

## Ⅱ 教育課程

## 第6分科会 健やかな体

## ○ 研究課題 ○

## 健やかな体を育むカリキュラム・マネジメントと校長の在り方

## ■ 分科会の趣旨 ■

社会環境・生活環境の変化は、人々の生活様式に大きな影響をもたらしたばかりでなく、子どもたちの心身への影響も大きく、体力・運動能力の低下をはじめ、ストレスや肥満傾向の増加、生活習慣病への危険性の高まりなど、様々な健康問題を引き起こしている。また、運動への関心や運動する意欲の低下、さらに、運動する子どもとそうでない子どもとの二極化が進んでおり、子どもの体力の低下傾向や生活習慣病等が問題となっている。

こうした状況の中で、子ども一人一人に運動や健康・安全の大切さについての意識を高め、自らの健康を適切に管理し改善する能力を培うことは重要な課題である。

また、子どもが学んだことを、実社会・実生活に生かすことができるように家庭・地域との連携を強化し、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育み、運動のできる環境も含め、健康で安全な生活を送ることができるような教育課程の編成・実施等が求められる。

これらのことを踏まえると、学校での教育活動とともに、家庭や地域の役割を明確にし、学校・家庭・地域の密接な連携・協働が必要と考える。

本分科会では、これからの時代を生きる子どもたちが、心身ともに健やかな成長を目指す健康教育を推進するためのカリキュラム・マネジメントについての具体的方策と成果を明らかにする。

## ■ 研究の視点 ■

## (1) 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する教育活動の推進

子どもたちの生活全体から日常的な身体運動が減少しており、子どもたちの体力は全国的に低下・停滞傾向にある。それを解決するために、体育の授業をはじめ、学校教育全体で体力向上に取り組むとともに、家庭や地域との連携が必要である。特に体育科では、いろいろな運動との多様な関わ

り方を楽しむことができるようにするとともに、自ら学習に取り組み、基礎的な身体能力や知識を身に付けることができる授業実践が重要である。

校長は、このような認識に立ち、学校や地域の実態に十分考慮して活動時間や活動内容などを工夫しながら、体育的な活動を教育活動全体の計画に位置付け、全教職員の共通理解のもと積極的に実践していけるようなカリキュラム・マネジメントに努めなければならない。

このような視点に立ち、豊かなスポーツライフを実現するための教育活動を推進するための校長の果たすべき役割と指導性を究明する。

## (2) 生涯を通じて自他の健康課題に適切に対応する教育活動の推進

ライフスタイルの変化や生活習慣の乱れ等による運動・身体活動の低下等が、子どもの心身の健康に大きな影響を与えていることが問題視されている。

このような状況にあって、食事、運動、休養、睡眠などの重要性を理解し、自らの基本的な生活習慣を見直すことや、心と体の密接な関連性を理解し、様々な欲求やストレスに対して、状況に応じて適切に対処できる力を育てることは重要な課題である。さらに、生活習慣病や基本的な感染症に関する知識をもち、個人でできる予防手段を講じることができるなど、自分の体への関心を高め、生涯にわたって健康を維持できる能力を育む必要性が叫ばれている。

校長は、児童が生涯を通じて自他の健康課題に適切に対応し、維持・改善する能力を育むために、教科等横断的な視点も含め、健康教育の充実に努めなければならない。

このような視点に立ち、心身ともに健やかな成長を目指す健康教育の推進のために、校長が果たすべき役割と指導性を究明する。

研究  
発表

# 生涯を通じた豊かなスポーツライフの実現と 健康課題に適切に対応するための教育活動の推進

檜山地区 乙部町立明和小学校 買手 郁史

## I 趣 旨

社会環境や生活環境の変化は、子どもたちの心身への影響も大きく、体力・運動能力の低下をはじめ、ストレスや肥満傾向の増加、生活習慣病への危険性の高まりなど、様々な健康問題を引き起こしている。また、運動に対する関心や意欲、及び体力の低下等が問題となっている。

