

<実践事例①>

「みんなの健康づくりプロジェクト」 ～みんなの声を形に～

札幌市立三角山小学校

1. 健康に関する課題を明確にする活動

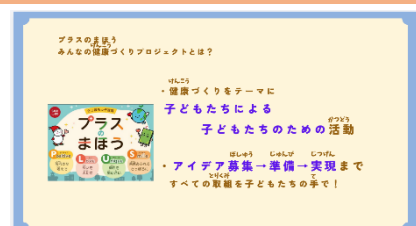
①全校に「みんなの健康づくりプロジェクト」として
取組の説明

- ・「みんなの健康づくり」をキーワードに取組のアイデアを募集
- ・プロジェクトとして企画運営をやってみたい5、6年生を募集

②アイデアを集約し、プロジェクトメンバーで相談

- ・「みんなの思いや願いは?」「みんなのためにやってみたいことは?」

③話し合いを受けて合意形成



2. 課題解決に向けた取組を“一緒に考える”活動

取組別に3グループに分かれて活動を推進し、途中経過を全校放送・全校朝会で呼びかけた。

【きれいに手洗い】

- ・ブラックライト活用を想定していたが、予算と管理面の課題を養護教諭に相談。手洗いスタンプを使った取組に変更。
- ・実施時期を決定し、全校放送で呼びかけ。

【ほっとルーム設置】

- ・「心を落ち着ける時間・空間づくり」をテーマに空き教室活用に向けて計画づくり。
- ・「置くもの」「使い方のルール」「利用時間」を決めて、ポスター作成と全校放送。

【地域ごみ拾い運動】⇒【全校ぞうきん真っ黒化計画】

- ・地域へ呼びかけ、公園や学校周辺のごみ拾い活動を計画（クマ出没が相次ぎ変更）。
- ・校舎内で日頃掃除の行き届かない場所のぞうきんがけをする取組へ変更。



3. 基金を活用した取組の様子

【きれいに手洗い】



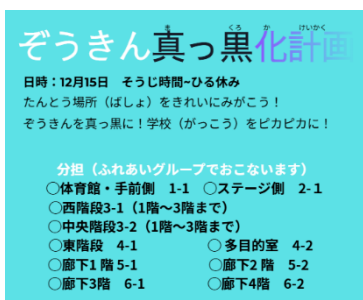
プロジェクトメンバーがバイキンマークのスタンプを手に押印し、子どもたちは、スタンプが消えるまで石鹸を使って手洗い。

【ほっとルーム】



休み時間に本を片手にやってくる子どもたち。思い思いの場所でゆったり過ごす。

【どうきん真っ黒化計画】



異学年交流グループを活用し、掃除の時間で割当てのない場所をきれいに。

【購入物品】○シャチハタ手洗い練習スタンプ 6セット（658 円×6）

○L字ソファー 1セット（17,799 円）

○ジョイントマット 2セット（3,504 円×2セット）

4. 取組の成果について

○プロジェクトメンバーは、健康づくりをテーマに全校のみんなの想いを形にすることができ、活動を創り上げたことで達成感につながった。また、企画した取組を全校のみんなと一緒に楽しみながら活動することができた。

○単発のプロジェクトとして発足したが、掲示物として残したり、委員会活動へと引き継いだりすることで、次年度以降の活動へとつなげる姿があった。

<実践事例②>

「～5年生が自信をもって活動に向かうために～ なわとびデーをさらに充実させる取組」

札幌市立信濃小学校

1. 健康に関する課題を明確にする活動

① 書記局で、今年度行っているなわとびデーの取組について話し合う。

前回までの書記局では、5年生が中心となって「あいさつ運動」の活動を見直してきた。今回、同じく年間通して取り組んできた「なわとびデー」の取組についての話し合いを行った。5年生が、「なわとびデー」の取組を振り返ることで、最高学年になる準備として単なる作業の継続ではなく、「なぜ行うのか（目的）」に立ち返り、自分たちのアイディアを出し合う姿をねらいとした。このような過程で、健康の保持増進の大切さに気付くとともに、学校のリーダーとして、子どもたち自らが全校に働きかける姿が期待できると考えた。

