

| | |
|-------------|------------|
| 群 教 セ | E01 - 09 |
| | 平 16.218 集 |

心と体をみつめる元気な子どもをはぐくむ 健康教育プランの構築

—保健学習と保健指導における授業づくりを通して—

長期研修員 大谷由カリ

《研究の概要》

本研究は、児童がかけがえのない自分に気づき、自分のよさや可能性を認識することで自分を大切に思う気持ちを育て、学んだ知識を実生活の中で生かすために、心と体をみつめる元気な子どもをはぐくむ健康教育プランを作成・実践したものである。そのプランでは保健学習と保健指導において養護教諭の専門性を生かしながら担任と協力して授業づくりを行い、かつ家庭との連携を密にすることにより児童の心と体の健康づくりをめざした。

【キーワード：学校保健 健康教育 小学校 養護教諭 心と体 授業づくり】

I 主題設定の理由

児童の心と体は密接な関係にある。心の問題は言語・表情・行動等に如実に現れ、時にはひどい心労や不安の継続につながる。また体の問題が心に影響を及ぼすことが多く、身体的な訴えの背景には心の問題がかかわっていることを保健室において強く感じている。一方、児童の心身の健全な発育や発達の基礎を培うために、「生きる力」をはぐくむ視点を重視した健康教育の充実が望まれ、養護教諭への期待はますます大きくなっている。

今回の教育課程の改善においては、児童が健康の大切さを認識し、自らの健康を管理し、改善していくことができる資質や能力の基礎を培うとともに、生涯を通じて心身の健康を保持増進するための実践力を育成することが重視されている。児童は健康の大切さを知っているものの、その必要感や切実感はごく浅いものであり、したがって自らの健康を管理する生活行動や健康なライフスタイルを確立できる能力が身に付いていない現状にある。

そこで、WHO精神保健部が提唱するライフスキル（個々人が日常生活で遭遇する要求や難しい問題に対して効果的に対処できるように、適応的、積極的に行動するために必要能力^{*1}）を健康教育をとおして培うことにより、健康への認識を高め、現在そして将来の健康に役立つような自発的な適応能力や自らの健康を適切に管理し、改善していく実践力を身につけることが極めて大切であると考え。

このため、体育科保健領域（以下 保健学習）と特別活動〈学級活動（2）〉（以下 保健指導）とを関連させ、養護教諭の専門性を生かしながら担任と協力して授業を創ることによって、児童の学びを深め、健康の大切さを認識させることを試みたいと考えた。健康の大切さを認識するということは、まず、自分の心と体をみつめることにより、そこから自分を大切に思う気持ちを育て、最終的に健康に関する知識・理解を実生活に生かすことであるととらえている。

そこで、総合単元的にそれぞれの学年の発達段階での課題や理解力、興味関心などに応じた健康教育プランを創り、養護教諭の専門性を生かした指導方法や教材を工夫して授業実践を行う。さらに家庭との連携を図ることにより、児童自身が自分の心と体をみつめて自己認識を深め、心も体も健康で元気な児童が育成できると考え、本主題を設定した。

II 研究のねらい

児童が心と体をつつめ自己認識を深める指導を保健学習と保健指導を関連させて行う健康教育プランによって、児童が自分を大切に思い、健康の重要性を認識していく。そして児童が学んだ知識や技能を実生活に生かせる心も体も健康で元気な子どもを育成できることを明らかにする。

III 研究の見通し

- 1 保健学習や保健指導を関連づけ、養護教諭が担任と協力して総合単元的に健康教育を進めれば、児童が自らの成長や生活を振り返ることの中から自分のよさや可能性に気づき自己認識を深め、自分を大切にしようとする意欲を高めることができるであろう。
- 2 学習効果としての知識や技能を実生活でフィードバックさせるために家庭との連携を図れば、自らの健康の向上を実践しようとする思いと願いをもち、健康を維持していく資質や能力が身に付くであろう。
- 3 担任と協力して養護教諭の専門性を生かした教材の作成やライフスキル学習を取り入れた指導方法を工夫して授業を行えば、児童の健康に関する知識・理解を深め、心と体をつつめて健康の大切さを認識するであろう。

IV 研究の内容

1 基本的な考え方

(1) 総合単元的な展開で進める「健康教育プラン」

ア 「健康教育プラン」は保健学習と保健指導を関連させた学習プラン

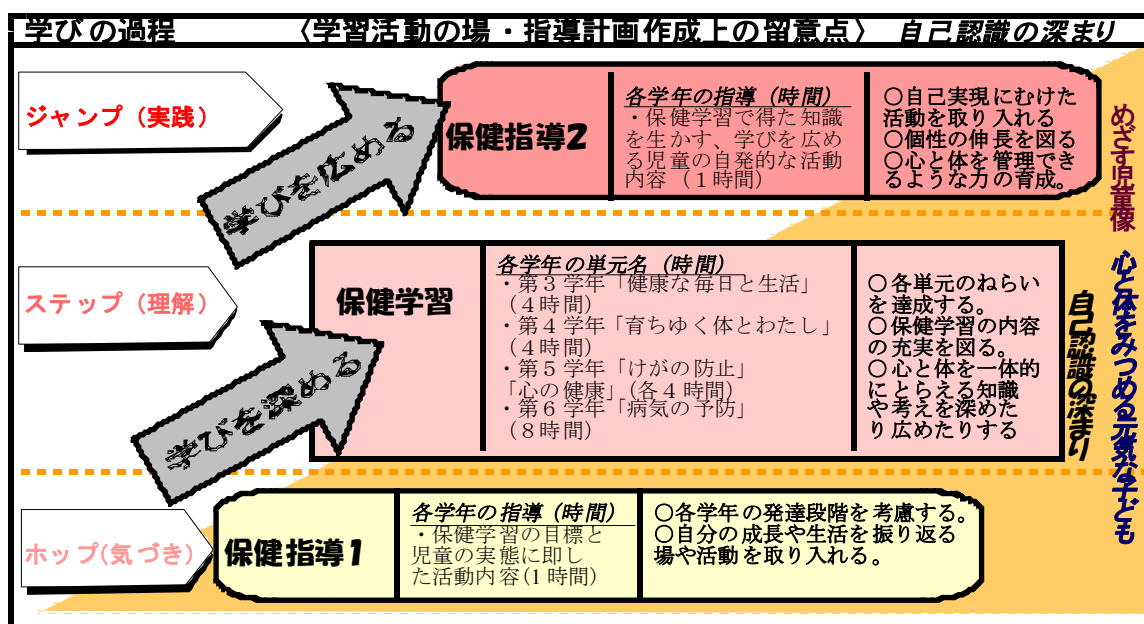


図1 健康教育プラン基本構想図

保健学習と保健指導を関連させる健康教育プランは、児童の学びの過程を重視したプランである。保健学習と保健指導のねらいを十分ふまえて、児童が保健学習での知識・理解だけに留まることなく「健康教育プラン」として総合単元的に保健指導を保健学習の前後に行うことで、「わかる」から「できる」への実践化・行動化にむけた自己実現が図れると考えた。(図1参照)

- 各学年の保健学習の単元のねらいと児童の実態・発達段階に即した保健指導となるよう計画を立案し、保健指導の題材や内容を設定する。
- 保健指導での実践的な態度の育成を目指した指導内容を保健学習に生かす。
- 「健康教育プラン」では内発的動機づけを目指し、自己認識を深めることが実践化・行動化を図れる。

イ 「健康教育プラン」はステップアップ型の学習プラン

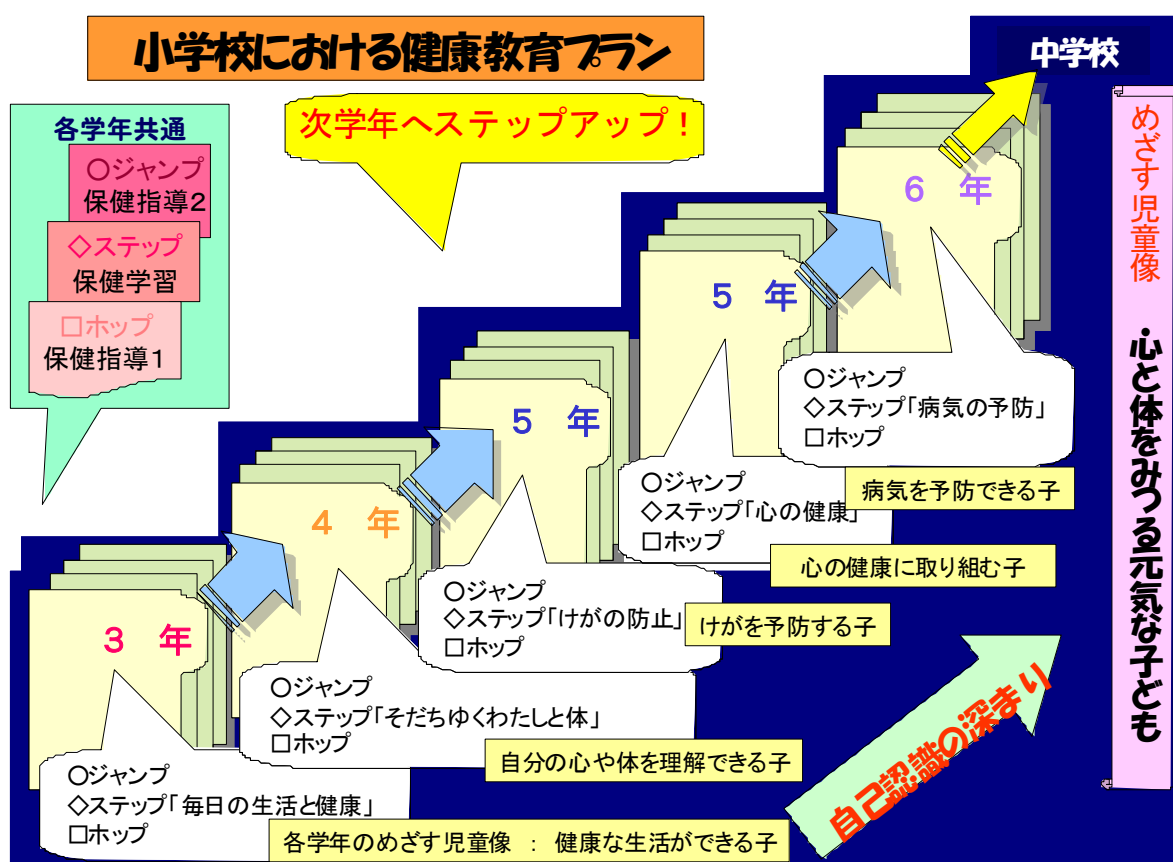


図2 ステップアップ型の学習プラン

ステップアップ型の学習プランである健康教育プランは、各学年とも基本的な枠組みは共通なものとし、保健指導1（ホップ）→保健学習（ステップ）→保健指導2（ジャンプ）からの学びの集積を生かしていくプランである。このような学びのステップを組み合わせることで、学習した内容が児童のよりよく豊かに生きるための確かな学びとなり得るもので、各学年の健康教育プランでの3段階の学びが次年度につながり、そして小学校4年間の学びが中学校3年間への学びにつながるものである。(図2参照)

