

## 『非認知脳力』

学校での教育方法改善指針によって注目されている「非認知能力」という力。

認知能力という技術・知識などの見える能力に対して、評価しがたい目に見えない大切な能力の総称とも言えます。

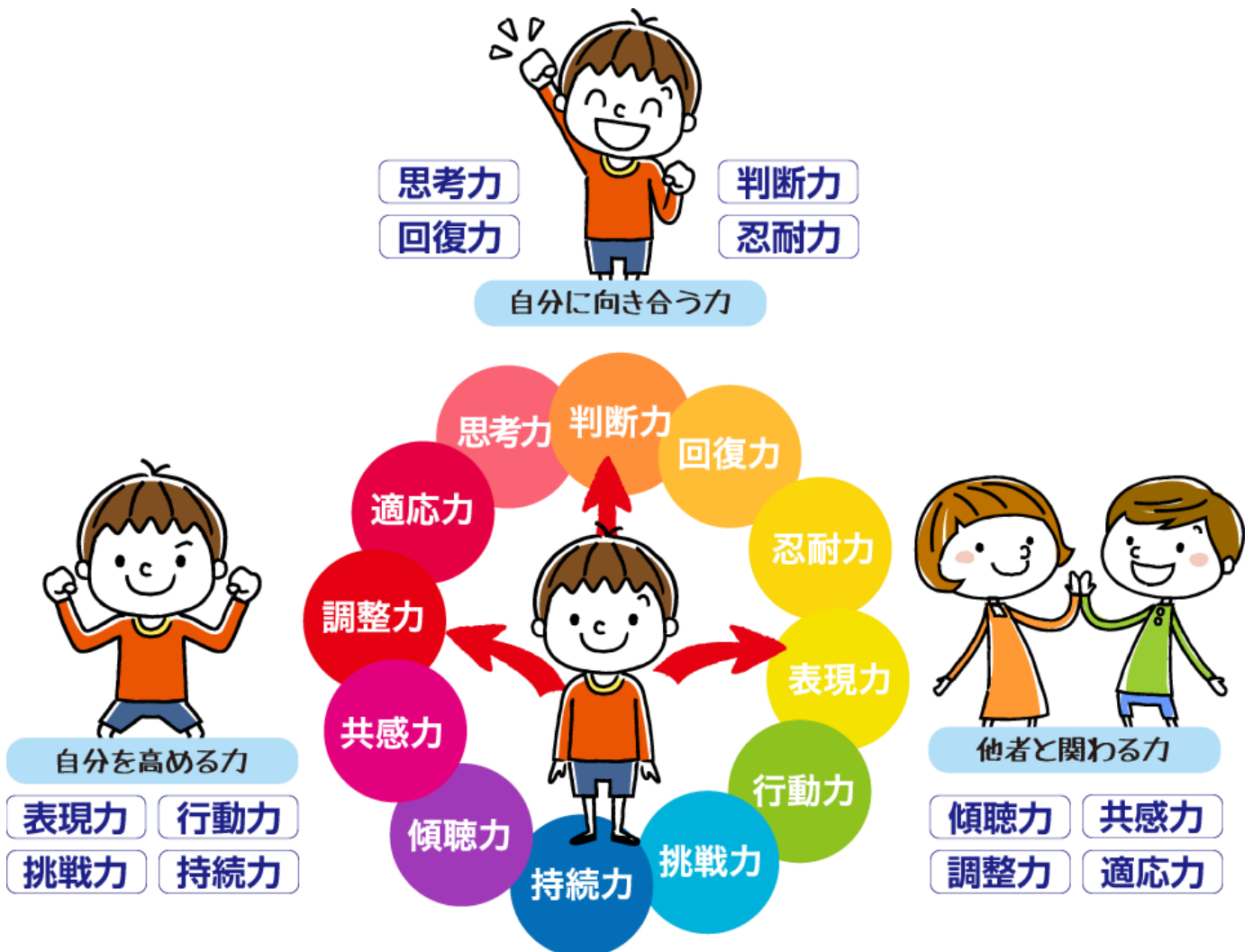
スイミングでは、以前より「人間力」を高める思考をプログラムに反映して参りましたがこの度、その非認知能力に注目し、改めてスイミングや身体活動での技術の習得だけを目的とはせず、思考・判断・表現をする能力を使いながら、新しいことに挑戦したり、自ら設定した目標に向かって練習したり、他者の努力を讃えたり、諦めずにやり抜いたり、自分らしさを発見したり、自らの成長を意識できる力を育てることに重点を置いた脳を育てる「脳育 12 プログラム」を整えました。