② インセンティブ・ファンド事業について説明する。

子どもたちが、必要なものやことに目を向け始めたところで、今回の事業について、教師側から説明した。子どもたちは、「健康の保持増進」という点で、色々と考えをめぐらせる姿を見ることができた。

③ 書記局で「なわとびデー」をきっかけに、健康の保持増進につながるアイディアを出し合う。

まずは、書記局のメンバーで、どんな取組をしていく必要があるかを話し合った。話し合いをするうちに、「方法」「道具」「場所」について見直していく必要があることが分かり、5年生全体にGoogle formsを使ってアンケートを取ることにした。



2. 課題解決に向けた取組を“一緒に考える”活動

Google formsを使って、5年生の児童に「なわとびデー」をよりよくするためのアイディアを募集した。（お金の使い道も含める。）出た意見を集約すると、次のような結果となった。

① 道具に関するもの

「大縄が古くて回すと疲れるから軽いものが必要。」「数が足りないのでもう少し欲しい。」など。

② 方法に関するもの

「技ができるようになった時にご褒美シールがあるといい。」「賞状をもらえたらうれしい。」など。

② 場所に関するもの

「特訓できるコーナーがあるとよい。」など



3. 基金を活用した取組の様子

書記局で集約した意見をもとに話し合い以下のものを購入することにした。



① 大縄



② ごほうびシール(金、銀、橙、黄、赤、青、緑、桃)

① 1,672 円×6=10,032 円

② 225 円×8=1,800 円

合計 11.832 円

「大縄」は、学校にいくつかあったが、各学級で揃えるために購入した。

「ごほうびシール」は、書記局の話し合いでも話題となっていたが、技を達成した時に必要なご褒美として使いたいとの想いから購入した。

※①を購入したことで、全ての学級で回しやすい大縄を使うことができるようになった。また、ダブルダッチ等の技に挑戦する学級が見られるようになった。

4. 取組の成果について

【成果】

- ・本事業と委員会活動を関連付けることで、今までの活動を見直し、健康の保持増進のために、子ども自らが考え行動する姿を見ることができた。
- ・子どもが望んだものを購入することで、なわとびに対して消極的な子どもが、前向きに活動に取り組む姿を見ることができた。
- ・今回の事業によって、5年生にとって自分たちが全校のために考えたことが実現できたので、大きな自信となった。

【次年度に向けて】

残った基金については、なわとびデーがさらに充実した活動となるように、活動してから子どもたちのアイディアでさらに活用させていただきたいと考えている。



「豊かなスポーツライフの実現」

札幌市立新陵小学校

1. 健康に関する課題を明確にする活動

【特別支援学級とのスポーツフェスティバル】

現行の学習指導要領では、運動を通じて「する、見る、支える、知る」の多様な関わり方や運動を通して、スポーツの意義や価値等に触れることが大切とされている。しかし、子どもたちは、「勝ち」と「負け」や「できる」と「できない」にこだわることが多い。そこで、スポーツの意義や価値に触れることを目的として、通常学級の4年生と特別支援学級で行うスポーツフェスティバルを行うことを、総合的な学習の時間で企画した。はじめにスポーツの起源について調べる中で、子どもたちは、休み時間や、体育の学習で、運動そのものを楽しめていないという課題を設定し解決に動き始めた。

【休み時間の遊び道具の調査】

昨年度、子どもたちにアンケートを取り、体育館遊びの仕方を見直したり、特別教室で休み時間にダンスやフラフープで遊べるようにしたりと環境整備を行った。しかし、一年経ち、子どもたちから教師に対して、「もっとこういう遊びがしたい。」というような声が上がってきた。そのため、もう一度全校児童にどんな道具があったら休み時間が充実するかアンケートを行った。

2. 課題解決に向けた取組を“一緒に考える”活動

【特別支援学級とのスポーツフェスティバル】

スポーツの起源について調べた後に、特別支援学級の教員から、特別支援学級の児童についてや交流の仕方についてなどの説明を行った。その後、参加者全員が楽しむために、子どもたちはグループに分かれて、アダプテッドスポーツについて調べた。そのことを生かし、当日に向けて、司会の練習や道具づくりなどを協力して行った。