各ステップの配慮する点は次の各項である。

- 第1段階の保健指導1（ホップ：気づき）では、自分の成長や生活の振り返る活動をし、

保健学習への学びを深めるようにする。

- 第2段階の保健学習（ステップ：理解）では、正しい知識をもって保健指導2へ学びを広める学習を行うようにする。
- 第3段階の保健指導2（ジャンプ：実践）では、自己実現を図るために学んだ知識を実生活に生かす活動を行うようにする。

(2) 担任と養護教諭が協力して進める「健康教育プラン」

児童の実態をよく把握している担任と健康についての専門性を生かすことのできる養護教諭とが協力して授業づくりをするプランである。健康教育プランで進めると、児童が健やかな成長に欠くことのできない学習内容を効果的にわかりやすく学ぶことができると考えた。それに基づき、担任と養護教諭で進める健康教育プランにおける各学年の重点やめざす児童像、ポイントを表1に示した。

表1 担任と協力して進める「健康教育プラン」のポイント

| | ホップ 保健指導1 | ステップ 保健学習 | ジャンプ 保健指導2 | めざす児童像 | 次学年につなぐ ポイント |
|----|--|---|--|---|---|
| 6年 | 健康について考えよう 今までにかかったことのある病気について振り返り、病気の起こり方や予防方法について課題をもつ。 | 病気の予防 病気の起こり方や予防方法について正しい知識や判断をもつ。 | 健康的な生活に向けて 病気の起こり方や予防方法について自分の生活に役立たせるよう、実践する。 | 病気を予防できる子 病気の予防について理解できるようにし、健康な生活を営む資質や能力をもった児童 | 小学校4年間の学びを中学校へ中学校の保健体育科につなげるよう、正しい知識の基に、実践的な理解させる点。 |
| 5年 | たったひとりの自分 心と心のかかわり、不安や悩みについて今までの生活の中での課題に気づく。 | 心の健康 心の発達や心と体のかかわり、不安や悩みへの対処の仕方について、解決方法を考えたり、判断することができる。 | 心の健康のために 心の発達や心と体のかかわり、不安や悩みへの対処の仕方について、自分の生活に役立てるようにする。 | 心の健康に取り組む子 心の健康について理解し、実践できるようにし、健康な生活を営む資質や能力をもった児童 | 5年生から6年生へ 心と体が密接な関係にあり、互いに影響し合うことから、病気の予防への理解を深めさせる点。 |
| 5年 | 健康な体 身近な生活におけるけがの原因やその防止、手当てについて関心をもち、意欲的に課題をもつ。 | けがの防止 自分の生活における病気の起こり方やけがの原因やその防止、簡単な手当てについて課題解決に向けての方法を考えたり、判断できるようにする。 | 災害から身を守ろう 自分の生活に役立つ知識を身につけたものを実践できる活動や態度を培う。 | けがを予防する子 けがの防止について理解するとともに簡単なけがの手当てができる資質や能力をもった児童 | 5年生の「けがの防止」から「心の健康」へ けがへの知識を高めた上に、心はいろんな経験をとおして発達させることを実感させる点。 |
| 4年 | わたしたちの誕生 自分の誕生から自分に関心をもち、自ら健康的な生活を送るため、進んで活動する。 | 育つゆく体とわたし 自分の成長を振り返りながら心と体についてみつめ、これからの生活を予想し、よりよい成長を理解し、知識を身に付ける。 | 1/2成人式 学んだ知識から、体の発育・発達の現象を理解し、心と体をよりよく成長させるための生活の仕方を実践する。 | 自分の心や体を理解できる子 心や体の成長について理解できるようにし、身近な生活において健康な生活を営む資質や能力をもった児童 | 4年生から5年生へ これからの自分の成長に期待をもたせ、心と体の健康を考えながら、よりよい生活を理解させる点。 |
| 3年 | 自分の体を知ろう 一日の生活の仕方を振り返り、身の回清潔や生活環境から、進んで課題を見つける。 | 毎日の生活とけんこう 毎日の生活を健康に過ごすためには、一日の生活の仕方が深く関わっていることを理解する。 | よりよい体づくり 自分の生活を見直すことをとおして、体の清潔、生活環境を整える必要があること実践する。 | 健康な生活ができる子 健康な生活について理解し、身近な生活において健康な生活を営む資質や能力をもった児童。 | 3年生から4年生へ 百分の生活を振り返ることで、毎日の生活と健康のかかわりについて理解させる点。 |

ウ 「健康教育プラン」はPDCAサイクルで進めるプラン

児童の実態を基に、保健学習と保健指導を関連させながら、PDCAサイクルで健康教育プランを進め、さらにこれをフィードバックさせれば、より効果的な学習成果が期待できる。健康教育プランにおける一連の学びのプロセスは、児童たちに対する担任や養護教諭からの働きかけや支援によって、よりよい授業を創るために自分のもっている

能力や資質を發揮し、計画(P)、実践(D)、評価(C)改善(A)し、フィードバックする。このフィードバックは最初に設定した目標を達成するよう改善しながら進めていく。

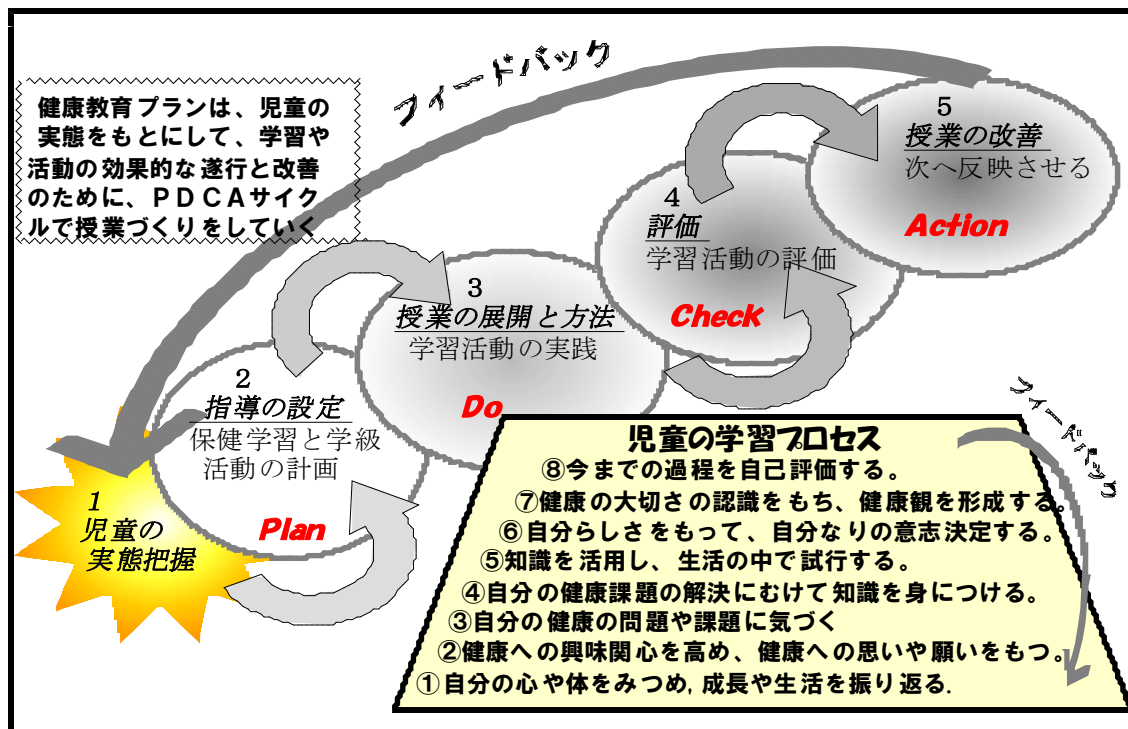


図3 健康教育プランのプロセス

2 「健康教育プラン」における自己認識の深まりの構想

(1) 自己存在感をもつ

児童は自分がまわりの人から愛され、理解され、必要とされていることを感じることで、自分自身をより深く認識することができる。また自分の存在感が増し、肯定的に自分という人間を実感するようになる。

健康教育には自分のイメージをプラスにとらえることが重要で、自己認識を深めることは自分のよさや可能性を感じることにつながり、そこから、さらなる自分らしさを認識することができる。

その具体的な基盤は自分の誕生に家族の愛情や思いやりのあったこと、生まれてきたことを喜んでくれた家族がいるという事実を知ることにより、ありのままの自分を受け入れ、「生まれてきてよかった」という思いをもつことである。

(2) 自己理解を高める

今までの自分の成長や今の生活をみつめることにより自分のもっているよさや可能性を知ることができる。そして自分を知ることによって自分の心と体が一体であることの自己理解を高め、自分を大切に思う思いが強くなり、自分の持っている力を素直に認識することができる。