こうした状況の中で、子ども一人一人が運動や健康・安全の大切さについての意識を高め、自らの健康を適切に管理し改善する能力を培うことが重要な課題である。

これらのことを踏まえ、檜山校長会では、平成29年度から令和元年度まで「健やかな体」に関する実践研究を進めるに当たり、学校での教育活動とともに、家庭や地域の役割を明確にし、連携して取り組むことが大切と考え、健やかな体を育むカリキュラム・マネジメントと校長の在り方について、具体的な方策と課題・成果を明らかにし、校長が果たすべき役割と指導性を究明する。

## II 研究の概要

### 1 研究課題と研究の視点

#### (1) 研究課題

健やかな体を育むカリキュラム・マネジメントと校長の在り方

#### (2) 研究の視点

視点1 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する教育活動の推進と校長の指導性

視点2 生涯を通じて自他の健康課題に適切に対応する教育活動の推進と校長の指導性

### 2 研究推進計画

#### (1) 平成29年度

取組の視点に対する学校の実態を明らかにする。

#### (2) 平成30年度

各校の取組の実態を考察し、効果的な取組の方策を実践する。

#### (3) 令和元年度

取組の成果と課題を明確にし改善する。

### 3 檜山管内の実態

北海道南部に位置し、離島奥尻町を含む7町で構成さ

れている。小学校数は20校であるが、そのうち8校が完全複式校となっている。また、統廃合により校区が広範囲なため、スクールバス利用者が多く、登下校の時刻や放課後活動への制約が生じている。

管内の教育の状況としては、学力的には全道と比較して中位、体力的には道や全国と比較して上位にある。各町及び各校での取組が組織的に行われていると言える。一方で、家庭への継続的な支援や働きかけを要する実態もある。

### 4 平成30年度檜山管内学校保健統計調査等が示す健康状況(小学校20校 1,377人)

#### (1) 発育や視力に関すること

##### ① 身長

管内の平均は、全ての学年・男女とも全国平均と同値または上回り、体格の良さがわかる。

##### ② 体重

管内の平均は、全ての学年・男女とも、全国平均を上回っている。特に、小学3・6年以上の男子、小学5年女子が全国平均を2～3kg上回っている。

##### ③ 視力

裸眼視力1.0未満の割合は、小学生では、全国平均34.1%のところ39.8%と高くなっている。

上記のことから、発育状態については、ほとんどの学年で身長・体重ともに全国平均を上回っていることから「体格がよい」(太めの体型)と言える。

視力低下については、夜型の生活になっていることや幼児期からゲーム機で遊んでいること、スマートフォンやタブレット端末の使用時間が長いなどの影響が考えられる。(檜山管内学校保健会基礎資料より)

### 5 平成30年度体力・運動能力調査からの調査結果

#### (1) 体力合計点

男子	53.43(道)	56.16(檜)	女子	54.76(道)	59.52(檜)
	54.21(全)			55.90(全)	

#### (2) 体力合計点総合評価の割合(%)

	A	B
男子	12.5(道)19.7(檜)	23.6(道)33.9(檜)
	12.9(全)	25.4(全)
女子	14.8(道)34.9(檜)	24.8(道)29.4(檜)
	16.7(全)	27.7(全)

## 6 研究の内容

視点1 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する教育活動の推進と校長の指導性

### (1) 体力・運動能力の向上に関すること

管内全学校で朝や業間、放課後など、体育の授業以外で体力・運動能力の向上に係る取組が行われている(学校質問紙より)。縄跳びやランニングを主体に、「どさん子元気アップチャレンジ」や、校内外の大会等に照準を合わせた取組を行うなど、独自のプログラムで全校的な体力づくりに取り組んだりしている学校が多い。新体力テストは全学校で実施され、結果等を授業や体力づくりの工夫改善に反映させている。多くの学校で夏の水泳、冬のスキー学習が行われている。

#### ① 取組の具体例

##### ア 体力づくりの工夫改善

○記録測定・目標設定と成果の「見える化」の取組  
・マラソン・縄とびなどの取組で、個々や統一の目標を設定し、各自の記録を個人カードや一覧表、地図などに記入・掲示し、達成状況や成果が見てわかるようにしている。このことで、運動への意欲の向上と継続につなげている。