【休み時間の遊び道具の調査】

子どもたちのアンケート結果から、体育館でのキャッチボール、特別教室でのモルックやボッチャを新たに行うことを決めた。また、バドミントンラケットが少ないことが分かったので、新たに購入することを決めた。

他にもキャッチボール用のボールなどの声があった

ラケットを増やしてほしい

バドミントンのラケットとはねを増やしてほしい。

バドミントンのラケットを増やしてほしい。

バドミントンの数（ラケット）

バドミントンの道具「ラケット」「はね」

3. 基金を活用した取組の様子

【特別支援学級とのスポーツフェスティバル】

当日は、「ファミリーバドミントン」「けんけんサッカー」「おじゃま玉入れ」「シッティングバレー」「ゴールボール」の6ブースに分かれ運営と遊びの両方を経験した。ゴールボールのサウンドボールと、ファミリーバドミントンのラケットとシャトルを購入した。どのブースも通常学級の児童と、特別支援学級の児童が役割を分担して運営していた。また遊ぶ側も自然とスポーツをする中でコミュニケーションが生まれていた。

- ・サウンドボール 3,000 円
- ・ファミリーバドミントン用
シャトル 7,500 円



【休み時間の遊び道具の調査】

特別教室でモルックで遊ぶ児童が増えた。特別支援学級では、学級遊びとしてもモルックを活用している。体育館遊びでは、児童が自分のしたい遊びにより一層取り組むことができるようになった。



- ・キャッチ用ボール 15 個 1,849 円
- ・モルック 4,818 円
- ・バドミントンラケット 3,490 円×2 セット=6,980 円
- ・ファミリーバドミントンラケット 2,290 円×2 セット=4,580 円

4. 取組の成果について

【特別支援学級とのスポーツフェスティバル】

特別支援学級とのスポーツフェスティバルを企画・運営する中で、「する」だけでなく、「知る」「支える」「見る」のよきを経験しながら活動することができた。

〈児童の声〉

- ・「スポーツは楽しむことが大切ということが分かった。」
- ・「体育ではやらない運動をして楽しかった。」
- ・「バドミントンのラケットが増えて取り合いがなくなった。」
- ・「大谷グローブを使ってキャッチボールをするのが楽しい。」

【休み時間の遊び道具の調査】

体育館遊びで、バドミントンに取り組む児童が増えたり、キャッチボールをして遊んだりする児童が増えた。視聴覚室でモルックに親しむ児童が増えた。

「元気で健康な体でいよう」

札幌市立大谷地東小学校

1. 健康に関する課題を明確にする活動

- ① 6学年委員会の児童にインセンティブ・ファンドについて説明をする。
 - ・全校児童が健康で学校生活を送ることができるようにするための取組であること。
 - ・最高学年として、6学年委員会が中心となって活動すること。
- ② 活動のテーマを設定するために、全校児童に「健康から想像すること」についてのアンケートを作成する。
- ③ アンケート結果を集計し、多くの児童が健康から想像することや健康のために大切だと考えていることを明らかにする。
 - ・「栄養バランス」「手洗い」「運動」「睡眠」が多数を占める。



2. 課題解決に向けた取組を“一緒に考える”活動

全校児童のアンケートをもとに、6学年委員会で活動の方向性を話し合った。方向性を決めるに当たり、以下のことを確認した。

- ・「学校」という場で取り組むことができること
- ・1年生から6年生までのすべての児童に必要感があること
- ・「やってみよう」と思える取組であること

その結果、「健康のために手洗いをしっかり行う」という活動に決定し、そのために手洗い用スタンプを購入することにした。また、頑張りカードを作成し、手をしっかり洗った児童のカードにシールを貼ることで、手洗いへの意欲付けとした。