(3) 健康の大切さを深く認識すること

自己理解を深めていくと新しい自分らしさを発見する。新しい自己のイメージをもって健康な自分の姿を描き、それを強く願うことは自己認識が増すことになり、健康の大切さへの認識を深めることにつながり、さらに健康への認識が自分を大切にすることができる能力を育てることにつながる。そこで、WHOで提唱する「自己認識スキル」を獲得できる。

3 心と体を見つける構想

(1) 生活の中で実践する力を育てること

心と体の健康づくりには心と体を見つめ、生活の中で実践する力を育てることが不可欠である。これは健康教育にとって重要なことで、児童の心と体の健康問題は行動に現れることが多いからである。このことから人間の行動がプラス方向に変容するためには心と体のバランスを図った健康への意識が実践につなげるための不可欠なエネルギーになってくる。

(2) 将来にむけた健康観によい影響を与えること

毎日の生活の中で、健康の大切さの認識をもって健康的な生活を送るためにも自らの行動に結び付けていくことが大切である。要は児童が学んだ知識を実際の行動に結び付けるには、自分の心と体を大切に思う意識をもつことである。

心と体を見つめることは当面する健康課題だけでなく、将来に向けた健康観にも影響を与え、自分を大切に思う心と体の健康づくりにつながるものと考えた。

4 工夫した授業づくりの構想

(1) 年間計画の作成を工夫すること

実践にあたっては養護教諭と担任が協力しながら年間計画の中に位置づけて授業を行う。一単元を集中して学習することにより、子どもの思考のとぎれがなく4または8時間の保健学習をスムーズに行うことができる。学習する時間を継続し、保健学習（ステップ）の時間を確保する。その前後に保健指導（ホップ・ジャンプ）を組むことで、児童の生活に即した「健康教育プラン」が作成できる。

年度当初に担任と養護教諭が打ち合わせを行い、健康教育プランを作成するにあたり、養護教諭がかかわりやすくなるよう、時期や活動内容について決めておけば、効果的に指導にあたることができる。その際には児童の実態や発達段階に即した内容にするために打ち合わせを十分に行うことが重要である。保健室の管理面から養護教諭がかかわる年間計画を立案する。（次項 表2を参照）

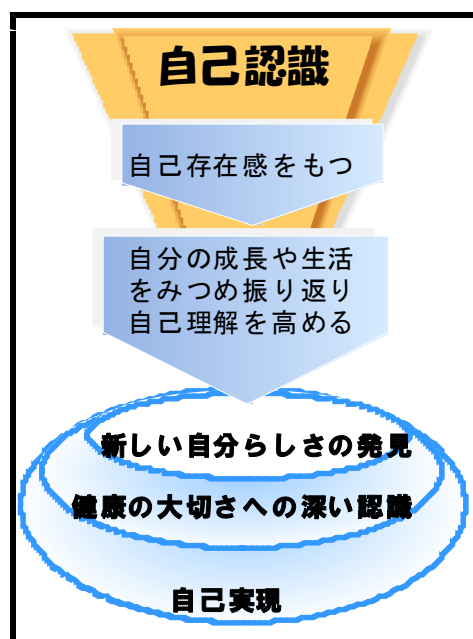


図4 自己認識の深まり

| 授業づくりのポイント | |
|------------|-------------|
| 年間計画の工夫 | 学習方法の工夫 |
| 指導体制の工夫 | 学習指導案の工夫 |
| ワークシートの工夫 | 教材の精選・作成の工夫 |
| 評価の工夫 | よりよい授業のために |

図5 授業づくりのポイント

表2 養護教諭が関わる「健康教育プラン」年間計画

| 月 | 指導 学年 | ポップ 保健指導 1 題材名(時間) | 保健学習 単元名(時間) | ステップ 設定の時期の理由及び方針 | ジャンプ 保健指導 2 題材名(時間) |
|------------------|----------|--|---|--|-------------------------------|
| 4 5 6 月 | | ○ 4・5・6月は定期健康診断が行われるので、その結果を基に保健指導を充実させる指導案を立てる。 ○ 児童の実態を十分把握し、保健室の機能や特質を生かせるような個別指導を行っていく。 ○ 児童の実態を基に、担任の指導力と養護教諭の専門性を生かすような指導案を立て、学習や活動の工夫を行う。 | | | |
| 7 月 | 3年 | 「自分の体 を知ろう」 (1時間) | 「毎日の生活と身のまわりの清潔を保つことが一番重要な時期で けんこう」 (4時間) | 「身まわりの清潔を保つことが一番重要な時期である。また夏休みの規則正しい生活に生かすことができるよう、基本的な生活習慣の大切さを理解させるために、自分の生活の振り返りをさせたい。」 | 「よりよい 体づくり」 (1時間) |
| 9 月 | 5年 | 「健康な体」 (1時間) | 「けがの防止」 (4時間) | 9月9日は救急の日である。また10月は最もけがが多い月であるので、この時期にけがの防止について正しい知識を身に付けさせ、けがを未然に防ぐようにさせ、自分の体を守る意識を高めたい。 | 「災害から 身を守る」 う (1時間) |
| 10 月 | 4年 | 「わたし たちの誕生」 (1時間) | 「育ちゆく体 とわたし」 (4時間) | 4年生という発達段階は、健康診断の結果に興味があり、自分がどのくらい成長したかが気になる時期・年齢である。また、発育の早い子は初経を迎えたりする。初経や精通について正しい知識を身につけてさせるとともに、精神的にも成長する時期なので、「心の変化や成長」にも目を向けさせ、「自分らしさ」の構築をさせたい。 | 「1 / 2 成人式」 (1時間) |
| 11 12 月 | 6年 | 「健康につ いて考えよ う」 (1時間) | 「病気の予防」 (8時間) | 12月ぐらいからインフルエンザが流行しはじめるので、病気についての正しい知識を身に付けさせたい。また、中学生になる前に、「酒」「たばこ」「薬物乱用」について正しい知識を身に付け、誘われてもしっかり断ることができる態度や意志を身に付けさせたい。 | 「健康的な 生活に向け て」 (1時間) |
| 1 月 | 5年 | 「たったひ とりの自分」 (1時間) | 「心の健康」 (4時間) | 3学期になると、なんとなくまわりが忙しくなり、ストレスがたまったり、友だち関係がぎくしゃくしたりしがちである。自分の心をつつめ、誰もが不安や悩みを持っていることを知り、その悩みや不安に対処する方法を学ばせたい。 | 「心の健康 のために」 (1時間) |
| 2 3 月 | | ○ 2・3月は、次年度の保健学習や保健指導の計画を立案する。 | | | |

(2) 学習方法を工夫すること

- 保健学習（ステップ）では
より効果的な学習を行うためには学習方法を工夫する。ライフスキル学習や簡単な実験・実習（けがの手当など）、問題解決的な学習を取り入れることで児童が学習過程の気づきや振り返りの中で、発達段階に応じたライフスキルを獲得させる。
- 保健指導（ポップ・ジャンプ）では
児童の活動意欲を高め、自主的・積極的な活動ができるようにすることがポイントである。児童が自ら学び自ら考え、よりよく問題を解決する学習方法を取り入れる。
- ライフスキル学習とは
WHO精神保健部で定義されているライフスキルには意志決定・問題解決・クリティカル的

思考・創造的思考・効果的コミュニケーション・対人関係・自己認識・共感性・情動対処・ストレス対処スキルの10のスキルがある。^{*2} 自己認識スキルとは、「自分自身、性格、長所、短所、願望、嫌いなことを認識することである。自己認識を発達させることは、プレッシャーを受けていたり、感じていたりすることを知ることに役立つ。」^{*3}である。

ライフスキル学習を取り入れることは「よりよく生きるために必要な技術的能力を育成することである」と考えた。具体的には、ブレインストーミング、ロールプレイング、モデリングなどの技法を授業に取り入れ「何をするか、どのようにするか」という考えを子どもの将来に向けた健康的な生活のための手段としてとらえることである。そして、これが生きていく上で必要不可欠な知恵となり、「生きる力」の育成につながる。

(3) 指導体制を工夫すること

担任との協力授業（T・T）で実施することで、養護教諭のもつ専門性を生かし、それぞれのメリットをよりよく活用できる授業の展開を図ることができる。さらに授業前後によりよい授業をめざして2人で授業分析を行ったり、授業改善のための振り返りをすることもできる。

(4) 学習指導案を工夫すること

○ 保健学習（ステップ）では

学習指導要領解説書を熟読し、保健領域の目標、内容を把握する。保健領域でどんな力をつけさせるのかをとらえ、子どもの立場になって学習展開を考える。保健学習は知識・理解の内容が多いので、健康に関する学ぶ意欲を高めるような支援の方法や教材研究、資料の準備を考慮する。さらに評価の機能を生かすことで、授業が充実してくる。また、養護教諭の有する知識及び技能の専門性を指導に生かすことができるので目標を達成する上で、より効果を発揮する。

○ 保健指導（ホップ・ジャンプ）では

学校の年間計画に基づき、子どもの様子や実態、発達段階などを理解している学級担任と一緒に学習指導案を作成し、授業を創る。

活動内容（2）の授業づくりの際は、子どもや地域の実態を十分把握することが大切である。まず子どもの姿をイメージし、子どもの健全な生活態度の形成にかかわる活動を意図的に取り入れていく。さらに子どもが主体的に取り組める活動にするために、子どもが自らの現在及び将来のよりよい自分を考える活動を取り入れる。

(5) ワークシートを工夫すること

- ワークシートは単元の目標やねらいに応じて、記入しやすいものであること、興味のあるもの（クイズ・健康チェックなど）、知りたいものなど常に子どもの視点で考える。
- ワークシートに家庭との連携を図る欄を設けることにより、子どもの姿を保護者に伝えることができる。ワークシートを家庭に持ち帰り、学習した内容や活動について親に話すことにより、学びが深まっていく。保護者が子どもの話を受け止め、励ましの言葉をかけることで、児童の意識の変容が図れる。
- ワークシートはポートフォリオ評価として4年間の保健学習を綴じ、児童が自分で自分の成長を見い出せるようにする。この成長を自分で認識することが実践力につながる。

