

(様式1)

## 親子の学び応援講座実践報告書

名 称	親子で3B体操
講座開催日	平成30年7月4日(水)
会 場	下郷町立榑原小学校体育館
参加人数	下郷町立榑原小学校児童98名、教職員12名、保護者40名 下郷町立下郷中学校保護者30名 計180名
実践活動テーマ	健康な生活
テーマ設定の理由及び実践活動のねらい	○ PTA 連合会において、地域の実態に応じた講座を行い、親の学び・家庭での実践活動を支援すると共に地域に広める。 ○ 親子で体を動かす楽しさを学び、生涯を通じて健康な生活を送ろうとする意識を高める。

### 講座及び実践活動内容

本講座は、公益社団法人日本3B体操協会から木戸慶子先生を招聘し、榑原小学校全校児童98名とその保護者、教職員、下郷町立下郷中学校保護者の約180名が参加して行われた。3B体操は、3つのBを使う体操(ボール、ベル、ベルター)であり、誰でも無理なく楽しみながらできる体操として子どもたちや保護者と幅広い年代で楽しむことができた。

本講座では、親子の触れ合いを重視したプログラム構成となっており、親子で声を掛け合って手遊びやダンス、タオルを使って心や体をほぐすことができるなど、親子の絆を深めるよい機会にもなった。



ウォーミングアップの親子で手遊び



音楽に合わせてダンス



親子でタオルを使った体ほぐし1



親子でタオルを使った体ほぐし2

60分間の活動時間があっという間に過ぎ、子どもたちからは「楽しかった。」「またやりたい。」という声がたくさん飛び交い、保護者の方も久しぶりに流した汗の向こうに素敵な笑顔が見られた。