「脳を育てるには運動しかない」という著書を参考にして、成育に必要な 12 種類の力に注目。それを「12 の脳力」と定義をし、プログラムには発育発達段階や個人の成長に適応したアカデミックな活動が細かくデザインされています。

また、日々の練習での学習成果が一般生活や学校、その他施設生活において良い影響が及ぶ事を願って作成した物です。

今後は、この脳育プログラムでの具体的効果を研究し更なる発展を目指します。

## 『12 の脳力』



# 『主体性をのばす仕組み』

自分たちの成長を自分たちで評価します。

スイミングでは毎回のレッスン全てに新しいチャレンジがあります。その毎回のチャレンジに対してレッスン終了後、お子さま自身で、取り組んだ結果どうだったかを自分の気持ちシールを貼ることで自分で評価していきます。コーチや保護者が評価するのではなく自分の成長は自分で評価する仕組みで主体性をのばす土台をつくっていきます。

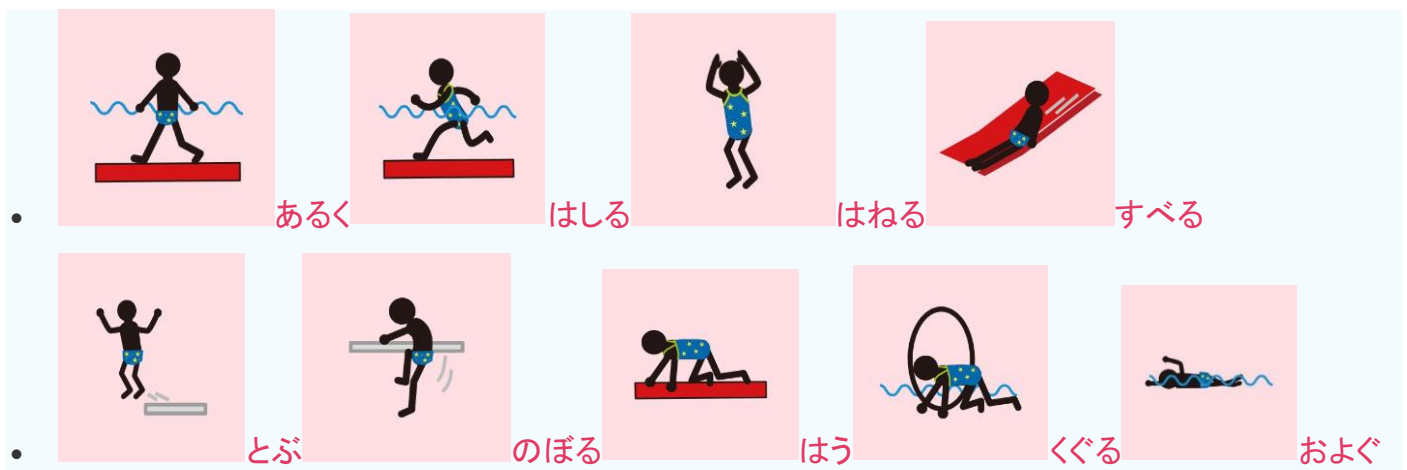
## 『幼少期に身に付けたい -36の基本動作-』

36の動きをすることが目的ではなくぎこちない動きが洗練されていくことで自信がつき、その自信に気づく事で社会的情動スキル(学びに向かう力、人間力)がつくということになります。ビバのカリキュラムは毎回、身に付く工夫がちりばめられています