○校内外の大会や、「どさん子元気アップチャレンジ」などと連動させた取組  
・各種大会・記録会等に向けて、自己目標を設定するなどして練習に取り組んでいる。(マラソン、陸上、縄跳び、スキー、水泳など)

○「新体力テスト」を活用した取組  
・全学年で実施し、その結果から課題のある項目について向上を目指し、体育の授業や体力づくりの時間に課題解決に向け取り組んでいる。

○体育科授業改善の取組  
・全学年で冒頭にラダートレーニングやストレッチ、クーパー走などに取り組んだり、サーキット運動、ストレッチに取り組んだりして、持久力や柔軟性・敏捷性の向上を図っている。

### (2) 児童の活動に関すること

児童会役員や専門委員会による、全校や縦割り班活動、仲間づくりや遊び集会などを通じた体力づくりの取組が進められている。

#### ① 取組の具体例

ア 学校びかびか作戦、あいさつ運動、全校遊び、縦割り班によるゲーム遊びなどが行われている。  
イ 委員会による体育的集会活動の実施や生活リズムに関する呼びかけなどに取り組んでいる。

### (3) 校長の果たす役割と指導性

① 児童個々および学校全体の実態、活動時間や内容・方向性を全校で共有し、教育課程に位置付ける。  
② 取組内容について、安全への配慮、成果と課題を検証し、必要な改善・工夫をしながら推進する。

③ 学校の実態、取組、成果と課題について、懇談会で説明や通信を通して保護者・地域と共有化を図る。

視点2 生涯を通じて自他の健康課題に適切に対応する教育活動の推進と校長の指導性

### (1) 生活習慣の向上に関すること

#### ① 生活リズムの定着について

「生活リズムチェックシート」については、町全体で取組を決めている町もあるなど、各町とも、多くの学校が活用して、生活を振り返る取組を行っている。

##### ア 取組の具体例

○「生活リズムチェックシート」(北海道教育委員会発行)を活用した取組、生活リズムの実態をつかみ、早寝早起き朝ごはんの習慣化を図る。「寝た時刻・起きた時刻・朝ごはんの摂取など」(家庭で子どもと一緒に記入し、最後に保護者や子どもの一言を記入する。)

#### ② ゲーム機や情報機器の利用の仕方について

各町ごとに、町PTA連合会や単Pが主催となった「情報モラル教室」、特にSNS利用に関しての研修の機会が増えている。ゲーム機や携帯等の利用に関する調査を町や学校として行う機会も増え、保護者へ調査結果を伝えることで、学校と保護者が一体となった取組を展開している例もある。

### (2) 健康教育に関すること

#### ① 食育の推進について

栄養教諭や栄養士、養護教諭による食育指導が多くの学校で取り組まれている。また、農漁業団体等の外部機関と連携した取組、地域の特性を生かした体験活動など、食育と結び付けた取組も各町で行われている。

##### ア 取組の具体例

##### ○食育の出前授業

全校や各学年・学級ごとに、実態や発達の段階に応じた内容で実施している。(例：栄養と体づくり、カロリー、糖分や塩分など)

##### ○農漁業関係者による出前授業

(例：お米や各野菜、牛や牛乳、海産物や海洋生物、農・漁・酪農業についての説明及び、地場産食材を使った調理実習など)

#### ② 病気等予防の推進について

各校では、養護教諭が中心となって病気等の予防に向けた各種取組が進められている。

##### ア 取組の具体例

○保健日より、掲示物による啓発

○かぜ・インフルエンザ予防の取組

お茶によるうがい励行や加湿器の設置

○ノロウイルスに対応するための、消毒や吐物処理セットの配備

○給食後の歯磨き指導、フッ化物洗口の実施

○「せきエチケット」の指導

③ 飲酒・喫煙・薬物乱用防止について

管内全ての町において、「飲酒・喫煙・薬物乱用防止」に関わる取組が行われている。

ア 取組の具体例

○保健師や警察署員、保健所員等による防止教室

○町内高校生によるピア・サポート授業

④ アレルギー対応について(学校給食に対する取組)

