

子ども大学さやま第二日の講義が行われました。

子ども大学とは、大学のキャンパスなどで小学校では学べないことを、大学の先生などの専門家が分かりやすく教えるものです。

- ・ものごとの原理やしぐみを追求する「はてな学」
- ・地域を知り、郷土を愛する心を育てる「ふるさと学」
- ・自分を見つめ人生や将来について考える「生き方学」

と、3分野の内容の講義を基本的に行います。

第二日の講義は武蔵野学院大学陸上競技部コーチ、坂田和先生と同部アスレティックトレーナー、上久保利直先生による「遊びながら身体を作ろう～かけっこ編～」【ふるさと学】でした。

最初に遊びを混ぜたウォーミングアップを行ったあと、初回計測として30m走と垂直跳びを行いました。その後、風船やミニハードルを使った運動・遊びで身体を動かし、再度計測を行いました。



受講生の皆さんは、記録が伸びていることや遊びを混ぜながら身体を鍛えられることに驚きながら参加していました。

次回の講義は12月3日です。