

家庭・総合型地域スポーツクラブ・学校が連携した体育活動

三重県

伊勢市立城田^{きだ}中学校

全校生徒数193名
(男子92名 女子101名)

実践内容

実施目的

- ①小学生を対象とした地域のスポーツ活動・家庭との連携から、子どもの成長に適した運動の提供を行い、中学体育活動への系統的な取組を築き、技術・体力の向上を目指す。
- ②学校体育活動（保健体育授業・部活動・体育的行事）を通して、運動の楽しさ、基礎体力の向上を目指し、生涯スポーツに親しむ生徒を育成する。

実施内容

1 小学校、中学校、総合型地域スポーツクラブ、家庭との系統的な取組を図る

(1) 地域スポーツ活動

- ①「きだっこクラブ」（総合型地域スポーツクラブ活動）
地域住民、子どもを対象にスポーツの場を提供し、気軽に参加できるスポーツから、親子がともに楽しむ行事、区民体育祭等、幅広いスポーツ活動を行っています。
- ②「ミニバスケットクラブ」
小学校高学年を対象に地域のスポーツ指導者が行い、基礎的な体力、競技技術を身に付け、バスケットボールを楽しむ活動を行っています。
- ②地域関係者、家庭のつながり（地域の活性化、指導者の育成）
 - ①きだっこクラブ運営委員会（体育指導委員・地域関係者・小中学校代表等）を中心に、子どもの成長に適した運動の質と量を考え、地域の活性化を重点に運営しています。
 - ②親子がともに楽しみ体力増進につながる活動から、家庭でのスポーツへの理解を深める取組を行っています。
 - ③広報（きだっこ便り）を中心に、家庭・地域とのつながりを推進しています。

2 本校の部活動における家庭との連携

- (1) 部活動懇談会、保護者会の開催
- (2) 部活動通信、学校保健便り（健康・スポーツ障害・安全指導）
- (3) 保護者部活動見学会の実施

部活動指導方針、年間活動計画への保護者の理解が生徒の意欲的な活動につながり、生徒の心身ともに健康なスポーツ活動を家庭とともに育てる連携を大切にしています。

3 本校の部活動における基礎トレーニング

学校スポーツ活動の目的を明確にし、生涯スポーツにつながる運動の基礎を身に付けます。

(1) 基礎体力の向上

- 部活動開始時の継続した基礎トレーニングの実施。
 - ①運動器具（ミニハードル・軽いウエート器具等）を利用したトレーニング
 - ②走力・持久力を高める（インターバル・ビルドアップ走）トレーニング
- (2) バランス感覚を養う…バランスクッション、バランスパッド
- (3) 柔軟性を高める…ストレッチボード
- (4) サーキットトレーニング
部活動時間の短い冬季に、体力トレーニングとして実施しています。参加希望の部活動が合同で行います。

実施上で工夫したこと

- ①地域スポーツ活動への積極的な参加と、指導者間の連携を密にする取組を実施しました。
- ②体育活動への保護者の理解、協力を得るため、保護者懇談会、部活動通信の取組を充実させ実施しました。

主な成果

- ①小学校からの取組により、運動部活動への参加率が大きく増加しました（92%）。
- ②生徒一人一人の目的意識が高まり、自ら練習に取り組む生徒や朝練習への参加人数が増え、意欲的な活動につながりました。
- ③体力・運動能力調査の結果を各自が目標とすることで、学年が上がるとともに運動能力が高まることを実感し、スポーツ活動を楽しむ生徒が多くなりました。

●運動部活動参加率の変化（全校） (%)

H22	H23
91.0 (64.1)	92.0 (64.1)

※（ ）内は日本中学校体育連盟の全国平均

小学生時から総合型地域スポーツクラブに参加し、活発に活動している生徒が多数あり、運動部活動参加率は、毎年高い水準で推移しています。

また、部活動の移動を認めるなど、生徒の主体性と意欲を大切にしています。