(6) 教材の精選・作成を工夫すること

現在、既成の教材はたくさんあり、ビデオ・スライドや掛け図、絵本、パソコン教材まで多種多様にそろっている。既成の教材を使う場合には、内容が児童のレディネスや発達段階に合っているかどうか慎重に吟味する必要がある。ビデオのひとコマにでも大きな衝撃を受けるようなマイナスのイメージをもつ児童がいたとしたら、それを挽回するには、かなりの時間と労力が必要になり、健康に関する悪影響を及ぼして長く尾を引くことになる。

したがって、既成の教材を選ぶ時は授業のねらいや児童の実態に即した教材を選択しなければならない。既成の教材は手軽にいつでも使えるので、担任と養護教諭が内容を十分検討した上で教材を選定し、利用方法を工夫する必要がある。

一方、手作りの教材には既成の教材にない教師の「子どもへの思い」が込めることができる。心を込めて作った教材が有効に語りかけると考え、養護教諭の専門性を生かし、手作りの教材にこだわりをもって、手作り教材しかないよさを追求していきたい。教材を精選・作成のポイントは、次の6つとした。(表3参照)

表3 教材の精選・作成の6つのポイント

| 教材の精選・作成の6つのポイント | |
|------------------|---|
| ポイント1 | 児童が興味・関心をもって、「もっと知りたい」と学習に臨むことができる。 |
| ポイント2 | 命あるものへの優しさ・思いやり・慈しみの気持ちが育つ。 |
| ポイント3 | 思春期における児童の感性や感情を大切にす。 |
| ポイント4 | 楽しくわかりやすく学習でき、科学的な認識力を高められる。 |
| ポイント5 | 温かみを感じ、さわったり、触れたり、聞いたりすることにより、イメージが膨らむ。 |
| ポイント6 | 児童一人一人の悩みや疑問を正面から受け止められる。 |

(7) 評価の工夫

○ 保健学習(ステップ)では

ワークシートや振り返りなど、児童の自己理解、自己評価を重視する。学習の成果は、観点別学習状況の観点を参考にして、評価規準を基に毎時間行う。また、学習の経過の評価を重視する。その方法としては、発表や観察で目についた児童を評価シートを用いて授業後に該当事項をチェックする。評価シートを活用すると、簡潔に効率的に評価でき、目標の実現がよりわかりやすくとらえることができる。評価シートはパソコンで入力するだけで処理できるよう表計算を設定し、誰でもすぐに使えるよう工夫すると、集計しやすく便利で指導と評価の一体化が図れる。(資料編「評価シート」を参照)

○ 保健指導(ポップ・ジャンプ)では

知識・理解よりも行動や態度における変容を重視する。その評価方法は、観察や児童の記録した作文ワークシート、アンケートなどを活用し、総合的に評価する。

5 家庭との連携構想

(1) 家庭でフィードバックすること

児童の行動の変容を図るために、家庭との連携は不可欠である。家庭との連携を密にすることで健康の意味や価値を理解し、同一步調で健康な生活への理解や実践を図ることができる。

学んだことを家庭で生かすことが重要である。家庭でのフィードバックすることが調和のとれた生活を充実させ、食事・睡眠・運動などの基本的な生活習慣を確立することができる。

(2) 通知と通信を発行すること

指導の前に学習するねらいや児童につけたい力について、事前に知らせておくことで保護者の理解と協力が得られやすい。どの保護者も子どもの健やかな成長を願っていることから、健康教育推進の一役を担っている。授業後に子どもの学ぶ姿を通信で知らせる。また写真を掲載することで真の姿を見取ることができる。この通信をとおして親子の交流を図り、学習の振り返りを一緒にできる場になる。

(3) 授業参観日での実施

授業参観日に行うことにより、保護者の意識の変容が図れ、家庭での実践につながることをのきっかけとなる。授業を参観した保護者から、子どもへ授業の感想、励ましや認め言葉をかけてもらうことにより、児童は健康な生活への意欲を高める。そして、自ら自分の健康な生活のために行動ができるようになる。

V 研究の全体構想図

研究テーマ「心と体をみつめる元気な子どもをはぐくむ健康教育プランの工夫」のめざす具体的な児童像は「心と体をみつめる自己認識できる子」「心も体も健康で元気な子」ととらえた。このめざす目標の規定要因には、児童の実態はもちろんのこと、保健体育審議会、中央教育審議会等の指針、学習指導要領総則などやそれを受けた群馬県の教育課題等があげられる。それらを統合して立案した全体構想図が図6である。

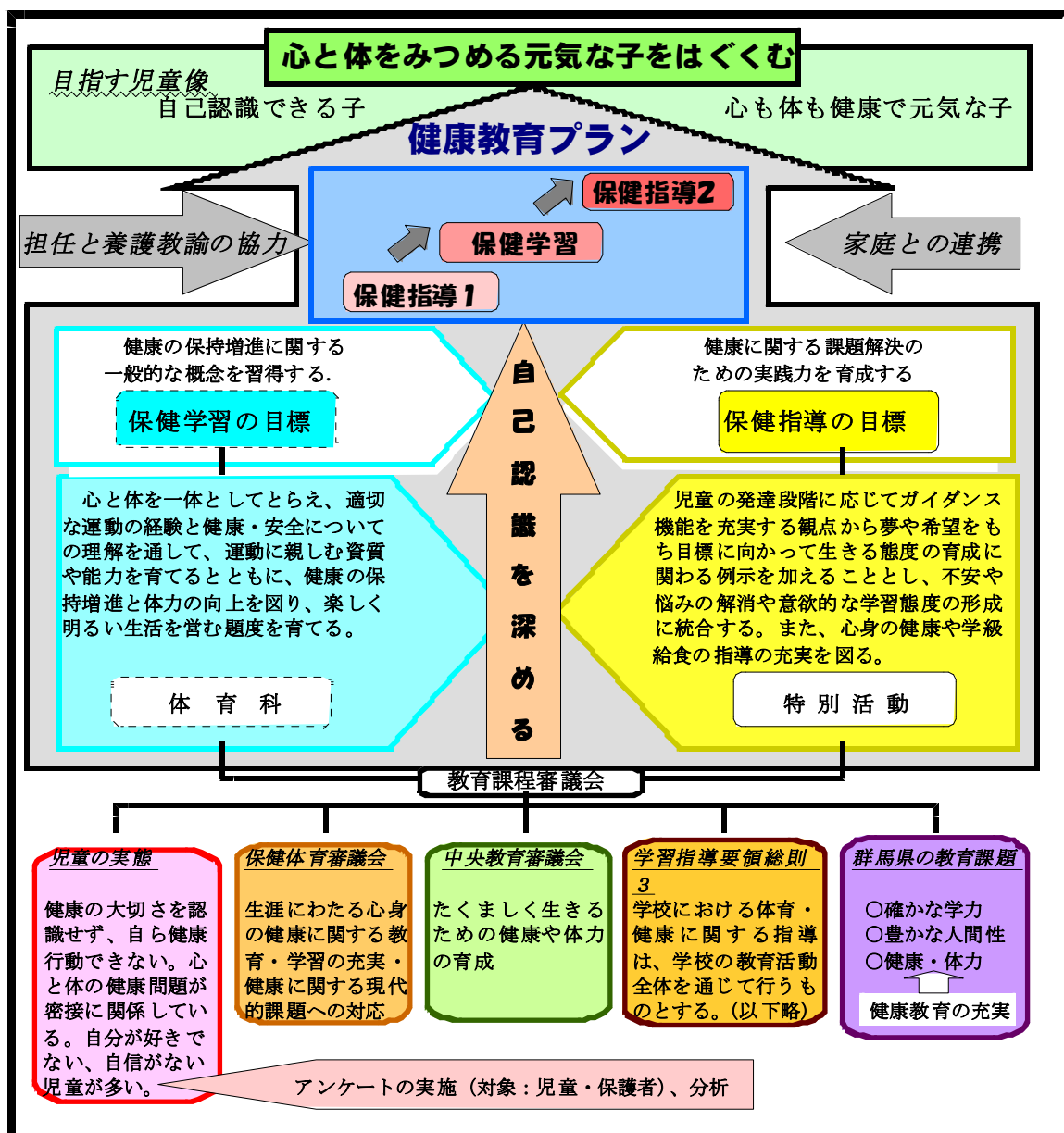


図6 研究の全体構想図

VI 研究の実践(4年生での実践)

1 研究の構想

10月から11月にかけて、小学校4年生の保健学習と学級活動を関連させた総合単元的な「健康教育プラン」を創造する。自分をみつめ、かけがえのない命・大切な体・素晴らしい心を実感し、自己存在感から肯定的に自分をとらえ、学んだ知識を実生活の中で生かすような「健康教育プラン」の学習展開を図る。これに基づき、養護教諭の専門性を生かし、担任や家庭との連携を図りながら、新しい自分らしさの構築を図り、心と体をみつめる授業づくりを構想し実践した。〔対象：A小学校 4年生 児童15名(男子10名 女子5名)〕

