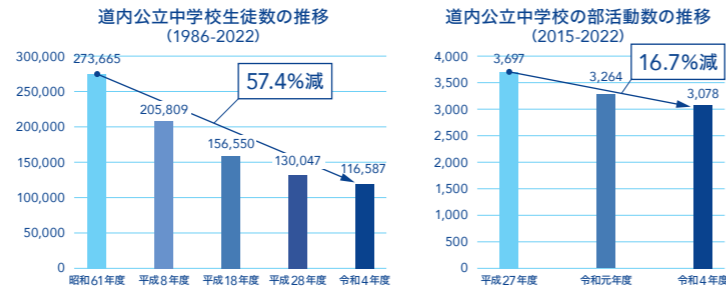


「学校」から「地域」へ 部活動が変わります！

北海道では、全国を上回る速度で少子化が進行し、これまでのように学校単位で部活動を維持することが難しい地域が増え、子どもたちの体験機会が失われつつあります。子どもたちがスポーツや文化芸術に継続して親しめるよう、さまざまな地域で部活動のあり方を検討しています。



【出典】左：文部科学省「学校基本調査」/右：北海道教育委員会「部活動に係る調査」

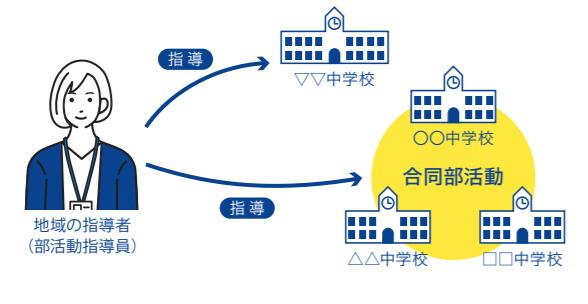
団体戦に出られない練習試合ができないなどの影響

部活動が減ると学校にやりたい部活がない場合も

このような取り組みを進めています

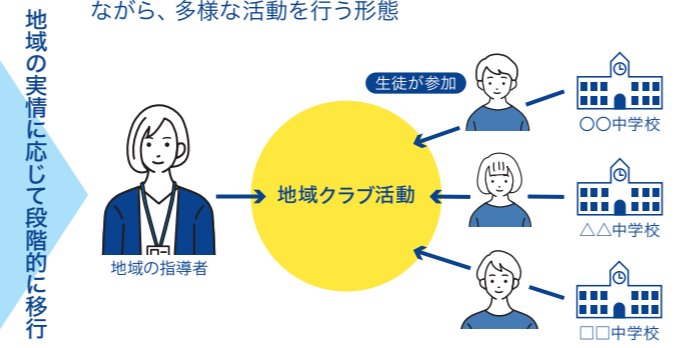
部活動の地域連携

近隣の複数の学校が合同で実施する「合同部活動」の導入や、地域の人材を部活動指導員として配置することにより、学校での部活動を維持継続する取り組み



地域移行（地域クラブ活動）

学校の部活動の代わりに、自治体や団体などが運営する「地域クラブ活動」に子どもたちが参加し、学校とも連携しながら、多様な活動を行う形態



地域の実情に応じて段階的に移行

Q 学校部活動と地域クラブ活動はどう違うの？

	学校部活動	地域クラブ活動
実施主体	学校	自治体、総合型地域スポーツクラブ、スポーツ少年団、文化芸術団体 など
活動場所	学校施設 など	学校施設、社会教育施設、民間施設 など
指導者	教員や部活動指導員	地域の指導者、学生、保護者、ICTを用いた遠隔指導 など
活動内容	一つの種目を継続することが多い	多種目への参加や多世代との交流なども想定
参加費用	部費 など	可能な限り低廉な会費+用具代や交通費などの実費

Q すべての学校が一度に地域移行をするの？

A 国のガイドラインや道教委の計画では、公立中学校の休日の部活動から段階的に移行することを基本としています。平日も合わせて移行することや、地域連携から取り組むことなど、地域によってさまざまな形態が考えられます。

Q 子どもたちにどんなメリットがあるの？

A 地域クラブ活動への移行により、新たな種目に挑戦するチャンスが増えるほか、他校の仲間と一緒に練習したり、多様な世代と交流したりするなど、学校単位での活動では得られない経験ができるメリットがあります。

運動習慣づくりは 子どもへの 最高の贈りもの

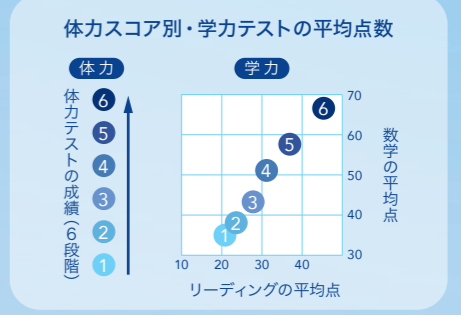
気がつけば、スマホやゲームに多くの時間を割き、運動不足になりがちな現代の子どもたち。
幼い頃から体を動かす習慣をつけることは
単に運動能力を高めることだけにとどまりません。
意欲をもって何かに取り組んだり
積極的に周囲の環境に関わろうとしたりすることで
社会性やたくましい心、
コミュニケーション力などが育まれていきます。
生涯にわたって心身ともに
健康に生きていくための土台をつくること。
それは、親が子どもに対してできる
最高の贈りものといえるのではないのでしょうか。

