

# 学校と家庭・地域が連携した 日常化と体力の向上

宮崎県小林市立野尻中学校

全校生徒数	169名 (男子90名 女子79名)		
全クラス数	6	教職員数	19名 (内体育専科2名)
運動部活動数	8	運動部活動参加率 (全学年)	89%
地域のスポーツ指導者の活用 (年間延べ人数)			70人

## Plan ▶▶▶▶▶ 取組時の課題と目的

### 1 取組時の課題

本校は、平成22年度から小中一貫教育を推進し「未来を生きぬくための確かな学力、豊かな心、たくましい体をもった子供の育成」を目標に取り組んでいる。

生徒に運動の魅力を伝え、家庭や地域と連携し、生徒自ら主体的に運動に親しむ環境の整備が喫緊の課題である。

### 2 取組の目的

- ①学校・家庭・地域が連携し、生徒が主体的に運動に親しむプログラム（システム）の構築
- ②明るく豊かに生活を営む態度を育む保健体育の授業の改善と体力を高める「NOJIRIタイム」の設定

## Do ▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶ 取組の内容

### 1 運動の日常化を目指した家庭や地域との連携

#### (1) PTA保体部と連携した取組

学校運営協議会や学校保健委員会を定期的に開催し、運動器検診や定期健康診断、新体力テスト等の結果から本校の課題について検討し、学校医をはじめとする関係機関と連携した野尻中学校ならではの運動の日常化について実践している。

#### (2) 家庭（地域）と連携した取組

学校運営協議会等で検討した内容や結果をPTA運営委員会や学校通信、保健だより等で各家庭に啓発し、学校や地域と連携した運動の実践や体力の向上に取り組んでいる。また、市内一周駅伝競走大会や市大運動会等の練習に積極的に参加し、地域での運動の日常化を図っている。

#### (3) 体力アップカードの作成と活用

本中学校区の体育主任会で、新体力テストの結果を分析し、小中9学年男女別にグラフ化し、課題のある種目についての対策として「NOJIRIタイム（体力を高める運動）」に取り組んでいる。また、生徒個人の結果は生徒自らが分析し、課題のある種目への対応について保護者と一緒に体力アップカードを作成し、学校や家庭でのトレーニングに励んでいる。

### 2 学校間の連携（小中一貫した指導）

#### (1) 共同的な学習を基盤とした課題解決学習の授業展開

小学校との合同研究により、「考えをつくる」「考えを高める」「考えを理解する」などの場面を学習過程に位置づけ、共同的に考え（体力・技能）を高めていく学習指

導法を確立し、理論の深まりや効果的な運動の実践を目指すとともに、体力の向上に取り組んでいる。

### 3 部活動の充実を図る地域・家庭との連携

#### (1) 「スポーツ・文化アカデミー in 野尻中学校」の開催

部活動後援会連絡協議会や部活動顧問会を定期的に開催し、部活動の活性化や特色ある部活動運営について、家庭や地域と連携した取組を実践している。

特に、「スポーツ・文化アカデミー in 野尻中学校」というアカデミー事業を主催し、地域の優秀指導者やスポーツドクターを招聘しての講演会や実技講習会等を行っている。この事業は、生徒や保護者にたいへん好評であり、けがの防止や運動に対する関心が高まるなど、運動面だけでなく学習面においても成果が現れている。

### ●工夫したこと

- ①生徒・教職員・家族・地域が組織的に運動に取り組むために、会議等で話題を提供することを心がけた。共通の目標をもつことで、お互いに声をかけたり、励ましたりする雰囲気ができている。
- ②「スポーツ・文化アカデミー in 野尻中学校」で学んだことを生かし、授業開始時の体づくり運動の中に補強運動を実践したり、全部活動共通のストレッチや体幹トレーニングを実践したりして、体力の向上や運動の日常化につなげている。

## Check ▶▶▶▶▶ 取組の成果

- ①野尻中学校区を拠点に地域で運動に親しもうとする機運が高まり、生徒も積極的に外遊びや集団で活動する姿が増えている。
- ②体力総合評価のAB-DEの割合が上昇した。また、1週間の総運動時間が男女とも平均で720分を超え、体力の向上に意欲的に取り組む姿が多く見られるようになった。
- ③専門的な技術を学ぶ機会が増え、意欲的に部活動に取り組む生徒が増えた。

