

# 平成25年度 新潟市保健部 活動報告

部長 原口 玲子

## 1 研究主題

「生きる力」をはぐくむ心と体の健康教育の充実を目指して  
～早寝早起きについての保健教育（保健指導・保健学習）を通して  
実践意欲をもたせる～

## 2 研究の概要

ブロックごとに低、中、高学年を対象とした早寝早起きに関する保健教育の一人一実践を行い、目指す子どもの姿に迫るための効果的な保健教育を、課題提示、かかわり、言語活動の3つの視点から探る。また、各ブロックで公開授業を行い研究を進める。

<目指す子どもの姿>

早寝早起きにかかわる生活改善を自分のこととして捉え、望ましい生活習慣で過ごすために自分の実践できそうな解決策を考えて実践しようとする子ども。

## 3 研究の実際

- (1) 低学年公開授業 保健指導「はやくねるといいことあるよ」（1年生）  
竹尾小学校 山崎 有子 教諭 野口ひろみ 養護教諭
- (2) 中学年公開授業 保健指導「『しっかりすいみん』大作戦！」（4年生）  
潟東東小学校 藤橋 一葉 教諭 大久保ゆり子 養護教諭
- (3) 高学年公開授業 保健指導「どんな睡眠が健康によいか考えよう」（6年生）  
坂井東小学校 八幡 昌樹 教諭 千國 好美 養護教諭
- (4) 一人一実践
  - ・6月～11月に各校で実施し、振り返りシートで各自の実践を振り返った。
  - ・班ごとに一人一実践から研究のまとめを行った。

## 4 成果と課題

- (1) 成果
  - ① 子どもに実践意欲をもたせるには、自分の問題だと実感させることが必要である。自分の問題だと実感させるために、授業で子どもの実態から作成したグラフや事例を用いたり、自分の生活を振り返る活動を取り入れたりしたことが有効だった。
  - ② 自分の生活上の問題について客観的な視点から考えさせる場合には、最初に直接自分とかかわっていない事例の問題点を見付けさせ、その後で自分の生活を振り返ることができるようにしたことが有効だった。
  - ③ 自分の生活の改善策について、子どもに様々な視点から多数の選択肢を考えさせたい場合は、友達とかかわらせ、友達の意見を参考にできるようにしたことが有効だった。
- (2) 課題

子どもに自分の生活を改善する必要性を実感させるためには、子どもの実態に即した課題を提示する必要がある。子どもの実態は、アンケートの数値だけでは把握しきれない。数値の後ろにある実態に目を向けることで、ようやく問題の本質がみえてくる。今後は、保健室での子どもとのやりとり、子ども同士の会話や日常の様子、保護者の話などにも耳を傾け、子どもの本音や数値に表れない気持ちを理解し、子どもの実態に即した課題づくりを考えていく必要がある。