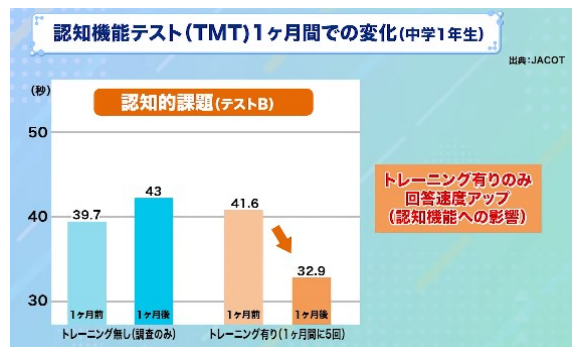
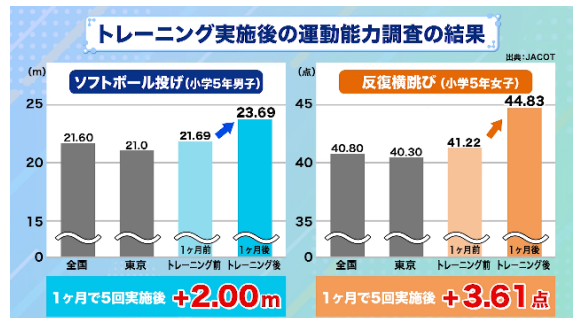


令和4年度から千代田区すべての区立園・学校で導入開始！ コーディネーショントレーニング

体力や集中力がアップする！

JACOTで展開しているコーディネーショントレーニングは、荒木秀夫 理事長（徳島大学名誉教授）が脳科学や認知科学、運動生理学の知見から考案された理論に基づくトレーニング法です。神経や運動の発達の順番に、脳と心と身体に刺激を与えることで、運動の学習能力を高めます。幼児期から高齢期まで様々な効果が報告されて「ガッテン！」「WBS」などテレビでも紹介！導入した園・学校からは体力・運動能力の向上、意欲・集中力の変化、姿勢の改善、ケガの減少等が報告されています。東京都教育委員会ではJACOTと連携して10年間普及推進。



脳と神経を刺激することが目的となるため、体を触って動きを教える方法は行いません。「できる・できない」ではなく「待つ心」で気づきを促す関わりがポイントになります。

JACOT公式Youtubeで
トレーニングを体験しよう！



こどもたちから「えいせんせい」と親しまれている副理事長の菅野映が分かりやすく動きを紹介！ご家族で体験してみてください！（8分）

<https://youtu.be/COZWIN9YfSE>

千代田区公式Youtubeで
その効果や取組内容を知ろう！



「ちよだ11チャンネル」でも放送中
3年前から取り入れている千代田区立ふじみこども園で、トレーニング効果や取組内容などを紹介！（7分）

<https://youtu.be/JqaiDkJo9Dk>

特定非営利活動法人日本コーディネーショントレーニング協会 (JACOT) ジャコット
〒134-0084 東京都江戸川区東葛西6-4-10-201 TEL 03-6456-0139 HP jacot.jp

