



## マルチスポーツ部門 活動内容(例)

### [バルシューレ]

バルシューレとは、子どもたちの運動能力を向上させるためのプログラムであり、「ボール遊び」を中心に、様々な運動やゲームの経験を積むことを目的としています。

個々の発育発達や能力に応じて、自身の体の動かし方を知っていきます。そして、それを各競技につなげていきます。

「ひろしまスポーツアカデミー」のマルチスポーツ部門では、毎回、導入部分でこのバルシューレを行います。



## 【フットサル】

ボールを足で扱うという動作から、神経系や脳に刺激を与え、「どうすればできるようになるか」を考える力を育みます。相手の動きや周囲の状況を観て、様々な情報から自分が何をしたいかを考え、判断し、実行していきます。

「フットサルの選手になる」という目的ではなく、フットサルという種目を通じて、自らの体と向き合い、思考力を向上させていきます。



## 【棒高跳び】

「棒高跳びって無理でしょ」という考え方から、「どうやったらできるのだろう」と考え、実際に自分の体を動かしてやってみる意識(チャレンジ精神)を育みます。専門の指導者が安全に、一つ一つの動きを丁寧に指導していきますので、1回の指導で、全員がマットの幅は越えられるようになりました。

