

学校体育と地域との連携で高める体力

長崎県

長崎市立三和^{さんわ}中学校

全校生徒数267名

(男子131名 女子136名)

電話番号 095 (892) 1119

実践内容

実施目的

- ①保健体育の授業を充実させることにより、運動やスポーツの楽しさを体験し主体的・積極的に運動に取り組もうとする資質や能力を養う。
- ②地域のスポーツに熱心で地域を愛する人を運動部活動の指導者として活用し、部活動の活性化を図るとともに生徒の体力・技術力の向上を図る。
- ③学校施設だけでなく、隣接する市の体育館やグラウンド・テニスコート等学校以外の運動施設を積極的に活用する。

実施内容

1 保健体育時の授業の充実

(1) 授業のはじめの取組

毎時間授業のはじめに大きなかけ声でのランニングと、係の生徒のかけ声でストレッチ運動を行っている。

(2) 種目内選択

グループ活動を取り入れ、簡単な補強運動を行った後、それぞれの選択種目の運動に入るようにしている。また自分に合った種目を選択させ、定期的に活動の評価を行い、見直しをさせている。

2 運動部活動の取組

(1) 毎日の活動

平日は2時間程度、休日は3時間程度の活動をしている。(週に1日休息日設定)

(2) 外部指導者の活用

各部に顧問として教員を配置しているが、教員による専門的な技術指導ができない部には、校区内に居住の指導ができる人を保護者と学校で探し、課外クラブ(部活動)指導員として市教委に申請し委嘱している。現在、すべての部に専門的な指導者が配置され、体力・技術力の向上を目指し活発に活動できている。

地域の方が指導者になることで保護者とも積極的にかかわりをもつことができている。また、地元の子どもは地元の大人が育てるという意識が強く、礼儀作法や精神面の指導にも力を入れている。

謝礼や保険等については、市教委と本校の部活動振興会が対応している。

(3) 地域施設の利用

学校の体育施設と運動部活動の関係上、曜日交代で体育施設を利用している。しかし、それだけでは十分に活動ができないので、校区内にある体育施設や、近隣の小学校の体育施設を借用して毎日継続的な活動ができるようにしている。

実施上で工夫したこと

- ①保健体育の授業では、適切な運動量を確保するよう指導を工夫した。
- ②部活動紹介等では在校生の積極的なPRで全員加入するように呼びかけた。
- ③部活動顧問が外部指導者との連携を密にして、部活動の指導を積極的に行った。

主な成果



- ①外部指導者との連携を図って指導に取り組むことで、指導体制が充実し、保護者・生徒の不安が解消され、ほとんどの生徒が運動部へ入部し活動していることが体力の向上につながった。
- ②昼休みも多くの生徒が外に出て球技等で楽しんでおり、運動の習慣化に結び付いている。また、授業と部活動の態度面の指導が統一されており、どんな場面でも集中して活動する生徒が増加した。



授業における準備運動①

授業ははじめのランニング



授業における準備運動②

ストレッチ運動



授業での地域指導者の活用



卓球部の外部指導者

校区内に居住され、毎日指導にあたっている



バドミントン部の外部指導者

スマッシュ力を付けるためのボール投げ

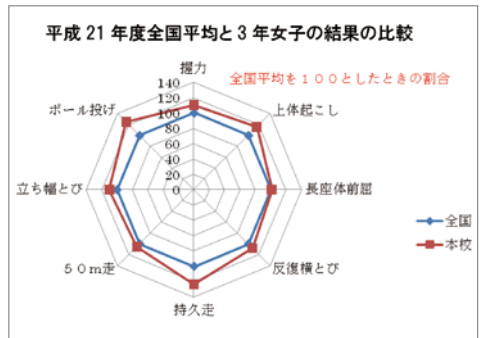


部活動紹介



全国ラグビー大会開会式

九州大会で優勝し全国大会へ出場



3年女子の体力測定結果