2 研究の計画

| 月日 | 学習・活動の場 | 学習・活動のねらい | ○研究のねらいをみとるための検証 ◎評価 |
|--------|---|--|--|
| 78 | 帰りの会 | ○児童の実態を把握する。 | ○アンケートの作成 |
| 9月 | 帰りの会 | ○事前のアンケート ○第1回「健康イメージマップ」 | ○アンケートの集計分析 |
| 10/7木 | 保健指導1 【題材名】 「私たちの誕生」 (1時間) | 自分の誕生までの両親や家族の苦労や思いやりと、誕生後の喜びや楽しみの存在に気づき、家族の愛情に生まれて生まれてきたことを理解し、自分の命や体を大切にしようとする態度が育つようにする。 | ◎ワークシート「しらべてみよう」から評価する ◎両親への手紙から評価 ○家族の苦労や思いやり、愛情を感じ取れたか。 ○感謝の気持ちがもてたか。 ○自分の存在を肯定的に捉えることができたか。 |
| 10/14木 | 単元的な 保健学習① 〈大きくなってきたわたしの体〉(1) | ○自分の体の発育のしかたに関心を持ち、これからの発育に展望を持つ。 ○身長や体重などは、年齢に伴って変化することが分かる。 ○発育のしかたは、個人差があることが分かる。 | ◎赤ちゃんの頃の服や靴に対する態度で評価する ◎「身長伸びのびグラフ」の作成から評価をする。 ○自分の発育や成長を確認し、自己認識できたか ○これからの発育に展望がもてたか。 ○個人差を認識できたか。 |
| 10/20水 | 育ちゆくわたしの体とわたしの 保健学習② 〈大きくなってきたわたしの体〉(2) | ○心身にとってよりよい食事や休養・睡眠、運動のありかたに関心をもつことができる。 ○心身の健全な発育や健康の保持増進に食事、休養・睡眠、運動の調和のとれた生活を送ることが必要であることがわかるとともに望ましい成長のためにはどのような生活を送ったらよいかを考え、判断することができる。 | ◎脳や心の模型に関心を示す態度で評価する ◎「ゲンちゃんへのメッセージ」と「自分の健康メッセージ」から評価をする。 ○調和のとれたよい生活を理解できたか。 ○これから自分が健康になるための生活について考え、意欲をもつことができたか |
| 10/27水 | 全4時間 わたしの体とわたしの 保健学習③ 〈おとなに近づくと〉 | ○思春期の男女の体の外見上の変化がわかる。 ○自分のこれからの体の変化について見通しをもつことができる。 ○思春期になると女子では初経・男子だと精通が起こることがわかる。 | ◎「男女当てっこクイズ」に対する態度で評価する ◎「大人の体をつくろう」カードから評価をする。 ○体の変化を理解し、体の変化に期待感をもてたか。 ○自分のこれからの体の変化について、肯定的にとらえることができたか。 |
| 11/2火 | 間 わたしの体とわたしの 保健学習④ 〈体の中でも始まっている変化〉 | ○思春期におこるいろいろな体の変化は人によって早い、遅いがあっても誰にでも起こり、おとなの体に近づいているしるしであることがわかる。 ○思春期には異性を気にするようになるなど、心にも変化が起こることがわかる。 | ◎ミニ絵本「大人へのパスポート」への興味関心で評価する。 ◎「未来の自分にむけてのメッセージ」から評価をする。 ○思春期の体の変化を理解し、おとなの体に近づいていることを認識し、心の変化を理解できたか。 |
| 11/12金 | 保健指導2 【題材名】 「1/2成人式」 (2時間) | ○10才の自分を見つめ、自分の良さに気づき、その良さをさらに高めるとともに周囲の良さを認めることができるようにする。 ○お互いに尊重し合い将来の健康な自分をイメージして目標を持つ。 | ◎スピーチした内容から評価する。 ◎劇や合唱、合奏への取り組みから評価する。 ◎ワークシート「応援カード」から評価する。 ○自分のよさに気づくことができたか。 ○健康な自分をイメージをもつことができたか。 |
| 11月 | 体育 帰りの会 | ○評価 ○事後アンケート ○第2回「健康イメージマップ」の作成 | ○テストの結果 ○アンケートの集計分析 |

3 研究の過程

研究の過程で、子どもの学びの中での反応と要因となった活動や教材・教具から、子どもの自己認識の深まりと心と体の一体化を実感して、「自分らしさ」の構築化を図った。

| | 子どもの学びの流れ | 子どもの反応の要因となった活動 (○) 教材・教具 (★) | 子どもの自己認識の深まり (◎) 心と体の健康の実感 (◆) |
|------------|---------------|--|--|
| 保健指導 | わたしたちの誕生 | <p>自分をじっくりみつめる活動と教材・教具</p> <p>○事前の家族へ誕生時のインタビュー活動 ★ワークシート①「しらべようみつけよう」</p> <p>○赤ちゃん人形(実物大)のだっこ体験 ★赤ちゃん人形★養護教諭が妊婦となる</p> <p>○「わたしの誕生紹介」の発表活動 ★ワークシート①「しらべようみつけよう」</p> <p>○自分が生まれてきた時の父母の気持ちを考 えてのプレーストリーミング ★「わたしたちの誕生」ワークシート②</p> <p>○「〇〇ちゃんへの手紙」の黙読 ★「〇〇ちゃんへの手紙」</p> <p>○両親や家族に手紙(返事)を書く活動。 ★「家族の手紙(返事)」</p> | <p>「生んでくれてありがとう!自分がかげがえのない存在であるという、気づきと実感とともに家族の深い愛情を感じとった。」</p> <p>◎「うわあ、ちいさい」「重い」「首がぐらぐらしている」という赤ちゃん人形をだっこしたときのつぶやきから、誰もが自分の赤ちゃんの時と照らし合わせて共感した。</p> <p>◎無事に生まれたことは母親や家族の思いやりや苦労があったことを知り、自分の誕生や存在を肯定的にとらえた。</p> <p>◎母親・父親・家族の愛情を一心に受けてきたことを手紙から感じ、心に響いた。</p> <p>◆「ここまで育ててくれてありがとう」家族のおかげでここまで大きくなったと感じた</p> |
| 保健学習 | 大きくなってきたわたしの体 | <p>発育を確かめる・考える活動と教材・教具</p> <p>○「赤ちゃんの頃の服や靴を着てみよう、はいてみよう」活動 ★児童が家庭から持参した服や靴、帽子など</p> <p>○「紙テープの長さは?」について考える。 ★「紙テープ」(1~4年までの身長伸び)</p> <p>○自分の「身長伸びのびびグラフ」の作成。 ★ワークシート③「のびのびグラフ」</p> <p>○グループで身長伸びを比べ合い、わかったことや気づいたことを話し合う活動。 ★ワークシート③「のびのびグラフ」</p> <p>○自分の発育をみつめ、身長だけでなく、体のいろんなところが発育していることを確認し、個人差のあることを知る。 ★ワークシート④「10さいになったわたし」</p> <p>★担任の経験談</p> | <p>「小さい自分も大きい自分も自分なんだ!個性として、自分らしさを実感し、自信をもつことができた。」</p> <p>◎赤ちゃんの頃の服や靴などから「大きくなったねえ」「小さかった」「着られない」と切実な思いで発育したことを実感できた。</p> <p>◎自分の身長伸びを数値化、グラフ化することで発育を明確にした。</p> <p>◎「のびのびグラフ」をグループで比べ合うことで、自分以外の人の発育も関心をもって、体の発育を共有することができた。</p> <p>◎身長のみならず、体が発育していることを確認し、一人一人が自己を認識しながら、個人差を理解した。</p> <p>◆担任の経験談から大きい子の悩みを知り、体型も個性だととらえることができた。</p> |
| そだちゆくわたしの体 | ② | <p>成長や健康を考える活動と教材・教具</p> <p>○「赤ちゃんと10才の子どもの脳モデル」の違いから変わったことを考える活動。 ★「赤ちゃんと10才の子どもの脳モデル」</p> <p>○「赤ちゃんと10才の心のモデル」(心の大きさは無限大)の違いから変わったことを考える活動。 ★「赤ちゃんと10才の子どもの心のモデル」</p> <p>○人間の成長にとって必要なもの(食事、睡眠・休養、運動)について考え、ゲンちゃんが元気になるための「健康メッセージ」を考え、伝える活動。 ★ゲンちゃん人形・ふきだしボード</p> <p>○生活を振り返っての健康チェックをし、調和のとれた生活について考える活動。 ★ワークシート⑤「ゲンちゃんくらべっこ」</p> <p>○健康目標からこれからの生活に意欲をもつ活動。</p> | <p>「心も体も健康がいな、健康って大事なんだ!健康への意欲をもつことができた。」</p> <p>◎脳や心も大きくなったことを模型から実感し、「赤ちゃんの頃より考える力がついた。」「人のことを思いやれるようになった。」と脳や心の成長があったことがわかった。</p> <p>◎ゲンちゃんの生活を振り返る中で、人間の成長について必要なものについて考え、自分とゲンちゃんを重ね、より深く自己を認識することができた。</p> <p>◆自分と元気がない『ゲンちゃんくらべっこ』することで、「心も体が健康であることが大切なんだ。」と痛感した。</p> <p>◆「ゲンちゃんは毎日心が弱っているから自信をもったほうがいいよ。」「自信をもてば心も元気になるよ。」という健康メッセージからわかるように、心と体の健康が密接な関係にあることや心身の健康のための</p> |

