

(保健)

自分を大切にし、生き生きと活動できる子どもを育てる保健教育

～自分の心身の状態に関心をもち、健康になるための実践的態度を高める指導法の工夫～

大阪市立川辺小学校 神前久美子 坂田京子 露口慎司

## 1. 主題設定の理由

本校の子どもは、元気で明るく素直な子どもが多く、男女の仲が良い、子どもらしい子どもたちである。しかし、自信がなく学習に粘り強く取り組むことができない子どもや、自分の気持ちがうまく表現できずに、感情の起伏が大きくなったり、言葉遣いが乱暴になったりするなど、コミュニケーションに課題がある子どもも少なくない。

そこで、本校では、昨年度から「自分のことを知り、自分を好きになり、他を思いやる心を育てる指導」に着目し、研究主題を「自分を大切にし、生き生きと活動できる子どもを育てる保健教育～自分の心身の状態に関心をもち、健康になるための実践的な態度を高める指導法の工夫～」と設定して、保健教育の研究に取り組み、全学年で研究授業を実施した。また、子どもたちが自分の健康を振り返ることで自分を大切にすることができる保健教育を進めるため、健康生活週間や学校保健委員会の取り組みも進めることにした。

昨年度の研究授業をもとに、今年度は、子どもたちが自分の体、命、大人への成長、心の健康、将来の健康生活につながるよう、自分や友だちのことを大切にし、自己肯定感を高められるよう保健教育を進めた。

## 2. 研究の趣旨

保健教育とは、大きく3つの柱で子どもを育てる。

1つ目の柱は、「健やかな体」づくり。健康について学ぶことで自分自身の心身の状態を知り、よりよくするための方法を学び、取り組んでいく。この活動を重ねることで、子どもたちは「健やかな体」を得ることができる。そのことがすなわち、「毎日元気に学校に来ることができる」「楽しく学校生活を過ごすことができる」「給食もおいしく食べることができる」「友だちと楽しく遊ぶことができる」ことにつながる。

2つ目の柱は、「豊かな心」の育成。「健やかな体」をつくることで、子どもたちは、自分自身を大切にしようとする。そのことは自尊感情を高め、自分のことが好きな子どもへとつながる。自分のことが好きな子どもはまわりの友だちのことも大切にし、思いやりを持って優しく接することができる。自分を大切にし、周りの人も大切にすることで「豊かな心」が育つ。

3つ目の柱は、「確かな学力」の育成。「健やかな体」と「豊かな心」を持った子どもたちは、朝から元気に活動する。学ぶことにも積極的に進んで学習することができる。保健教育では学習課題は常に「自分の健康」についてのことである。つまり、学習課題について自分の考えや思いを必ず持つことができ、進んで意見を発表することができる。話し合い活動にも積極的に参加する。主体的に学ぶことを通して「学び方」が身につく。そのことが「確かな学力」の育成につながることは言うまでもない。

保健教育により健やかな体になり、それを保つために自分を大切にし、また、他者も大切できる豊かな心が育ち、学習に意欲的に取り組むことによって確かな学力が付き、それらを身につけることによって生きる力が育つと考えた。

### 3. 研究の概要

- ① 発達段階を踏まえた指導内容のあり方を工夫する。
- ② 基本的な生活習慣の確立や健康課題解決のための指導の展開を工夫する。
- ③ 生活習慣の確立を図るために、家庭や地域への啓発や連携のあり方を模索する。

### 4. 研究の成果と今後の課題

#### (1) 研究の成果

- 指導計画にそって全学年が研究授業を行い、その実践、研究協議を通じて保健教育について研修を深めることができた。また、すべての研究協議会に、講師の先生をお招きし、研修会をもつことで、子どもたちの健康意識が高まるための研修を深めることにつながり、そのことが子どもたちにとって楽しく自分のためになる学習になった。
- 昨年度の研究をもとに、発達段階を踏まえて、子どもたちが自分の心身の状態に関心をもてるように、1年生から6年生までの指導計画を立てることができた。
- 学習内容に合わせて、具体物や視聴覚教材を使ったり、ワークシートを工夫したりし、意欲的な学習活動につながった。
- 1年生「からだをきれいにするために気をつけたいこと」、2年生「おうちの人へのお手紙」、3年生「よいうんちをだすためにできること」「うんちカレンダー」、4年生「友だちや自分へのアドバイス」、5年生「不安や悩みがあるときのブレーンストーミング」「友だちへのアドバイス」、6年生「喫煙・未成年での飲酒・薬物使用の誘いを受けたときのロールプレイ」などで、子どもたちは、「自分の体」「自分の心」「自分の成長」「自分の健康」について自分自身をふり返り、自分自身のことを伝え、友だちと交流し、自分自身が考え学ぶことができ、どう行動していったらよいのかを考えることができた。
- 健康生活週間「ハッピー貯金」に、毎月取り組むことで、早寝早起きや手洗いうがい、運動等について、自己の健康を点検する力を身につけることができ、「元気にあいさつできた」「友だちにやさしくできた」の項目を自己採点することで自分の心の状態をふり返ることができた。また、保護者にメッセージを書いてもらうことで、家庭との連携をはかることができた。
- 毎月の「保健だより」を活用した各学級での保健指導、定期健康診断の事前指導時や発育測定の間を活用した養護教諭の保健指導、学校保健委員会等を通して、健康への関心を高める機会を多く持つことができた。
- 「学校だより」「学年だより」「校長室の窓から」「はぐぐみネット通信」などで、家庭や地域への啓発をはかることができた。

#### (2) 今後の課題

- 教材・教具の工夫と、指導方法の工夫改善につとめ、保健教育を充実させていく。
- 子どもたち自ら健康であるためにどんな生活を実践していくか継続的な指導をする。
- 学校、家庭、地域が連携し、子どもたちの心身の健康のために協力の継続をはかる。
- 学校保健委員会を、教科や領域の学習を発展させた学習の場となるよう、活性化していきたい。