運動は集中力を高め
肥満になりにくい
体をつくる

運動をすると脳の血流が増え、集中力が上がって思考や理解、読解力の向上などに繋がります。逆に運動不足だと、集中力が上がりにくく、消費エネルギーが少ないので肥満になりやすい傾向があります。

体力のある子は
学力も高い
傾向があります

アメリカにおける体力調査と学力テストの成績との関連性を分析した研究では、体力調査での成績の高い子どもほど、学業成績も優秀な傾向があることが確認されています。



【出典】スポーツ庁 Web 広報マガジン『数字で見る！スポーツで身体に起こる気になる「6」つのデータ』



幼児期は 元気で丈夫な体づくり 毎日60分以上 楽しく体を動かそう！

文部科学省の調査によると、**幼児の運動能力は外遊びと関係**があることがわかっています。外遊びをする時間が1日60分以上の幼児は、60分未満の幼児に比べて運動能力が高い傾向です。幼児期の運動は、**楽しく体を動かす「遊び」を中心に、毎日60分以上**行うことを意識しましょう。

幼児期の運動習慣は、生涯にわたって必要とされる体力や運動習慣、健康の基礎を培ううえで重要な意味を持ちます。



幼児期の運動のポイント

生活の中で
さまざまな動きを
してみよう

幼児にとっての運動は、散歩やお手伝いも含めて、生活の中で体を動かすこと。また、おにごっこやかくれんぼなど、楽しみながらさまざまな動きを体験できる「運動遊び」もおすすめです。

同じ動作の
繰り返しは
避けて

骨が十分に発達していない子どもが同じ動作を繰り返すと、ケガの原因につながります。さまざまな動きを経験することが大切です。

保護者が
意識的に
運動習慣を

子どもの体力不足に加え、低体重、睡眠不足、肥満などの健康課題が顕著になっています。保護者の皆さんが意識的に子どもの運動習慣をつくりましょう。

【参考】文部科学省「幼児期運動指針ガイドブック」/スポーツ庁 Web 広報マガジン「DEPORTARE」/スポーツ庁「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」

バランス良く 運動能力を高める マルチスポーツに 取り組もう！



マルチスポーツとは、複数のスポーツを同時期に行うこと。一つに限定をせず、多様なスポーツを経験することで、バランス良く運動能力の向上を図ることができます。

日本では、子どもの頃から特定の種目に打ち込む傾向が強く、学校の部活動においても同様の傾向があります。しかし、海外では**シーズン制を取り入れ、例えば、春・夏は野球、秋はサッカー、冬はバスケットボールやスケート**など、季節ごとに種目を変え、1年間で3種類ほどのスポーツを体験できるようにしています。

一流選手には マルチスポーツ経験者が多い

トップレベルのアスリートは、子どもの頃に他の競技をしていたことがわかっています。大谷翔平選手（野球）はバドミントンや水泳、高梨沙羅選手（スキージャンプ）はバレエを経験しています。他にも、NFL（アメフトのプロリーグ）でドラフトされた選手の約90%が、高校まで他の種目に取り組んでいたことがわかっています。

マルチスポーツの メリットって？

複数のスポーツをすることで飽きることなくモチベーションが保たれ、動きのパターンが多くなり、運動能力が総合的に向上します。逆に、一つのスポーツだけに集中すると、燃え尽きやケガのリスクが高まり、スポーツ自体をやめてしまう可能性もあります。

【参考】日本アイスホッケー連盟「Sport for Life —カナダがマルチスポーツを推奨理由」

知ってる？



幼少期に大切な運動の楽しさを体感
バルシューレ

ドイツで開発された、幼少期に必要な運動能力を養うボール運動プログラム。ボールスポーツの基礎となる動きや、運動に必要なコーディネーション能力を、多様な用具と120以上の運動メニューで楽しく身につけます。運動の楽しさを体感できる種目として注目のプログラムです。

バルシューレは、道内のここで
体験できます！



一般社団法人 SLDI
(岩見沢市)



一般財団法人
士別市スポーツ協会
(士別市)

マルチスポーツの可能性を広げる
総合型地域スポーツクラブ

子どもから高齢者まで（多世代）、さまざまなスポーツを愛好する人々が（多種目）、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）、という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営される新しいタイプのスポーツクラブです。



身近な総合型
地域スポーツクラブを
探してみよう！



公益財団法人
北海道スポーツ協会