| | | | |
|--------------------------------|---|---|---|
| <p>おとなに近づく体</p> | <p>体をみつめ、体つきを考える</p> <p>▼</p> <p>体の変化について気づく</p> <p>▼</p> <p>体の変化を理解する</p> <p>▼</p> <p>体の変化について見通しをもつ</p> <p>▼</p> <p>自分の心と体について考える</p> <p>▼</p> <p>これからの体の変化に期待をもつ</p> | <p>★ワークシート⑥「元気くんになるう！」 体の変化の理解を深める活動と教材・教具</p> <p>○「男女当てっこクイズ」をして子どもと大人の体つきについて考える活動。</p> <p>★ペープサート「男女当てっこクイズ」</p> <p>○「大人の体をつくろう」で描いたり書いて、大人の体・男女の体の外見上の変化に気づく活動。</p> <p>★ワークシート⑦「大人の体をつくろう」</p> <p>○思春期に起こる男女の体の外見上の変化について理解する。</p> <p>★ペープサート「大人に近づく体」</p> <p>○体の変化が起こる時期や変化の程度の個人差を理解し、思春期を迎える自分の体の変化に見通しをもつ活動。</p> <p>★ミニ劇（モデリング）</p> <p>○思春期を自分が迎えたことを想定し、自分だったらと考える活動。</p> <p>★ロールプレイング</p> <p>○これから起こる体の変化についてそれぞれが大人の体になることとして期待をもつ。</p> <p>★ワークシート⑧「思春期について考えよう」 心と体をつみこみ・理解する活動と教材・教具</p> <p>○初経・生理、精通・射精という言葉から、男女の内性器・体の中のつくりや働きについて知る活動</p> <p>★ミニ絵本「大人へのパスポート」 ペープサート「体の中の変化」</p> <p>○体の中の変化も個人差があることを知る。</p> <p>★ワークシート⑨「体の中の変化」</p> <p>○「初経」「精通」についての経験談を聞く。</p> <p>★担任と教務主任の話</p> <p>○思春期には心も変化することを知り、異性への気持ちについて考える活動。</p> <p>★ミニ劇（モデリング）とワークシート⑩</p> <p>○将来の自分へ「メッセージ」を書く活動。</p> <p>★ワークシート⑩「自分へのメッセージ」</p> | <p>よりよい生活をすることに興味をもった。 「これからの大人の体になっていくんだ。体ってすごいな。成長に期待をもつことができた。」</p> <p>◎「男女当てっこクイズ」は、ペープサートのシルエットから外見上の男女の違いを楽しくわかることができた。</p> <p>◎「大人の体」について恥ずかしがらずに描き、体の変化を理解し、真剣に取り組めた。</p> <p>◎思春期におこる体の変化について、「ひげがはえる」「おしりが大きくなる」などしっかり表現し、肯定的にとらえられた。</p> <p>◎思春期の時期に、よりよい生活をする大切さを感じ、理解を深めた。</p> <p>◎モデリングから体の変化や程度にも個人差や男女差があることや体の悩みは誰でも抱くことがわかった。</p> <p>◆自分が思春期を迎えたことを想定することで、体の変化や悩み・不安を肯定的に受け止められ、安心感や安堵感を抱いた。</p> <p>◆ロールプレイに積極的に取り組み、大人の体に変化することへの不安を抱くことなく、体の変化に期待する気持ちをもった。 「心も体の変化するんだね。だから、自分がいいんだね！これからの自分に見通しをもてた。」</p> <p>◎体の中の変化については、初めて知る内容を真摯に受け止めていた。</p> <p>◎月経や射精についても誰でも起こることとして不安を抱くことなく自分に置き換えられ、体の仕組みの素晴らしさを感じた。</p> <p>◆モデリングから思春期は、体も心も変化することの理解を深め、心と体の一体化に興味関心をもつようになった。</p> <p>◆異性に興味関心をもつことは心の成長の現れとして受け止め、心が成長することを考えられた。</p> <p>◆悩みや不安をもった時に自ら解決していこうとする気持ちをもつようになった。</p> |
| <p>体の中でも始まっている変化</p> | <p>体の中のしくみについて知る</p> <p>▼</p> <p>体を理解する</p> <p>▼</p> <p>心と体をつみこめる</p> <p>▼</p> <p>心と体の変化を考える</p> <p>▼</p> <p>これからの自分に見通しをもつ</p> | <p>★ワークシート⑧「思春期について考えよう」 心と体をつみこみ・理解する活動と教材・教具</p> <p>○初経・生理、精通・射精という言葉から、男女の内性器・体の中のつくりや働きについて知る活動</p> <p>★ミニ絵本「大人へのパスポート」 ペープサート「体の中の変化」</p> <p>○体の中の変化も個人差があることを知る。</p> <p>★ワークシート⑨「体の中の変化」</p> <p>○「初経」「精通」についての経験談を聞く。</p> <p>★担任と教務主任の話</p> <p>○思春期には心も変化することを知り、異性への気持ちについて考える活動。</p> <p>★ミニ劇（モデリング）とワークシート⑩</p> <p>○将来の自分へ「メッセージ」を書く活動。</p> <p>★ワークシート⑩「自分へのメッセージ」</p> | <p>◎体の中の変化については、初めて知る内容を真摯に受け止めていた。</p> <p>◎月経や射精についても誰でも起こることとして不安を抱くことなく自分に置き換えられ、体の仕組みの素晴らしさを感じた。</p> <p>◆モデリングから思春期は、体も心も変化することの理解を深め、心と体の一体化に興味関心をもつようになった。</p> <p>◆異性に興味関心をもつことは心の成長の現れとして受け止め、心が成長することを考えられた。</p> <p>◆悩みや不安をもった時に自ら解決していこうとする気持ちをもつようになった。</p> |
| <p>保健指導 2</p> <p>1 / 2 成人式</p> | <p>今までを振り返り、自信をもつ</p> <p>▼</p> <p>希望や意欲をもつ</p> <p>▼</p> <p>自分らしさを確認する</p> <p>▼</p> <p>意欲を高める</p> <p>▼</p> <p>学んだこと感じたことを生活に生かすための自己実現を図る</p> | <p>将来への自己実現を図る活動と教材・教具</p> <p>○スピーチ・合唱・合奏・劇などに自信をもって取り組む活動。</p> <p>★将来の夢（スピーチ） ☆合唱 ☆合奏</p> <p>★劇（友たろう）</p> <p>○楽しく、希望や意欲を持って「1/2成人式」を行う。</p> <p>★ワークシート⑪「ハッピーパスポート」</p> <p>○「自分らしさ」を生かす活動。</p> <p>★ワークシート⑫「友達への応援カード」</p> <p>○これからの生活をもっとよりよいものにしていこうとする意欲を持つ活動。</p> <p>★ワークシート⑫「友達への応援カード」</p> <p>○教師からのメッセージを伝え、保護者からメッセージが届いていることを知らせ、個々のよさを確認する活動。</p> <p>★「1/2成人式 お祝いメッセージ」</p> <p>★ワークシート⑬「1/2成人式の振り返り」</p> | <p>「○○になりたい！！自分の将来を考え、学んだことを生活の中に生かすような自己実現を図った。」</p> <p>◎10才になる節目を受け止め、今までの自分を十分振り返ることができた。</p> <p>◎互いの成長を喜び合い、活動に夢や希望、意欲をもって取り組むことができた。</p> <p>◎「自分らしさ」を互いに感じながら、「きっと夢がかなうよ！」「がんばって！」など友達へ応援のメッセージを送れた。</p> <p>◎今までの自分の成長に関わってきた家族に感謝の気持ちをもつことができた。</p> <p>◆将来にむけての自己実現には、心身の健康が大切であることを実感した。</p> <p>◆「よりよい自分」を創りあげるためにこれからの生活に意欲をもつことができた。</p> <p>◆「自分っていいな」「自分を大切にしたい」という気持ちをもつようになった。</p> |

VII 研究の結果と考察

実践結果の検証の観点からは研究の見通しに掲げた「目的とする自己認識の深まり・実践力が培える」、「目的とする資質や能力が身に付く」、「養護教諭の専門性を生かす」の3観点であり、その考察の方法は、学級全体（4年15人）及び抽出児童A男の学習の様子、事前・事後のアンケートや個別のワークシートの記述内容の分析を中心に行った。

1 自己認識を深め、自分を大切にしようとする意識が高まったか。

(1) アンケートの結果から

指導の前後に調査を行い、健康のイメージ・自己認識・健康観などを比較した。自分をみつめる機会や自分について考えさせる場を多くしてきた結果、生活の中で意識や態度に変容がみられた。指導前は健康をイメージする言葉の数が少なかったが、学習を通して増加した。（図6）これから、学びの深まりとともにイメージも広がったことが分かった。指導後には自己認識の深まりから、自分のもつ良さや可能性を確認することができた。（図7）さらに健康のための行動への努力をしているという児童が増え、生活にも変容がみられた。（図8・9）

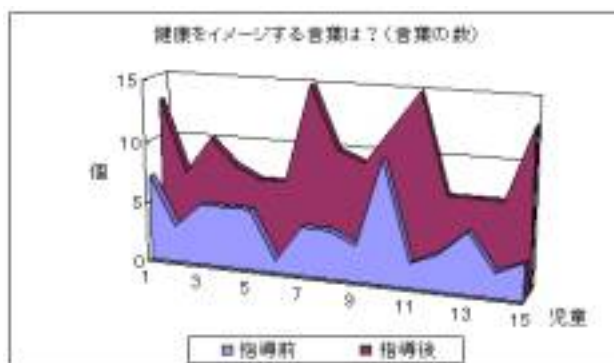


図6 指導前後のイメージの変化



図7 指導前後の自己認識の変化



図8 指導前後の健康観の変化

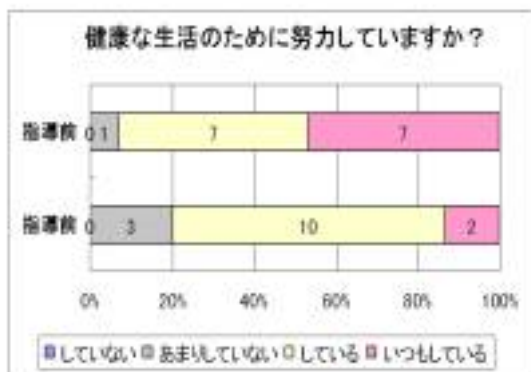


図9 指導前後の行動の変化



図10 指導前後の保護者の変化

また児童の意識の変容とともに保護者の意識の変容がみられた。特に食生活の改善や規則正しい生活習慣の確立に向けて、保護者も努力をしていることが分かった。(図10) 児童に保護者の意識の変容がプラスされると、生活に生かされる実践力になることが改めて確認できた。

(2) 保健指導1「わたしたちの誕生」から

- 児童は今までに自分の誕生の話を親から聞いたことが少ない。事前の手記を通して、生まれた時の体の大きさや家族がどのように思っていたかを知った。そして赤ちゃん人形をだっこする体験を通して自分の誕生時を想定でき、自分の誕生時と重ねることができた。また産声や心音を聞くことにより胎内や誕生のイメージを膨らませ、かけがえのない命を感じることもできた。
- 児童が家族からの手紙を通して生まれた時の家族の思いや気持ちを知り、自分の存在がかけがえのない存在であるを実感することができた。
- 児童の書いた「家族への手紙」には、「生まれてきてよかった」「生んでくれてありがとう」という内容が多く、自分の誕生をとおして自分の存在を肯定的にとらえることができ、自分の良さや可能性に気づく準備ができた。(資料1参照)

