チームの質が同じになるように配慮する

- どのチームも勝てるという期待をもたせることが重要
- 誰かが失敗しても他のメンバーがフォローできる体制をつくる
- 友達の助言に耳を傾ける
- メンバーが頑張っているときに応援する

例えば……

紙ちぎりのばし

- ① チームの質が均一になるよう配慮してチームをつくる
- ② 紙テープを割く練習をする
- ③ チャレンジする順番を決める
- ④ 1人 10秒ずつチャレンジする
- ⑤ 長く延ばせたところをほめる
- ⑥ もう一度チャレンジするために作戦会議を開く
 - ・うまくできなかったところを教え合う
 - ・順番を決める
- ⑦ 2回目のチャレンジをする
- ⑧ うまくできていたところや頑張ったチームをほめる



パックタワー

- ① パーツを積み上げていく練習をする
どうやったらうまくいくか考える
うまく積めるように教え合う
- ② ルールを説明する
1つずつ交代で順番に積む
見ている人はアドバイスする
リーダーのコールに合わせて積み上げる
- ③ ゲームを開始する
- ④ 一番高く積めたチームから うまくいくコツを聞く
- ⑤ 作戦会議を開く
- ⑥ もう一度チャレンジする



創造力を育てたいときには

＜みんな考えて一つのものを作りあげる＞

例えば

ペットボトルキャップを使ってテーマにあった作品を作る



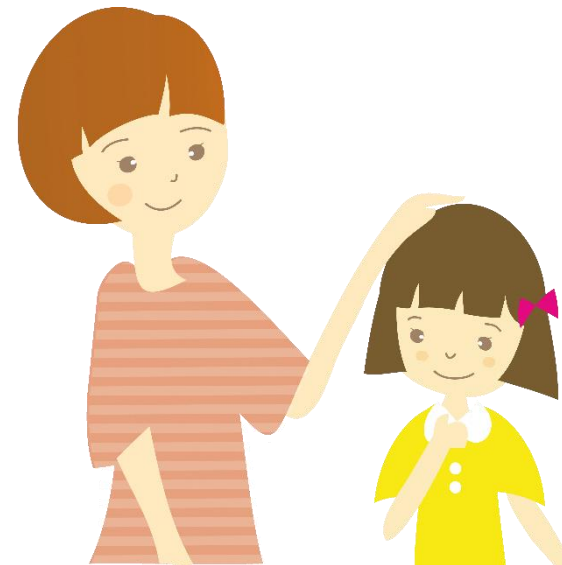
楽しさを感じ、心を元気にするためには

うまくいったときに

一緒に喜ぶ

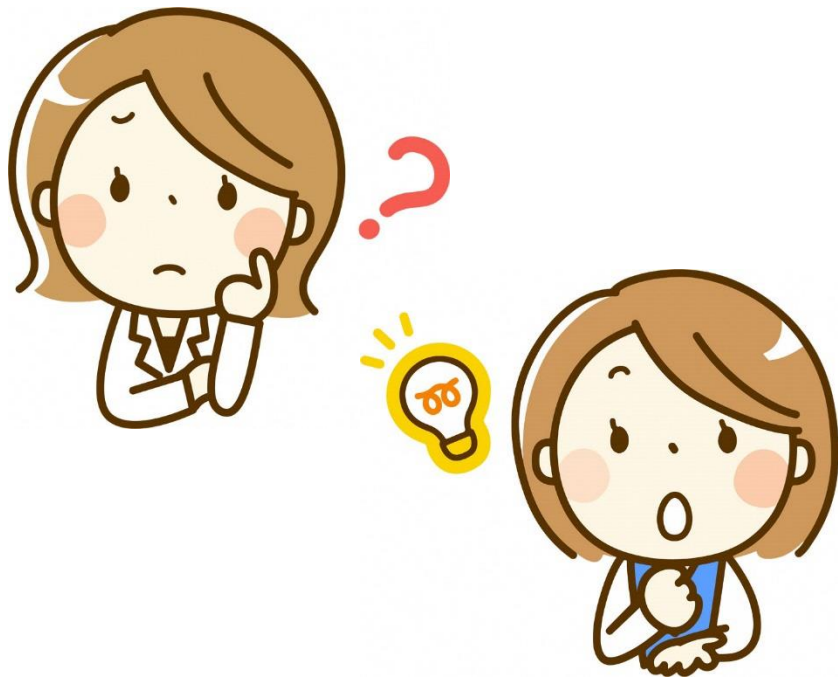


ほめる

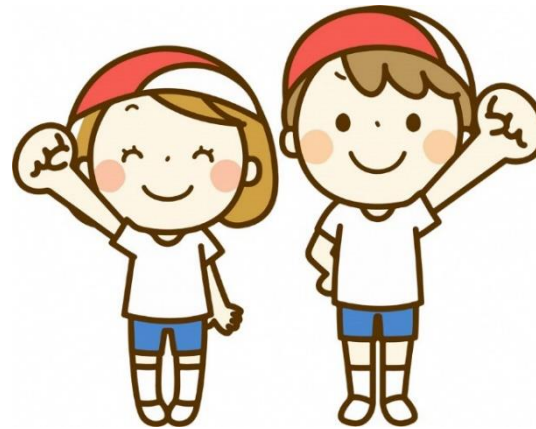


失敗してしまったら

失敗の原因を
考える



練習する



励ます
応援する



「楽しい」がすべての始まりです



☆ 同じ時間・同じ空間を共に過ごす楽しさ

共感・安心感

☆ 努力すれば その成果は必ず現れる

達成感・満足感

☆ また次もやってみたいと思わせる

意欲・満足感

☆ 今度はこんなことをしてみたいと未来を思い描く

自己実現

子どもの気持ちに寄り添ってください

ゲームをするときには一緒に楽しみましょう

皆さんもチームの一員です

うれしいこと、残念なこと、つらいこと・・・みんなで分け合いましょう

楽しいところには たくさんの笑顔が集まります

笑顔は 次へのエネルギーです



レクリエーションで

存分に楽しんでください

皆さんの「楽しい」を応援します

A decorative border of colorful hearts in shades of orange, yellow, pink, blue, and green surrounds the central text.

NPO法人
愛媛県レクリエーション協会

〒791-1136

愛媛県松山市上野町甲650番地

Tel・Fax：089-963-1993

Email：ehimerec@joy.ocn.ne.jp

<http://www.ehimerec-or.jp>