3. 基金を活用した取組の様子

この取組を「元気で健康な体でいようプロジェクト」と名付け、まず5、6年生で試してみることにした。

手洗いスタンプ
14個購入
13,986円



頑張りカード用シール
40シート
5,060円



支払いも学年委員会児童が行った。

5年生に活動の趣旨を説明し、協力をあおいだ。



学年委員会が中心となって、手洗いスタンプを押した。



スタンプが消えるまで手を洗っている様子。

4. 取組の成果について

☆児童の言葉より☆

- ・スタンプが消えるまで手を洗うことで、丁寧に洗うことができた。
- ・自分たちで大谷地東小学校の健康を守る活動ができたことが嬉しかったし、頑張ろうと思った。やってよかった。

手洗いスタンプの試行を通して、「手洗いスタンプは、丁寧な手洗いに効果がある」という手ごたえを感じることができた。そこで、この活動を5年生に引き継いでもらうために、がんセミナーや教育委員会から御来賓の方々をお招きした引継ぎ式を行った。引継ぎ式では、5年生が、この「元気で健康な体でいようプロジェクト」を引き継ぐ決意を述べ、令和8年度につなげることができた。



「エンスポ

～みんなで Enjoy sports」

札幌市立手稲西中学校

1. 健康に関する課題を明確にする活動

本校は小規模校ゆえに運動系の部活動が少なく、希望する部がないため、運動から離れてしまう生徒、体育以外で体を動かす機会がない生徒も少なくない。

そこで、仲間と気軽にスポーツを楽しむ機会を増やすことで、運動の楽しさを改めて実感させることをねらいとした。また、「自分たちでイベントを企画する」という経験を通じ、スポーツに興味をもって参加しやすくなるように、昨年度から「エンジョイスports」の取組を行っている。

準備段階では、生徒会執行部の生徒が中心となり、大学生がアドバイスや協力を加える形で、共に内容を深めていった。また、本校では1年次の総合的な学習の時間に「福祉」を学んでおり、その学習の流れを活かし、生徒自身の健康づくりに留まらず、地域住民と共に健康について考え、交流できる場にすることを目指して今回の活動に取り組んだ。

2. 課題解決に向けた取組を“一緒に考える”活動

- ① 生徒会執行部を中心に、どのような運動やスポーツが【経験や年齢問わず参加しやすいか】【楽しい時間を過ごせるか】を柱とし、【内容】などを検討した。
- ② 北海道教育大学札幌校の学生に御協力いただき、生徒会執行部中心に様々な種目を経験できる場を設け、最終的には年齢問わず地域の方々とスポーツを通して交流を広げたいという目標を設定した。

第1回目 12月3日 本校生徒対象 種目キンボール

第2回目 1月10日 全校生徒・地域の方々対象

種目:モルック、ポッチャ

種目検討の際は、「全員が楽しめる競技」を追究した。1月の開催に向けて、地域の方々に参加を呼びかけるため、生徒会執行部がポスターを作成した。校内への掲示にとどまらず、近隣の小学校や児童会館へも生徒が直接掲示を依頼するなど、積極的に参加者を募った。また、実施に向けて打ち合わせを重ねた。既成のルールに縛られることなく「楽しむこと」を最



第1回ポスター



第2回ポスター

優先に考え、誰もが参加しやすいように独自のルールを考案するなどの工夫を凝らした。さらに開催記念の景品を渡せるように、担当者の生徒が直接業者に電話し、内容や金額について交渉を行う場面を設けた。また、当日の進行シナリオや対戦表の作成、チーム分けなどもすべて生徒たちで決定した。



3. 基金を活用した取組の様子

12月3日のエンスポでは、46人の生徒と教師が参加し、放課後の限られた時間ではあったが、キンボールを楽しんだ。

1月10日のエンスポでは、生徒・教職員・地域の方の30名が参加した。約1時間半の中でモルックとボッチャを行った。各チームは中学生と地域の方の混合で組織した。



景品については、



サーモステンボトル
1,500円 7本



トートバック
880円 7枚



三色ボールペン
600円 7本



ステッカー
180円 185枚

景品の金額は生徒会長が価格交渉を行い、値引きしていただくことができ、予算内に納めることができた。

4. 取組の成果について

1月10日のエンスポ参加者の感想（一部抜粋）

○地域の方

- ・やったことない競技だったが簡単に気軽に楽しめた
- ・生徒たちと一緒にやって若さや刺激を受けることができた
- ・楽しくていい運動の機会になった
- ・冬なのであまり運動できない中で良い機会だった