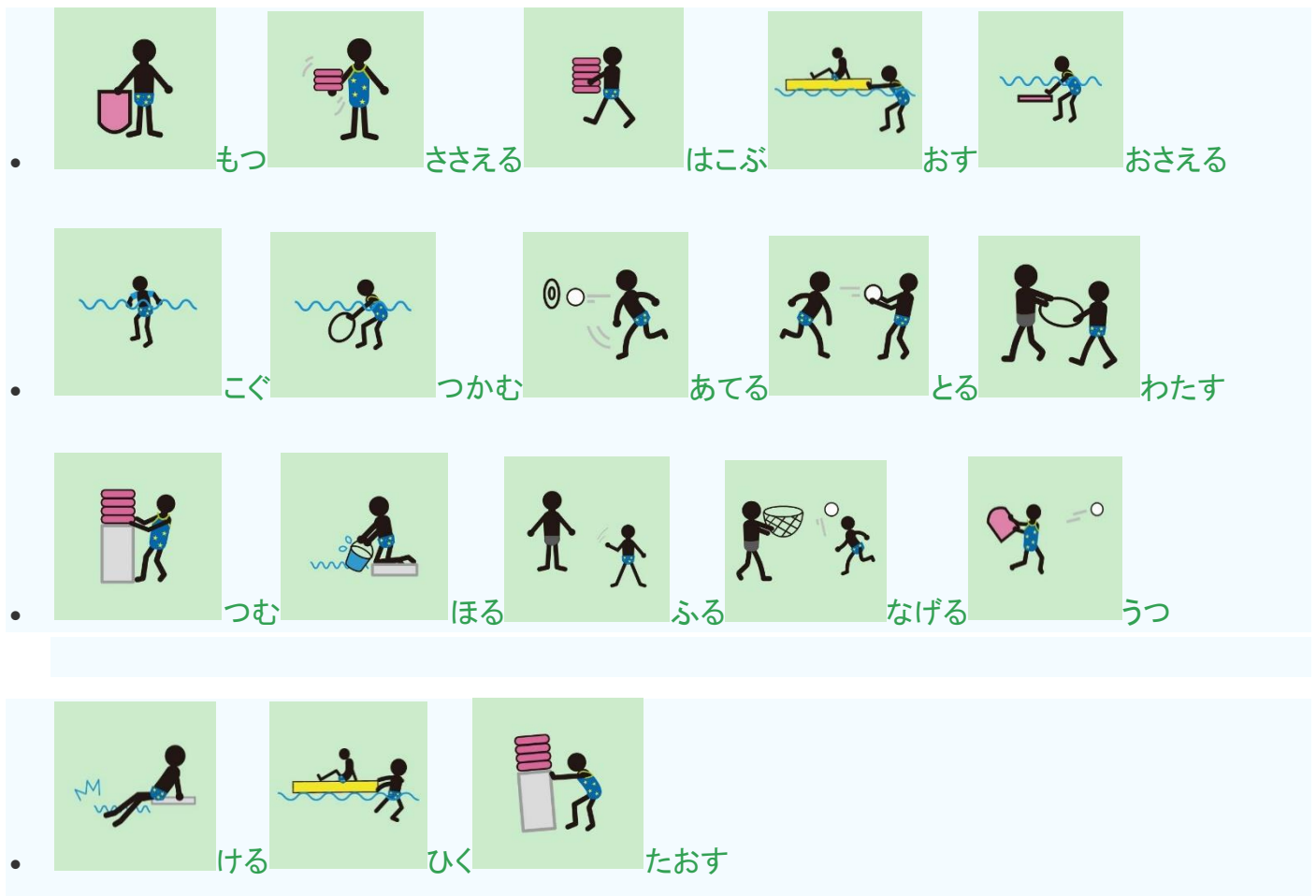
### バランスをとる動き平衡系動作



### バランスをとる動き移動系動作



## 用具を操作する動き・力試しの動き操作系動作



『泳力、技術のあそび化』

水泳の基本技術をあそび化することで楽しみながら自然と基礎が身に付きます。  
ただの自由あそびではなく目的を持ったあそびをおこなっています。

### 例えば



#### つかむ

水中で息を止めることを学び、その後の呼吸法に繋げる



#### こぎながらなげる

浮力の中でバランス感覚を養い、手や足を使って水の捉え方や推進力を得る方法を学ぶ



#### ワニさん歩き

垂直姿勢から水平姿勢になり姿勢が変わることで重心の位置やバランスのとり方が変わります。浮力や推進力を得ながら身体が浮く感覚を学ぶ