檜山管内7町のうち6町においてセンター方式の学校給食が行われており、各校では栄養教諭と連携し、事故等の予防としての必要な対応を行っている。

ア 取組の具体例

○新入学時や転入時における調査、定期的な調査

○給食時の代替食や除去などの対応

○アナフィラキシー・ショックの対応など、養護教諭や消防職員等の外部講師によるアレルギー全般に関わる学習会や研修会の実施

⑤ 心の健康の充実について

担任や養護教諭、スクールカウンセラーによる個別面談などを中心とした取組が各校で行われている。

ア 取組の具体例

○担任・養護教諭・スクールカウンセラーによる定期的・随時の個別面談を行い、悩み事などに早期に対応する体制をとっている。

○ソーシャルスキルトレーニング、アサーショントレーニングを行い、コミュニケーションのスキルアップを図っている学校もある。

(3) 校長の果たす役割と指導性

① 個々の児童・全校的な実態を把握し、必要な情報を各教職員間で共有し、役割分担を明確にしながら組織的な対応・取組を進める。

② 危機管理マニュアルの共通理解を図るとともに、必要な改善を加える。

③ 外部関係機関との連絡調整・連携を図りながら、進展状況を把握し、対応・取組を進める。

## Ⅲ まとめ

### 1 成果(強み)：各校の実践が示していること

(1) 各学校では、新体力テストの全校実施、朝活動・業間・放課後などの時間帯を活用したマラソン・縄跳び・鬼ごっこ等の体力向上への取組が行われている。運動する楽しさを味わえるよう工夫を加えながら、このような取組を積み重ねてきたことにより、子どもたちの運動への意欲、体力・運動能力が高まってきていると考えられる。

(2) 各町・各校において、様々な関係機関と連携した「運動や健康」に関する専門性の高い取組や幅広い取組が進められ、運動・健康に対する児童の興味・関心を高

めていると考えられる。

例)○「各種スポーツ教室、スポーツフェスティバル」

○「町内小学校陸上競技大会」

○「外部講師による指導や各種出前授業」

(3) 道具や器具等の充足率の高さ、グラウンドや体育館などの環境・条件のよさなどから、学校生活における児童一人当たりの運動機会や運動量が多いことも、体力・運動能力を底上げしている要因と考えられる。

### 2 課題(弱み)：引き続き解決への取組を要する事項

(1) 望ましい生活リズムの形成をめざし、各校で生活リズムチェックシート等を活用しているが、児童自身への工夫改善に繋がる働きかけが課題であった。その後、町独自で作成した「生活点検カード」を活用し、学校とPTAが協力して学習・生活習慣向上に向けた働きかけを進め成果をあげている町もあり、今後このような取組を広めていきたい。

(2) スクールバス等の利用率が高い学校が多い当管内において、登下校時に「歩く」などの日常生活における運動機会の少ないことが懸念されていた。その後、児童・職員が歩数計を常時携帯し、学校ぐるみで「歩く」ことを奨励している例もある。また、PTAや子ども会、地域ぐるみのスポーツレクを行うなど、遊びや運動に関わる機会・環境づくりや働きかけが工夫されており、今後も連携を深めて活用していきたい。

(3) 全校的に体力づくりの取組等のデータを継続的に記録・掲示(「見える化」)することへの仕組づくりが課題となっていた。その後、マラソン・シャトルラン・縄跳びなど、個々の記録を整備し、全校的にカード・一覧表・地図などを活用して「見える化」を図るなどの組織的な取組が広がってきている。今後も自他の努力や成長・成果を実感し、さらなる目標づくりや意欲付けにつながるよう取組を進めていきたい。

### 3 校長の指導性について

(1) 檜山校長会としては、小集団のために情報伝達が迅速なこと、会としての取組が焦点化・重点化しやすいなど、校長の指導の下、学校の実態に応じた具体的な取組が進められてきた。

(2) 各校の校長が、より明確で具体的な経営ビジョンを丁寧に示すことで、教職員の共通理解や協働意識が高まり、学校全体での取組が進められていることが檜山管内の小学校では強みとなり、様々な成果となって表れていると言える。