

平成26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年次～

2 研究の概要

近年、社会の変化に伴って、子どもの就寝時刻が遅くなっている。子どもたちは、早寝早起きの大切さを知識としては理解しているが、なかなか実践に結びつかないのである。そこで昨年度から、子どもたちに自分の生活を改善し早く寝ようという意欲をもたせる保健教育に取り組んでいる。

3 研究の実際

① 昨年度の実践から子どもに意欲をもたせるために有効だったと思われる手立てを洗い出し、なぜ有効だったのかを子どもの意識の変化に注目して整理し、次の3つのキーワードにまとめた。

「人ごとから自分のことへ」… 問題点を自分の健康にかかわる課題だと認識する。

「これならできそう」… 自分の課題解決のための、具体的で実践可能な方法がわかる。

「よし！やるぞ」… 課題解決のために、自分の生活を変えていこうという意識をもつ。

② 低、中、高学年のブロックに分かれ、「人ごとから自分のことへ」「これならできそう」「よし！やるぞ」の3つをキーワードに、早寝早起きについての保健教育を全員が実践した。

③ 子どもの発言や学習カード等の記入から、実践意欲をもたせることができたかを班ごとに検討し、有効な「課題提示」「かかわり」「言語活動」の方法を集約した。

4 成果と課題

(1) 成果

① 最初に授業のねらいを明確にし、子どもたちが具体的にどんなことを「よし！やるぞ」と思える授業にするのかを考える。次に、そのためには何が「人ごとから自分のこと」になればよいのか、どうしたら「これならできそう」なことを決められるのかを考える。このように3つのキーワードを基にして「課題提示」「かかわり」「言語活動」を組み立てていくことで、授業のねらいに沿うことができた。

② 自分の経験に結び付けて考えられるようにすることや、問題点を視覚的に捉えられるようにすることで、課題が「人ごとから自分のこと」になっていった。また、「睡眠時間は十分なのに目覚めが悪い」など子どもたちの概念とずれがあるものを提示したことで、新たな視点から自分の生活を振り返り、生活を改善しようという意欲をもつことができていた。

③ 初めに事例について考えさせる等、複数の異なる考え方をあらかじめ提示することで、自分の課題についての解決の見通しをもつことができ「これならできそう」と思える解決策を考えることができていた。

④ 何を目的としてかかわらせるのかを明確にし、かかわらせ方を工夫することで、子どもは、自分とは違う価値観に気付いたり課題を解決するための手がかりを得たりしていた。また、友達からの賞賛や励ましで意欲を高めることができていた。

⑤ ワークシートを工夫することで考える視点が明確になり、視点に沿って自分の生活を振り返ったり考えをまとめたりすることができていた。

(2) 課題

どんなに授業の中で実践意欲を強くもたせることができて、1回の授業で習慣化させることは不可能である。日常生活の中で継続して指導していく必要がある。今後、どのような継続指導が効果的なのかについても研修していく。

