

# LIFE SKILLS TRAINING PROGRAM

川島 優

大塚 美帆

下田 卓也

近藤 俊

刈田 真人

阿部 七海

塚田 瑞城

御手洗 温子

伴 恵理子

## 【対象】

- 小学校高学年
- 所属するチームにおいて悩みを抱える子ども
- 約20名程度を対象にする

## 【目的】

- 最終的に子ども達がモチベーションを回復し、それぞれのチームに復帰することを目的とする。
- 今後、子ども達が競技生活を送る中で重要となるライフスキルを身につけることを目的とする。

## 【スタッフの立ち位置】

- プログラムを実施する上では子どもたちが「考える←→気づく←→行動する」を常に実践できているかを確認する。

# 【内容】

## 1コマ目

有名アスリートの挫折体験を子供たちに伝える。

その後、小学生を少人数のグループにわけ、大学生がそれぞれのグループについて彼らのチームら競技に対しての悩み問題点をデスクッションし、問題点を探る。 \* 自己認識、ストレス対処スキル、問題解決スキル、対人スキル

## 2コマ目

自分たちでスポーツのルールを作ってもらおう。

コミュニケーションスキルを高めるようなルールをあらかじめ大学生側がいくつか提示してそのなかから1つを選んでもらい、それをベースにルールを作り替えてもらう。 \* 創造的思考、クリティカル的思考、意思決定スキル、共感性

## 3コマ目

実際にルール作りしたスポーツを実施してもらおう。

チームの勝利のために自分の果たすべき役割を考えてもらったり、気づいてもらう。 \* 対人関係スキル、自己認識、問題解決