

【バルシューレ】 Ballschule

全ての球技に通じる基礎的な運動能力や協調性、創造力を
遊びながら学び楽しみながら身につけるボール運動プログラム

【プログラムの目標】

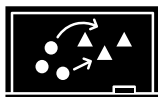
下記3つのスキルを身につけボールゲームに必要な土台を作ること

基礎運動スキル



投げる、打つ、蹴る、捕るなどの
基礎的な運動スキル

技術・戦術的スキル



ボールの軌道を予測する、相手の
隙を見つけるなどの技術的・
戦術的なスキル

コーディネーションスキル



様々な条件の中で上手くボールを
扱うコーディネーションスキル

【バルシューレの理念】



多様な運動経験
多様な用具を使用
します



子どもの発育発達に
応じたトレーニングを
実施します



「楽しい」と感じられる
運動環境を提供します



夢中になる＝無意識に
技術が身につく指導を
します

子どもたちは遊びながら、自由かつ夢中になってプレーするなかで、
様々な運動能力を自然と獲得することができます
これからスポーツを始める子どもやスポーツが苦手な子どもでも楽しめる
【スポーツの入り口】として最適なプログラムです



【バルシューレ体験者の声】

子どもが
「楽しくてまたやりたい」
と言っています



子どもの自由を尊重して
くれるので、子どもが
思いっきり動き回って楽し
んでくれた



教え込むのではなく、
自由に遊びながら考える
力や色々な動きを身につ
けられるのでとても良い



【Q&A】

Q: 何歳からボール運動はさせたほうがいいのかいのですか？

A: なるべく早いうちから様々なボール運動に親しむほうが良いです。ただし、特定のボールゲームを専門的に行うのは小学校高学年頃から構いません。バルシューレは1歳半頃から参加できます。

Q: ボール運動が苦手な子どもでも、何とかできますか？

A: 一般的な運動スキルは、多様な運動経験を積み重ねることで育成されます。バルシューレは、様々な球技につながる動作を、子どもが楽しみながら身につけることができるよう工夫されていますので、多くの子どもが楽しく取り組めると思います。

Q: すでに特定の種目の教室に通っている子は、バルシューレに通うことでどのような効果がありますか？

A: 今より考える力や多様な動きを身につけることができる可能性があります。バルシューレの運動プログラムの中にはコーディネーション能力を高めるための遊びも含まれているため、さらなる巧みな体の使い方を獲得することが期待できます。



JUNSHIN SPORTS CLUB

特定非営利活動法人JUNSHIN SPORTS CLUB

〒426-0067 静岡県藤枝市前島2丁目3番1号

☎054-635-1311 (藤枝順心中学校・高等学校事務所内)

ホームページアドレス <http://junshinsoccer.com/>

メールアドレス junshinsclub@gmail.com

各種SNSにて随時活動報告中！

いいね＆フォローやシェアでの応援をお願いします！



公式ホームページ



公式Facebook



公式Instagram