## Action ▶▶▶▶▶ 今後の課題

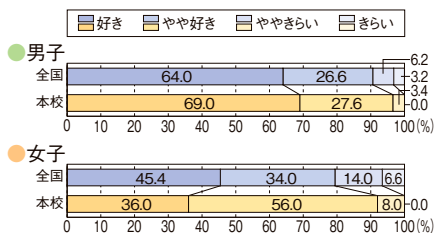
学校・家庭・地域が連携し、生徒が主体的に取り組むプログラム（システム）が構築の途中である。今後、さらに関係機関と連携した野尻中学校ならではのシステムづくりを継続することが重要である。

本校の結果

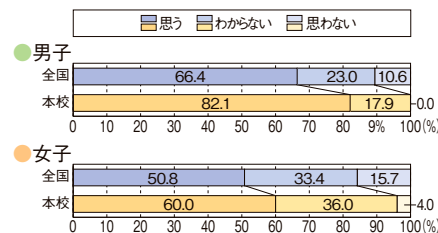
●体力合計点と運動時間

	男子	女子
体力合計点(点)	53.5	59.4
A	34.8	77.3
B	52.2	22.7
D	0.0	0.0
E	0.0	0.0
AB-DE	87.0	100.0
1週間の総運動時間(分)	767.0	954.8
60分未満の割合(%)	0.0	0.0

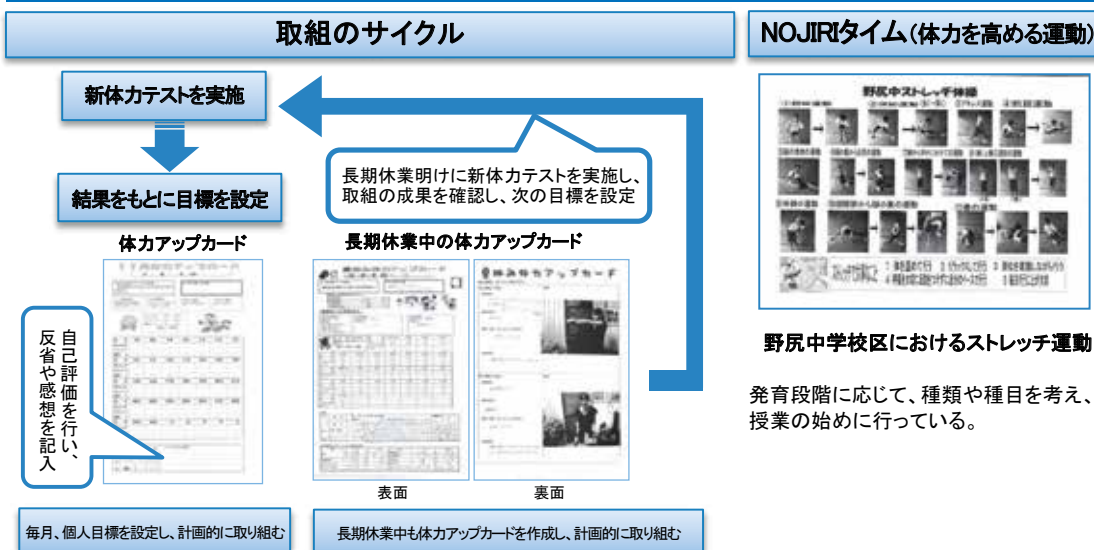
●運動やスポーツが好き



●中学卒業後も自主的に運動やスポーツをしたい



体力アップカードの作成と活用



テーマ4

家庭や地域でもっと運動をするようになる条件整備

運動の日常化を目指して家庭や地域の連携

**保健体育委員会だより・掲示物**

**市内一周駅伝競走大会**

スポーツ・文化アカデミー in 野尻中学校

体幹トレーニングやストレッチの指導

ラジオ体操第1の実演

地域の指導者等を招いての講演会