

小中一貫教育と9年間カリキュラムを通じた体力向上の取組

新潟県

三条市立第三中学校

全校生徒数320名
(男子173名 女子147名)

実践内容

実施目的

- ①地域（学区）の小学校と連携し、児童・生徒の体力傾向を話し合うことで、9年間を見通した指導を実施する。
- ②小・中9年間のカリキュラム作成をすることで、9年間の学びの中で、単元の価値を考える。
- ③運動会や部活動等で5・6年生と中学生が不定期にかわり合うことで、異年齢との人間関係づくりの場となるだけでなく、体力・運動能力向上の刺激となる。

実施内容

1 地域の小・中学校（第三中学校区）の体育主任による体力向上会議の実施

第三中学校区4校の体育主任で、「すこやかな体づくり部会」を組織し、9年間を見通した体力の向上について年に数回、話し合いを行っています。

(1) 第三中学校区新体力テストについての比較検討

学区の小学校と中学校の新体力テストの結果を分析し、全国・県平均と比較し全体傾向や部分的な弱点等を把握します。その結果をもとに体力向上プログラムを作成しています。

(2) 三校（第三中学校区の小学校）合同体育科授業の実施

新体力テストの分析を受けて、中学校職員による小学校の体育授業を実施しています。

①三校合同体育授業（陸上競技：短距離走）

部会の話し合いや新体力テストの分析の結果、低位であった50m走等スピード系種目の体力向上に向けたプログラムを作成・実施した後、最後に小学校3校での合同体育授業で成果や課題の共有化を行っています。

②三校合同体育授業（球技：バスケットボール）

専門的な知識や技能をもつ中学校職員が小学生に授業をすることで、運動の楽しさを伝えています。運動に親しみ、休憩時間等に運動をすることが増え体力向上につながっています。

2 小・中9年間のカリキュラム作成

第三中学校区が協力し合い、職員全員で9年間のカリキュラム作成を行っています。9年間で前期（小1～小4）・中期（小5～中1）・後期（中2・3）に分け、単元や指導に9年間のつながりをもたせています。現在指導している単元が9年間でどのような位置付けになっているのかを第三中学校区の職員が意識できるようになります。

3 児童・生徒の交流

(1) 運動会・部活動での交流

第三中学校区の小学6年生による中学校運動会への参加や、部活動の交流をしています。

実施上で工夫したこと

- ①第三中学校区の児童の実態として、運動の技能・思考（運動の計画やゲームの作戦をたてるなど）・体力（50m走等のスピード系種目）において二極化が進行しているような状況もあり、特に球技の実施においてその特徴が顕著でした。そこで、合同体育授業等で、他の小学生と刺激し合うことで、運動技能の広がりや向上につながりました。

- ②第三中学校区の小学校には運動部活動のような放課後活動がありません。そこで中学校の部活動が受け皿となり、放課後や週休日・休日等時間があれば見学・参加できることを可能としました。

主な成果

- ①小・中の連携により第三中学校区の各小学校の課題を入学前に把握し、合同体育科授業などで中学校職員が専門的に指導したことで、入学後も各小学校での差がなくなり、一貫指導できることで記録も大幅に向上しました。
- ②小学生の運動部活動見学や体験入部等を計画的に実施したことで、入学時の運動部活動参加率（希望制）が向上しました。運動部活動への参加は、運動技能・体力向上へ直結していたため、次年度の新体力テストに大きな影響が出ると考えられます。

●50m走結果の変化

(秒)

現中学1年生	H22 (小学6年生時)	H23 (現中学1年生)
男子	9.41 (8.98)	8.46 (8.54)

※ () 内は県平均

小学生時と中学生時の結果を比較・検討し、体力向上プログラムの作成など、計画的な体力向上の指導に生かします。

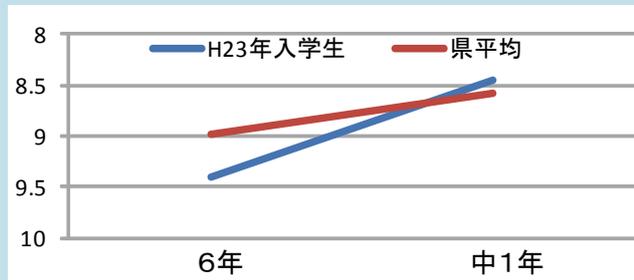
9年間のカリキュラム

内容項目	前期 (小1～小4年)	中期 (小5～中1年)	後期 (中2・中3年)
重点指導内容	<p>運動技能定着</p> <ul style="list-style-type: none"> ・めあてをたて、簡単なきまりや活動を工夫して、運動の楽しさを体験する。 ・基礎的な動きを身に付け、意欲的に体力を養う。 <p>【体づくり運動】 【器械・器具を使つての運動遊び】 【器械運動】 【走・跳の運動遊び】【走・跳の運動】 【水遊び】【浮く・泳ぐ運動】 【ゲーム】</p> <p>【表現リズム遊び】【表現運動】 【保健】</p>	<p>運動技能定着</p> <ul style="list-style-type: none"> ・めあてや作戦を工夫して、各種の運動に応じた基本的な技能を身に付け、体力の向上を図る。 ・仲間とともに運動を楽しみ、自らの課題を解決しようとする学び方の習得を図る。 <p>【体づくり運動】 【器械運動】 【陸上運動】 【水泳】 【ボール運動 球技】</p> <p>【表現運動 ダンス】 【保健】</p>	<p>運動技能定着</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の個性を伸ばし、生涯にわたって運動に親しむための資質や能力の向上を図る。 ・学習を計画、実践し、活動や結果を公正に評価できるようにする。 <p>【体づくり運動】 【器械運動】 【陸上運動】 【水泳】 【球技】 【武道】 【ダンス】 【体育理論】【保健】</p>
生活習慣改善	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食をきちんととる。 ・9時間の睡眠をとる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養のバランスを考えた弁当が自分で作れる。 ・8～9時間の睡眠をとる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養のバランスを考えて食事が作れるようにする。 ・8時間の睡眠をとる。

計画的な体力向上

苦手な種目や全体傾向を把握し指導に生かす

平成23年度入学生 (現中学1年)			
種目名	項目	6年	中1年
50M	H23年入学生	9.41	8.46
	県平均	8.98	8.54
	比較	×	○



小中の交流

●授業や運動会で小中が交流



合同体育授業

●中学校職員の専門性を生かした体育授業



IV 学校と家庭・地域及び学校間で連携するために
第3章 体力向上への活用のポイントと取組事例