

今年度も

掛川市で放課後の スポーツ活動研究 が始まります!



掛川市は、令和5年度から新たなスポーツの形としてマルチスポーツ活動の研究を続けています。これまでの部活動やクラブ活動のように、限られた種目を行うのではなく、いろいろな種目を楽しむことができることを目的にしています。大会出場や他人と競い合うのではなく、自分自身で目標を決めて活動します。令和5年度は大浜中学校、令和6年度は市内9中学校で行いました。「活動内容」については、参加した生徒から高い評価を得ることができました。しかし、「継続的に活動したい」という評価は、「活動内容」より低くなりました。その原因の1つは、「参加者がマルチスポーツ活動の目的や価値を理解していない中で活動していたから」と考えました。そこで、今年度においては市内9中学校の中学生を対象にマルチスポーツを紹介するとともに希望調査を行います。希望者の割合が高い中学校2校で継続的にを行います。来年度は、今回の活動に参加した生徒の意見をまとめ、子どものニーズにあった放課後スポーツ活動にしていきたいと考えています。

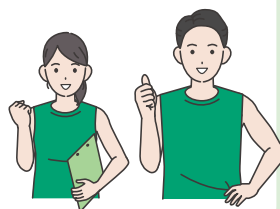
今年度の活動内容

- 回数 10月～1月くらいまでの週1回
(合計12回程度)
- 曜日 部活動のない放課後の時間(月・水)
- 内容 色々なスポーツ活動
(ダンス・フィットネス・球技など)

場所 自校の体育館等

指導者 掛川市スポーツ協会
に関わる指導者

費用 無料



スポーツには、**多様な楽しみ方**があります!

スポーツの楽しみ方



大会で勝つことを
目指す



技術や体力を
向上させる



放課後に軽く
体を動かして
リフレッシュする



友達と一緒に
汗をかいて
楽しむ



スポーツを通じて
新しい仲間を
つくる



いろいろな
スポーツに
挑戦する

これまでの部活動は、人とのつながりを深めたり、自信や友情を育てたりと、大切な成長の場になってきました。でも、みんなが同じように多様なスポーツや文化の楽しさを味わえてきたかという、そうとは言えないかもしれません。部活動は勝ち負けだけではなく、体を動かしてリフレッシュしたり、友だちと楽しんだり、新しい仲間を見つけたりすることも大事です。部活に入っている人も、入っていない人も、気軽にいろんな活動を楽しんでみませんか。

マルチスポーツとは?



筑波大学
ホームページ



いま、スポーツの世界で注目されているのが「マルチスポーツ」です。マルチスポーツとは、1つの競技だけでなく、同じ時期にいろいろなスポーツに挑戦することをいいます。たとえば、サッカーをやりながら水泳やバスケもやる、といった感じです。こうすることで体の動きがバランスよく鍛えられたり、ケガをしにくくなったりします。また、違うスポーツを通していろいろな仲間と出会えるので、協力する力や社会性も自然に身につきます。海外ではマルチスポーツは当たり前ですが、日本ではまだ1つの競技だけが続けることが多く、マルチスポーツを体験できる場は少ないのが現状です。ですが、これから部活動が地域のクラブに広がっていくことで、1つにしぼらずに多様な活動に取り組めるチャンスが増えていくかもしれません。