(3) 保健学習「育ちゆく体とわたし」から

ア 第1時「大きくなってきたわたしの体(1)」

- 赤ちゃんの頃の服や靴などの具体物を使ったことで「ちっちゃ〜い!!」という歓声の中、児童の目に見える形で体の発育を実感できた。また、「身長伸びのびグラフ」は自分の発育を数値で確かめることができ、自分の体の発育を肯定的に受け止められ、背の高さも体格も個性の一つとしてとらえさせることができた。
- 「身長伸びのびグラフ」を見比べてブレスト・ミングで話し合えた。個人による発育の違いを気づかせることができ、これからの成長に期待することができた。(資料2参照)
- 自分の発育を振り返る中で、身長に着目した資料の提示や保健室のデータを活用したことが有効であった。

イ 第2時「大きくなってきたわたしの体(2)」

- 身長や体重の発育・発達だけでなく、脳や心の模型を使つての成長に気づかせることで、「計算ができるようになった」「泣かなくなった」と10年間の成長をより実感できた。
- 見えない体の内部(脳と心)を見える教材にしたことで、児童の理解を助けることがで

資料1 児童の「家族への手紙」

- 生まれてきてよかったです。
- わたしが生まれた時、喜んでくれてありがとう。
- 生んでくれてすごうれいす。
- お母さん生んでくれてありがとう。
- ここまで育ててくれてありがとう。
- お父さん、私が生まれてのを待っていてくれてありがとう。
- 無事に生まれてこられたのはお母さんががんばってくれたからです。本当にありがとう。
- ずっと元気で生まれてくると信じていてくれたから元気で生まれたんだと思います。
- お母さんが産んでくれたから自分がいるんだなと思いました。
- 生まれてきたぼくをこんなに大事に思ってくれてうれいす。生んでくれてありがとう。

資料2 保健学習① 児童の感想

- 伸び方が違っていてもみんな大きくなっていることがわかった。
- 中学で身長が伸びなかったら、高校生で伸びると思う。
- これからも伸びが止まらないようにしたい。
- みんな大きくなっていることがわかった。
- 赤ちゃんのころから、ずいぶん大きくなった。これからも大きくなるんだと思った。
- 1年から2年の時の伸びが一番伸びていてびっくりした。
- 1年の時がぐんぐん伸びていた。
- これからも伸びるんだと思った。

きた。大きさや重さを感じることで、言葉では理解させにくい体の仕組みや内容を深く理解させることができ、体や心の成長を実感させることができた。小さな赤ちゃんの心と広げきれないような大きな心とを比較することで10年間の成長を実感させることができ、この教材を通して、心と体の成長についての追求に向けていく授業展開ができた。

- 元気がない「ゲンちゃんくらべっこ」をして、ゲンちゃん健康課題を見つけることにより自分の生活とゲンちゃん生活を重ねて考えられた。
- 人形を使って児童の主体的な活動『ゲンちゃんへ健康メッセージを送ろう』から自分の課題に自ら気づき、解決していこうとする態度につながることができた。
- ゲンちゃんが健康になるための『健康メッセージ』の「よく食べないと動けないよ。動かないとつかれないよ。つかれないとねられないよ。」から事実に基づいて健康課題を追究していくことができた。ゲンちゃん＝自分という観点で健康メッセージを送ることにより、教材や活動をとおして自分を理解することができた。(資料3参照)

資料3 保健学習② ゲンちゃんへの健康メッセージ

- よく食べないと、動けないよ。動かないと、つかれないよ。つかれないと、ねられないよ。
- ゲンちゃんは毎日心が弱っているから自信もったほうがいいよ。
- ゲンちゃん、運動して早くねて、ごはんを食べな〜。
- 好ききらいしないで三食きちんと食べるよ。あと、早寝早起きをすれば元気になるよ。あと、自分に自信をもってね。
- 10時前には寝ようね！がんばれ！元気くん。
- ゲームのやりすぎはダメだよ。近くではテレビを見ないように。
- 自信をもてば、心も元気になるよ。
- 早くねないと、早く起きられないよ！朝ごはんも食べてね。

ウ 第3時「おとなに近づく体」

- 『男女当てっこクイズ』は、体つきのシルエットから男の子か女の子かを判断するもので、児童たちは予想していた結果に一喜一憂して、真剣に取り組む姿がみられ、感想にも「楽しかった」「体のことがよくわかった」という記述があり学ぶ意欲を高められた。(資料4参照)
- 男女の体つきの違いについての理解させるために「クイズ形式」にしたことで羞恥心なく、児童の期待感から思考力を高めていくことができた。児童たちの「予想」と「正解」との間にズレが生じ、思いがけないものとなる意外性から理解を深められた。男女のシルエットを「着せ替え方式」とし、服を1枚1枚脱ぐ方法により児童の知的好奇心を高め、思考を刺激して学習を成立させた。この教材を通して児童のこれから起こる体の変化について、不安や悩みとしてでなく肯定的に体の変化を受け止められる。集団を対象としているクイズ教材なので、児童の反応やつぶやきがより効果的であった。
- クイズを導入で行ったことで、『大人の体をつくろう』において、大人の体を描いたり、書いたりする活動にも恥ずかしがらずにじっくり取り組めた。
- ロールプレイやモデリングを取り入れたことで、児童が主体的に活動することができ、自ら自分の課題に気づき、解決していこうとする力をミニ劇の中ではぐくむことができた。

資料4 保健学習③ 児童の感想

- クイズが楽しかった。男か女か迷ってしまったが、服を脱いだらわかった。
- 体が少しずつおとなに近づいていることがわかった。
- ミニ劇が楽しかった。困ったときには友達やおうちの人に相談したいと思う。
- みんな体のことで悩んだりするんだと思った。
- 体のことがよくわかった。

心と体の健康が一体的であることが理解でき、実生活への実践のステップとなった。

- 児童が恥ずかしいと思われる「体つきの変化」の内容を養護教諭の専門性と担任の指導力を生かし、羞恥心を取り除くよう、関心をもって楽しく取り組めた。

エ 第4時「体の中でも始まっている変化」

- 養護教諭の専門性を生かしながら、難しいと思われる「体の中の変化」について、丁寧に教材を活用しながら行った。「ミニ絵本」で知識を与えたことで、リアルすぎず体の中の変化についても真摯に受け止めることができた。
- 「体の中の変化」については一方的な知識の伝達になりやすいので、ミニ絵本『大人へのパスポート』と等身大のペープサートを活用して図解しながら、わかりやすい言葉で説明することができ、知識理解を深められた。児童にとって初めて知る内容が多いので、事実との新鮮な出会いを大切にするためにコンパクトサイズのミニ絵本『大人へのパスポート』を作成することにより、児童の思考を深め、真剣に受け止めさせた。(資料5参照)ミニ絵本『大人へのパスポート』を手の平サイズにしたことによって家庭に持ち帰って、親とのコミュニケーションを図りながら再学習できた。
- ミニ劇でモデリングしたことで、児童の生活体験や理解度、表現力に個人差があるものの全員が意欲的に活動し、考えをまとめられた。

(4) 保健指導2「1/2成人式」から

- 学級活動「1/2成人式」において、自分の将来をみつめ、夢や希望を抱くことができた。家族の「お祝いのメッセージ」から、今までの成長に家族の協力があつたことに気づき、励ましや賞賛から自分のよさや可能性を感じ、「自分っていいな」「自分を大切にしたい」という自己存在感をもって、自己認識を深めていく活動となった。
- 児童は今まで将来の健康な自分をイメージすることがなかった。児童は、夢や希望を抱くが、その基盤に健康があることを理解していなかった。そこで、将来のなりたい自分をイメージさせ、なりたい自分になるための必要な条件を「将来へのパスポート」に記入した。そのようにじっくり自分をみつめることで現在の自分を十分理解でき、得意なことや不得意なこと、自分の長所や短所を認識することができた。
- 自分を知ることにより、自己認識を深め、新しい自分を発見できることが分かった。そして、健康でありたいという思いや願いをもつことが実践力につながるということが分かった。

(5) 抽出児童の記録や学習・行動から

資料5 保健学習④ 児童の感想

- 体のしくみが本当はこんなにむずかしいなんて思わなかった。
- 体の中に見たことのないのがあったので、すごいと思った。
- 知らない言葉もわかったし、知らないところもよくわかった。
- 自分の知らないことがいっぱいあった。体のしくみはすごいと思った。体を大切にしたいと思った。
- 命のもとが合わさっているのちになるなんてすごいなと思った。

資料6 保健指導2 児童の感想

- 今まで育てくれてありがとう。自分の体や命を大切にしたいです。
- 二分の一成人式の年になったんだと感じた。
- 自分の夢をかなえたいなと思った。
- 後10年で本当の成人式だから、それまでがんばっていきたいです。
- 劇でやったようにゆうわくに負けずに、20才の成人式をめざしたいと思いました。
- スピーチするとき緊張しました。これから夢にむかってがんばりたいです。
- 1/2成人式をして夢をかなえるためにもっとがんばりたいと思った。

