

LEQ 集団活動プログラム《バランスストーン》

タイトル	バランスストーン
大ジャンル：	運動
中ジャンル：	レクリエーション
小ジャンル：	体幹
使う道具：	バランスストーン
場所	室内
人数	1-
内容	高さの違うバランスストーンを一定の間隔で置き、コースを作りその上をバランスを保ちながら落ちないように歩いていく集中力と体幹を鍛えることを目的としたプログラム

5 領域

健康・生活	運動・感覚	認知・行動	言語・コミュニケーション	人間関係・社会性
○	○	○	○	○

【 流れ（20分） 】

時間	内容	児童の予想される行動	支援員の動き
00:00	開始前にコースのセッティング バランスストーンを置きコースを作る。 始まりの挨拶 「今から活動を始めます。礼。」 まずは靴下を脱ぎ、ロッカーにいれてもらう。 コースをわたる際には一歩ずつ進んでもらう。走らずゆっくり進む。 スタート位置に待機し一人ずつ順番にスタートする。 ゴールしたら次の児童がスタートする。 人数が多い場合などはコースを2つ用意して待ち時間を少な	始まりの挨拶時に正座をしているか。 靴下を脱いで近くに放置している児童はいないか。 聞く体制で聞くことが出来ているか。	挨拶時は正座をしてもらうように声を掛ける。 靴下を脱いだ後はロッカーやポケットにいれるように声を掛ける。 座って目を向いて聞く体制になるように声を掛ける。

	くする。		
03:00	一番最初にスタートする児童はスタート位置についてスタート。 残りの児童は順番に並んで座って待つ。 ゴールしたら次の児童がスタートする。 途中で落ちてしまった場合は落ちた場所から再スタートする。 全員が1から2周行えるようにする。	途中でおちてしまった場合など諦めてしまう。または泣いてしまうことがある。 待っている児童はじっとしていない（立ったり寝転んだりおしゃべりをしている児童はしないか。）	諦めずに最後まで行けるように声を掛けたり、もう一度挑戦できることを伝えるなど気持ちを切り替えられるような声掛けを行う。 行っている児童を見るように伝えたり、次の児童はスタート地点で待機しているように伝える。
17:00	活動終了、感想・まとめ	他の児童やスタッフが話している際に聞くことが出来ているか。	児童に難しかったことや感想を聞く。 話を聞いていない児童には話を聞くように声掛けを行う。
20:00	終わりの挨拶 「これで活動を終わります。礼。」	挨拶時には正座をすることが出来ているか。	正座をしていなかったら正座をするように声を掛ける。

【実施のポイント】

- ・児童の興味関心を高められるような声かけをする。
→活動へのモチベーションの維持を行えるようにする。
- ・児童のスキルに合わせた内容を意識する。
→学年や年齢によってバランス石の置き方を配慮する。
- ・最後までいけるようにコースを調整する
→最後までいくことでの成功体験を持つことで達成感や自信につなげるようにする。

【アレンジパターン】

- 1、進む方法を変えてみる
コース進む際に横歩きやしゃがみ歩きで進むことでよりバランス感覚や体幹をより鍛えるトレーニングをする。
- 2、難易度ごとのコースを用意する。
学年や技量にあったコースを行うためにコースを分けて行う。