

小中一貫教育と9年間カリキュラムを通した体力向上の取組

新潟県

三条市立第三中学校

全校生徒数341名
(男子173名 女子168名)

電話番号 0256 (33) 3062

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、話し合いを行う。

(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する。その結果をもとに体力向上プログラムを作成する。

(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する。

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う。

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職員が小学生に授業をすることで、運動の楽しさを伝えやすい。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る。

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う。9年間を前期（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る。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る。

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（113名）による中学校運動会への参加や、部活動の交流。

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・体力（スピード）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」においてその特徴が顕著である。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った。
- 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ない。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た。

主な成果



- ①小・中が連携することで第三中学校学区の各小学校の課題を入学前に把握することが可能となり、計画的な指導ができた。
- 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への加入率（希望制）が向上した。特に今年度入学の男子は91.7%と例年になく高加入率となった。運動部活動への加入は、運動技能・体力向上へ直結していたため、来年度の新体力テストに大きな影響が出ると考えられる。

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	<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>	<ul style="list-style-type: none"> ・めあてや作戦を工夫してたて、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>	<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。

9年間のカリキュラム

前期・中期・後期の指導の概要(三中学区)



小学生と中学生の交流

中学生の運動会に小学生6年生が参加



三校合同体育授業

学区の三校が集まり、合同で体育授業を実施

三中バレー部と試合に出ませんか？

三中学区でバレーボールをやっている6年生のお母さん、第三中学校女子バレーボール部の生徒と一緒にバレーボールの大会に出てみませんか。

第三中学校の1年生と一緒にチームをつくって2つの大会に参加することができます。

詳しい内容は以下の通りです。

期日 1月23日(土) バレーボール強豪大会
会場 勢原中学校・勢原サンヒルツ体育館・菅原中学校・菅原中学校 8:00～16:30
※会場が決定した次第案内を差し上げます。

期日 1月31日(日) 三奈市内1年生大会
会場 泉中学校 体育館 8:00～16:30

6年生の体験入部

運動部活動への体験入部を不定期に実施

種目名	体力要素	項目	男子		
			1年	2年	3年
・50m	スピード	H21三中学区	11.83	10.62	10.41
		H20県	11.70	10.77	10.24
		比較	×	○	×

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