○生徒

- ・初めて会った人と笑顔で運動できて楽しかった
- ・普段したことないスポーツをやって奥深かった
- ・コミュニケーションがとれて、楽しく接することができた

これらの取組を通した生徒達の様子や、感想などから中学生にも地域の方にも運動の機会を作ることができ、一定の成果を上げることができた。今回の経験を元に、運動やスポーツに親しむ機会を設けていきたい。今後もこれらの取組を継続し、地域と連携しながら生徒の運動習慣の定着を図っていきたい。

「美中オリンピックをさらに盛り上げる取組」

札幌市立美香保中学校

1. 健康に関する課題を明確にする活動

◆子どもたちが、自ら（自校）の健康課題を発見していく活動

感染症の流行により、体を動かしたり、集団で活動したりする機会が減少したことを受け、令和4年度から保体常任委員会で『美中オリンピック』という運動イベントを行っている。全校生徒が楽しく体を動かすことができるイベントにしたいという生徒たちの共通認識のもと、他クラス、他学年の生徒同士がコミュニケーションをとることができるよう企画を工夫し、今では、全校ほとんどの生徒が体育館に集まる一大イベントとなっている。

今年度の保体常任委員会には、昨年度、インセンティブ・ファンドに関わった生徒が多くおり、今年度も『美中オリンピック』の充実を図るため、委員会で話し合った。

2. 課題解決に向けた取組を“一緒に考える”活動

◆子どもたち自身が、課題解決に向けた取組（基金の使い方を含む）を議論して決めていく活動

- ①委員会の話し合いの中で、「今まで行ったことのない種目を行いたい」「異学年交流の場としても活用したい」「小学校とのつながりも意識したい」「実際に競技に参加しない人も観て楽しむことができる企画にしたい」との意見が出た。
- ②パートナー校である美香保小学校と北光小学校で行っている体育企画を聞き、小学校とのつながりを意識した種目についても模索した。
- ③委員会やパートナー校での意見をもとに、いくつか種目の候補を出し、昨年と同様に美中BOX（端末による生徒会目安箱）を活用し、全校生徒からも意見を取り入れた。
- ④小学校からのつながりを意識し、全校生徒が交流しながら行うことができる種目を委員会で検討した結果、「玉入れ」と「部活動具リレー」の2種目に決定した。

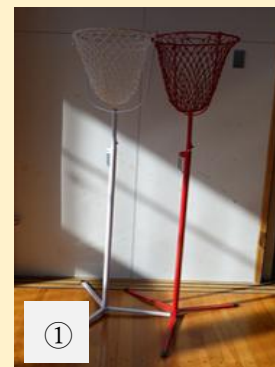


3. 基金を活用した取組の様子

◆実際に基金を活用し、課題を解決していく活動

【購入品】

- ・紅白玉入れ台×2 (33,165 円)
- ・バドミントンラケット×4(9,440 円)
- ・バドミントン羽×5(7,395 円)



- ① 購入した道具を実際に使い、美中オリンピックの準備を行った。
- ② 12 月上旬の昼休みに美中オリンピックを開催し、40 名以上の生徒が選手として参加した。また、小学校で行ったことのある種目や部活の道具を使った種目を行ったことで、全校ほとんどの生徒が観戦し、異学年交流を深めた。
- ③ 残った基金の使い道を再検討し、体育館遊びで貸し出すバドミントンラケットと羽を補充した。



4. 取組の成果について

- ◆委員会で種目を検討する際、学年問わず話し合う様子が見られた。また、全校生徒の声を集めたり、小学校とのつながりを意識したりするなど、自治的な活動の推進が図られた。
- ◆美香保中学校にある部活動の道具を使ったり、運動会での種目を行ったりしたため、観戦していた生徒も「私も参加したい」と運動に親しむ機会をつくることができた。
- ◆パートナー校との合同実施は叶わなかったものの、クラスルーム内で情報共有し、中学校の様子を伝えることができた。