

奥多摩町

【児童・生徒数】
201名

【学校数】
3校

【奥多摩町の特徴】

東京都の約10分の1に当たる225.53平方キロメートルという広大な面積を有する。町内には、東京都の最高峰である標高2017mの雲取山を始め、三頭山、御前山、川乗山など、登山客に人気の高い山が多くある。地域の人と関わりながら、数々の体験学習を行っている。



【課題・改善】

- 目標とする「運動やスポーツをする児童・生徒の割合の増加」「小学校における『握力』『長座体前屈』の記録の向上」の達成に向けて、継続して検証する必要がある。そのために今年度実施した運動を日常的に取り入れ、体力を高める習慣の定着に繋げていく。
- 学校での学習に限らず、関係機関の事業等を整理し、連携の仕方を明確にすることで、運動に親しむことができる体制や環境づくりを研究していく。

【実態・課題】

- 奥多摩町の地域内で関わることでできる運動やスポーツに限りがあり、多様な運動をする機会が他地区に比べて少ない。
⇒ 多様なニーズに対応できるように、様々な運動やスポーツをする機会を創出し、子供たちの興味・関心を高める。
- 東京都統一体力テストにおける握力、長座体前屈に課題が見られる。
⇒ 課題のある種目の体力向上につながる運動を取り入れる。

目標：様々な運動に親しみながら、体力を高める習慣を身に付ける。

- 毎日合計60分以上、運動（運動遊び）やスポーツをする児童・生徒の割合の増加。
- 「東京都統一体力テスト」における、「握力」「長座体前屈」の記録の向上。（小学校）

【成果】

- 多様な運動をする機会を創出するため、町内では体験しにくい運動に着目し取り組んだことで、運動を通して、「技能を身に付ける喜び」や「人と関わる楽しさ」を味わう児童・生徒の姿が多く見られた。
- ボルダリングウォールの活用や地域団体等と連携した取組の実施、また本事業の取組を保護者等に情報発信したことで、授業外での運動に親しむ習慣を見直すきっかけとなった。
- 児童・生徒の運動能力や運動習慣等を再確認し、各学校における活動の充実に向けて、具体的な取組を検討することができた。

【取組】

- 体育等の授業の充実
 - 学校の実態に応じた運動・スポーツ種目の専門家を講師として招聘し、体育等の授業の充実を図る。
- 運動習慣の定着を図る取組の充実
 - 休み時間や放課後等に運動に親しむことができる体制を整備する。
- 地域団体と連携したスポーツ教室の実施
 - 奥多摩町の小・中学生を対象としたスポーツ教室を実施し、運動・スポーツに触れる機会を創出する。

【取組（詳細）】

○ 体育等の授業の充実（バスケットボール教室の実施）

奥多摩町にはバスケットボールのチームや部活動がないことから、奥多摩町立古里小学校において、バスケットボール教室を年2回実施した。技術面のアドバイスや運動のコツを外部講師の方に教えてもらいながら、体験した。子供たちは、たくさんボールに触れ、体育のボール運動系の学習につながる運動を楽しむことができた。



シュートフォームのアドバイス

○ 体育等の授業の充実（ライフキネティック教室の実施）

誰でもできる簡単な動きを通じて脳機能の向上と神経伝達機能強化を促すライフキネティックというトレーニングを奥多摩町立氷川小学校の体育の授業等に取り入れた。学校公開日に親子で学ぶ機会も予定しており、家庭との連携を図りながら、子供たちの体力向上を目指した。



簡単な動きで脳を刺激

○ 体育等の授業の充実（アスリートとの交流授業の実施）

奥多摩町立奥多摩中学校において、スポーツメンタルドクターの辻秀一先生をお招きし、「自分ががんばっていることの価値」「一生懸命に取り組むことの楽しさ」等を学んだ。フットサルの北原亘選手、7人制ラグビーの桑井亜乃選手、柔道の出口クリスタ選手、水上スキーの廣澤沙綾選手の体験談を聞くとともに、スポーツ体験の時間を設定した。アスリートとの交流を図りながら、運動やスポーツの多様な楽しみ方を味わうことができた。



金メダリストの技を体感

○ 運動習慣の定着を図る取組の充実（ボルダリングウォールの活用）

令和6年度に奥多摩町内の小学校2校にボルダリングウォールを設置した。登り方や楽しみ方を知るために、クライミングジムの方を講師としてお招きし、ボルダリング教室を実施した。放課後子ども教室でも施設を活用できるよう関係機関との連携を図り、日常的に運動に親しむ体制を整えた。



楽しむためのポイントの実演

○ 地域団体と連携したスポーツ教室の実施（バドミントン教室の実施）

奥多摩町立奥多摩中学校では、令和4年度より、地域のスポーツ団体と連携したバドミントン部が活動している。地域のジュニア育成事業と連携を図り、奥多摩町の小・中学生を対象とするバドミントン教室を実施した。地域の方からは、ラケットの持ち方や打ち方などの基本から丁寧に御指導いただき、競技への関心を高めることができた。



地域の方による指導