

地域での取組

～小平市内で体を動かす活動～

①小平グリーンロード歩こう会

4月に市民を対象として、小平グリーンロード（約21km）を歩くウォーキングイベントが開催されます。また同時にノルディックウォーキング体験会も行われます。

②トップアスリートによるランニング教室

9月に、市内在住の小学3年～6年生及び中学生を対象に、中央公園競技場にて開催します。トップアスリートから「より速く走るコツ」や正しいフォームを学ぶことができます。

③FC東京サッカークリニック

FC東京スタッフが、小学5・6年生を対象にサッカー技術などの指導を行います。バリエーション豊富なトレーニングで、サッカーの楽しさを感じながら上達を目指します。

④市民スポーツまつり

10月に、市民総合体育館を中心に、様々なアトラクションや競技の体験ができます。体力測定や卓球、バドミントン等の体育施設の無料開放も行っています。

⑤小平～多摩湖歩け歩け会

11月中旬に健康増進に向けて花小金井駅南口、小平駅南口、菟山駅北口から狭山・境緑道を多摩湖に向けて歩きます（約4.9キロメートル～8キロメートル）。

⑥少年少女マラソン大会

11月下旬に、市内在住・在学の小学3年～6年生を対象に、中央公園競技場・外周にて実施しています。

⑦新春歩け歩けのつどい

1月の第1日曜日に輝かしい新春を迎え、希望と健康にあふれた年に向け、市役所から家族と友人と一緒に市内を歩きます。

⑧こだいら市民駅伝大会

2月に、中学生・一般・シニアを対象として、一区間3.1kmの全四区間を各チーム4人の走者がたすきをつなぎます。

⑨ニュースポーツデー

3月に、子どもからシニアまでどなたでも参加できるニュースポーツ（ユニカールボールやポッチャなど）を市民総合体育館にて体験することができます。

<問い合わせ先 文化スポーツ課：042-346-9612 小平市体育協会：042-349-1350>



東京学芸大学 鈴木 直樹 准教授（楽しみながら運動プログラム開発委員会 助言者）

「トレーニング」の原義には、「従わせる」という意味があるそうです。それは、学習者の受動的な学びの象徴ともいえます。一方、「遊び」は子どもたちの能動的な活動です。そこで、本プログラムは、「やらせる活動」（トレーニング）から「やりたい活動」（遊び）を子どもたちに提供し、子どもたちの健やかな成長を支えていくために生まれました。小・中学校の教員が一体となって英知を注ぎ込み、2年間の歳月をかけて喧々囂々、子どもたちのために議論を重ねてきました。現代では、低学力、不登校、いじめ、集中力の欠如など、遊びの場の喪失が影響しているといわれる問題が山積しています。本プログラムは、これらの問題を解決し、21世紀を健康にたくましく生き、未来を創造できる子どもたちを支えるために、発達の段階や1日の生活時間に適した活動を提供する特色あるプログラムになっています。プログラムのフレームワークを理解した上で、例示を参考にしながら、各学校で特色ある実践に取り組まれることを期待しております。

【楽しみながら運動プログラム開発委員】

校長 吉成 嘉彦（小平第四小学校）・校長 岩井 純一郎（小平第七小学校）・校長 佐藤 清（小平第四中学校）
主幹教諭 石岡 洋平（小平第六小学校）・教諭 才勝 貴博（小平第七小学校）・教諭 遠藤 努（上宿小学校）
主任教諭 砂原 龍生（小平第十五小学校）・指導教諭 千葉 富美江（学園東小学校）
教諭 小林 大二郎（小平第一中学校）・教諭 福原 諒（小平第三中学校）・教諭 野村 直正（花小金井南中学校）
主幹教諭 常世田 忠久（小平第四中学校）・主幹教諭 大原 一哲（小平第六中学校）
<元委員>前校長 星野 実（小平第二中学校）・主幹教諭 西尾 崇（小平第五中学校）

*委員の所属・職名は平成29年度、元委員の所属・職名は 運動事例 イラスト 東京学芸大学大学院 田中真里奈
平成28年度のものです。