



楽しみながら体力アップ!



「町田っ子 アクティブ・プロジェクト」始動

体力は、あらゆる活動の源であり、意欲や気力の充実にも深く関わっています。しかし、2015年度の「全国体力・運動能力、運動習慣調査」によれば、町田市の子どもたちは、1週間の総運動時間が全国や都の平均と比べて短い傾向がありました(図1:中学校2年生女子の例)。また、中学校2年生の女子においては、8種目中5種目において、運動能力が全国及び都の平均を下回っていることがわかりました。

このような状況の中で、町田市教育委員会では、町田市体力向上戦略会議を設置して、議論を重ね、これからの社会を生きていく子どもたちにとって必要なものは、走る力や投げる力などの運動能力だけにとどまらず、生涯にわたって健康的で充実した生活を送れるような力を身に付けることであると考えました。そこで、体力を「生涯を通じて、心も体も健康で活力ある生活を営むための力〜アクティブに生きる力〜」と定義し、子どもたちが楽しみながら体力を向上させることができるよう、町田っ子アクティブ・プロジェクトをスタートします!

(図1)2015年度 全国体力・運動能力、運動習慣調査「1週間の総運動時間(%)」
中学校2年生 女子

	420分以上	60分以上420分未満	1分以上60分未満	0分
町田	48.6	28.0	8.6	14.8
東京	52.9	23.7	7.7	15.7
全国	58.7	19.5	7.0	14.8

体力が大切なことはみんな知っています。しかし、「体力が大切だから」といっても運動する意欲につながるとは限りません。子どもたちが「体を動かすって楽しいな!気持ちいいな!またやりたいな!」と感じることがまずは大切です。



町田市体力向上戦略会議 顧問
東京国際大学人間社会学部専任講師 木原 慎介

「町田っ子 アクティブ・プロジェクト」で目指す町田っ子の姿!

楽しむ

運動を楽しむことができる!



広げる

運動を日常生活に取り入れることができる!



見つめる

自分の心と体を大切にすることができる!



プロジェクト1 楽しむ 見つめる 体育の授業って楽しい!

運動が得意な子も、苦手な子も体を動かす楽しさを味わい、自分の体のことをきちんと理解できるように授業づくりを行います。



バスケットボールのウォーミングアップです。友達とボールを交換し合うゲームをしています。簡単なゲームを楽しみながら、ボールを扱う感覚を養います。(つくし野中学校)

プロジェクト2 楽しむ 広げる 遊びを通して、Let's運動!

朝や休み時間を利用して、縄やボールを使った運動などみんなで体を動かす活動を充実させ、子どもたちが運動・スポーツに親しめるような環境作りを行います。

ステージに設置した的をめがけてボールを投げます。遊びながら投げる力を自然に高める工夫です。(南第四小学校)



プロジェクト3 広げる 見つめる 家庭でも楽しく体力UP!

家庭で行ってほしい運動や、基本的な生活習慣の定着に向けた取組などを、学校便りやホームページなどを通して発信していきます。10月に開催する「体力向上・パワーアップDAY!」でもいろいろな運動を紹介します!



朝会で、「親子でキャッチボールをしよう」と子どもたちに伝えていきます。家庭での運動意欲を高めます。(ゆくのき学園)

体力向上・パワーアップDAY!



運動って、そんなに大切ななの?

体力を高めるにはトレーニングをしなければいけないの?

保護者・市民・教員が一緒に答えを探しましょう!

第1部 【デモンストレーション】 「こんな動きをしてみよう」

気軽に組み合わせて、体を動かす楽しさや心地よさを感じられる運動を小・中学生の代表に体験してもらいます。※みなさんも一部体験ができます。

第2部 【パネルディスカッション】 「体力って何だろう?」

体力について、パネリストのみなさんと一緒に考えましょう。

開催日時 10月15日(土) 9時30分~11時45分

会場 町田第一小学校(体育館)

申し込み 市立小・中学校の保護者の方は各学校へ、その他の方は指導課までお電話でお申し込みください。
申込期限: 10月7日(金)

問い合わせ 指導課 ☎724・2154

この度、教育委員に就任いたしました坂上圭子です。私は、息子が中学に入学してから3年間、中学校のPTA会長を務めました。この貴重な経験をどこかで生かしたいと思っていました。町田市の広報で教育委員の公募の案内を見つけた。このようなタイミングで教育委員を拝命したことに、私自身、運命的なものを感じております。昨今の子ども達、また保護者を取り巻く環境や生活様式は実に様々で、教育と一言に言っても、何をするのが良いか、悪いかを判断する基準が難しい世の中です。しかしながら私は、親から子へ、あるいは周囲の大人達から子ども達へ伝えるべき大切なことは、今も昔も変わらぬ、必ずあると思っています。教育は学校だけに任せるものではありません。まずは一番身近なその子の親や家族、そして周囲の大人達が出てくることを今一度見つめ直し、取り組んでいくことが必要だと思っております。人間関係が希薄になっていく時代だからこそ、子ども達にはパソコンやスマホと向き合うのではなく、家族、友人、先生、周囲の大人達など、様々な人ときちんと向き合って欲しいと思います。そして、私は、人と人が向き合うことの大切さをこの町田市から発信していきたいと思っています。微力ではありますが、全力で取り組んで参りたいと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。



坂上 圭子委員

7月1日付け
教育委員就任