A男は、消極的な行動が多く、自信がない言動がある児童である。事前のアンケートでは「自分があまり好きでない」「自分の良さがわかっていない」「健康のために何も考えていない」と答え、健康のイメージの言葉は「3つ」と少なかった。

| | 自己認識に関する記録等 | 心と体の健康に関する記録等 | 担任と養護教諭の観察 |
|---------|---|---|---|
| 10 / 7 | 手紙を呼んで嬉しいような恥ずかしいような表情であった。返事には「 お母さん産んでくれてありがとうお母さんが産んでくれたから自分があるんだなと思いました 」と記述。 | 「私の誕生紹介」では言葉は少なかったが発表できた。家族への返事を書く時、見られたくないという思いでいたのか、授業終了後にあふれる思いの中、真剣な顔で返事を書いていた。 | ブレんストーミングでは友達の話聞きながら、メモをとる姿がみられ、授業に前向きに取り組んでいた。 |
| 10 / 14 | 「身長 のびのび グラフ」から気づいたことに、「 1年から2年が一番伸びていた。5・6年で伸びると思う。 」と書いている。これからの発育を肯定的にとらえ、発育することにA男自身の期待感が伺えた。 | 「 〇〇ちゃんより生まれた時の身長が大きかった 」ことで、意識の変容がみられた。自分の発育があまり良くないと思っていたことから、「 生まれたときは大きかった。 」ということから、自信と期待をもった。大きくなった自分の体を確かめるように、持ってきた服を積極的に体に合わせていた。 | はじめは、自分が小さいことを気にしたようで消極的であった。グラフの作成後には、いきいきとブレんストーミングに参加し、「 5・6年で伸びると思う 」という意見を発表した。 |
| 10 / 20 | ゲンちゃんへの健康メッセージには「 好ききらいしないほうがいいよ 」と記述する。何度も何度も書き直していた姿が印象的であった。 | 給食での意欲的な態度がみられるようになった。[担任の報告] ゲンちゃんへの健康メッセージや健康目標にあるように、「 好ききらいをなくそう 」と行動に現れている。これから大きくなるためのよりよい生活について理解し、健康への実践に取り組んでいると思われる。 | 好き嫌いがあるので、前向きに嫌いなものを努力して食べようと意欲的になった。この授業後から給食で「 一口でも食べる 」と言って、残さず食べるような態度がみられるようになった。(担任より) |
| 10 / 27 | 「大人の体」については、きょとんとした。「 そんなにいっぱい体の仕組みがあったなんて知らなかった 」と感想にも書く。 | 「 そんなにいっぱい体の仕組みがあったなんて知らなかった。 」と感想に記入し、真剣に体の変化について考えた。そして、心の変化についてもロールプレイングの吹き出しの言葉もよく考えて書いていた。 | 学びの流れの中で、興味関心を高めて真剣に考え、活動にもまじめに取り組むことができた。 |
| 11 / 2 | 体の中の変化をしっかりとみつめて考え、不安のない表情だった。誰でもおこる射精が自分にもおこることと受け止めることができた。 | 難しい内容にも理解を示し、「 体の仕組みは、すごい。 」と記入している。心の変化についても納得する表情がみられ、自分の心と体の変化をすんなり受け入れることができたと思われる。 | ミニ劇(モデリング)を楽しそうに見ていた。自分の考えもしっかり書けた。 |
| 11 / 12 | スピーチの中で「 ぼくも夢ができました。それは、〇〇になることです。 」と自己決定できた。このことはA男自身が自分の良さや可能性の気づき、自分らしさを感じて自己認識が深まった結果である。実践後のアンケートでも「 自分の良さをわかっている 」と回答し、変容がみられた。 | スピーチから、将来への思い・願いや健康であることの大切さを実感した。これからの自分への思いを深め、自分を肯定的に捉えていた。1/2成人式後の振り返りで「 最初は無理だと思っていたけど、やっぱりだれでも努力すればできるのでがんばりたいです。あと10年たったら、本当の成人式ができるので楽しみです。 」と期待感をもった。健康についてのイメージする言葉も「 3つ 」から「 8つ 」に増加した。 | これらの一連の授業を通して、A男の行動が積極的になってきた。 休み時間はあまり外で遊ぶことがなかったが、友達と遊ぶ姿が見られるようになったり、他教科で自分から発言するようになったりした。担任に話しかける、掃除をしっかりとやるなど意欲的な面もみられ、A男は変わってきている。(担任より) |

「赤ちゃんだっこ」「身長**のびのび**グラフ」「脳や心の模型」の一連の学習をとおして、A男自身がこの10年間でこんなに大きくなったことを実感できた。赤ちゃんの頃からの生活

を振り返り、「成長して考える力がついた。」という感想がみられ、考える力を具体的に感じ取ることができた。また、「心が強くなったと思う」と、心が大きく成長したことにも気づいた。身長や体重で発育・発達を理解させるほかに、「心も体も成長している！」という自分の成長の大きな実感がもち、自分の成長にとって心や体が大きくなるために必要なことをより深く考え、自信を持つことができた。

2 健康を管理し、維持していくような資質や能力が身に付いたか。

どの子どもも楽しく、いきいきと学習・活動できた。保健指導2のために児童たちは、自分たちで考えた劇の練習は昼休みや放課後に行った。このことを通して、自分のよさや可能性を感じ、自分らしさについて深く感じ取ったと判断できた。家庭との連携では確かな学びから間違いのない実践につなげることができた。また、担任や保護者の励ましの言葉は何ものにも代え難いエネルギーの源になることがわかった。自分を大切にしたいと思う気持ちをもつことで健康を維持していく資質や能力が身に付いていき、それに対しての担任や保護者と連携した支援は、実践に向けての大きな原動力になることがわかった。

家庭との連携を図るにあたっては授業の実践後に通信を発行したことでより理解を深められた。親として教えにくい内容を学校で教えてもらい、感謝しているという声が届いた。このことで児童の健康観を変えるためには家庭との連携は不可欠であると感じた。

3 養護教諭の専門性を生かすことで、健康の大切さを認識するができたか。

養護教諭が保健学習と保健指導の両面から、学習内容の重複がないよう、内容の精選を行いながら担任とのT・T方式を組んで授業実践を行った。この成果は前述したように児童の授業反応から充実が図れたものと判断できる。具体的には、10才の今の自分と生まれたばかりの赤ちゃんの「脳や心の模型」にふれて、見て、感じて、比較することにより、10年間の身長や体重の発育だけでなく大きく成長した自分を実感できた。児童の体を包み込めるほど大きくした「心」から、「〇〇について思うようになった」「〇〇に優しくできるようになった」という物や人に対する感じ方が心の成長に関係していることを感じ取れた。教材に関連して自分の生活を振り返る中で「体と心の成長」をより強く実感し、「心の大きさ」は体の大きさに関係なく、「無限大である」ことを知らせることにより、これからの体や心の成長に期待させることができたと考える。

これらのことにより、養護教諭がもつ専門性や保健室の特質を生かすことが有効であると感じた。さらに意図的に養護教諭の視点から担任と協力して授業づくりをすることや家庭と連携することは、健康の大切さの認識を高めることができ、児童のより確かな健康への行動化につながるものがあると結論づけられた。

V 研究のまとめと今後の課題

1 研究のまとめ

- 保健学習と保健指導を関連させたステップアップ型の学習プランを実践したことで、効果的な総合単元的な学習の展開を図ることができた。保健学習の前後に保健指導を行ったことは、学習を進める中で「健康の認識」から「健康への実践」へ追求することができた。
- 自分の成長や生活を振り返ることで、自分の良さや可能性・自分らしさを確実にとらえることができた。そして、「自分っていいな」「自分を大切にしたい！」という思いをもって、自己認識を深めていった。さらに、自分を肯定的にとらえることで自分に自信をもつことができ、体得した知識や技能は、実生活で生かすことのできる力となった。

- 自己認識を深めていく過程で、自分を肯定的にとらえて自己理解ができ、健康観をも変えることにつながり、WHOで提唱する自己認識スキルを獲得できたといえる。
- 担任や養護教諭の励ましや賞賛、児童相互の評価、さらには家庭の認めや励ましによって「やればできるんだ」という強い意識をもち、それを確固たる基礎として健康な生活への実践につながる事が明らかになった。このように児童の変容は家庭との連携が大きく作用し、同時に親自身の変容にもつながった。学校や家庭におけるフィードバックの大切さを痛感した。
- 担任の指導力と養護教諭の専門性をプラスすることで1 + 1 = 2の結果ではなく、1 + 1 > 2の力となった。工夫を凝らした教材や学習の方法は児童の心を揺さぶるものとなり、学びを深めていくことが明らかになった。
- 養護教諭の専門性を生かした授業づくりをしたことで児童の学ぶ意欲を高め、ライフスキル学習を取り入れたり、教材の精選・作成をしたりすることで、児童の学びを確かなものにできた。

2 今後の課題

児童がかけがえのない自分に気づく際、自分を大切に思う気持ちは他の人をも大切にしようとする力に発展することが大切である。今回の研究ではその追究まで至らなかった。各学年の「健康教育プラン」の充実に向け、学習方法、教材の開発・改良、評価等を計画的に取り入れ、よりよい授業を創るとともに今後も担任や家庭との連携を密にし、養護教諭として効果的な支援や働きかけをしていきたい。

〈引用文献〉

- *¹ 皆川 興栄 著 『総合的学習でするライフスキルトレーニング』 明治図書(1999) p12
- *² 皆川 興栄 著 『総合的学習でするライフスキルトレーニング』 明治図書(1999) p21
- *³ 皆川 興栄 著 『総合的学習でするライフスキルトレーニング』 明治図書(1999) p25

〈参考文献〉

- ・小学校学習指導要領解説(平成11年5月告示) 総則編 文部省(2000)
- ・小学校学習指導要領解説(平成11年5月告示) 体育編 文部省(2000)
- ・小学校学習指導要領解説(平成11年5月告示) 特別活動編 文部省(2000)
- ・皆川 興栄 著 『総合的学習でするライフスキルトレーニング』 明治図書(1999)
- ・大津 一義 著 『実践からはじめるライフスキル学習』 東洋館出版社(1999)
- ・三木 とみ子 監修 木下 洋子 編 『養護教諭が行う保健学習』 東山書房(2002)
- ・足助 麻理 著 『生きる力を育てる活動集』 学研(2003)
- ・森 昭三、和唐 正勝 著 『保健の授業づくり入門』 大修館書店(2002)
- ・『養護教諭の特質を生かした保健学習・保健指導の基本と実際』 日本学校保健会(2001)
- ・『3・4年生から始める小学校保健学習プラン』 日本学校保健会(2001)
- ・『小学校保健学習の指導と評価』 日本学校保健会(2004)
- ・『心の健康と生活習慣に関する指導』 文部科学省(2003)
- ・小松 良子 『平成10年度 東京都教員研修生研究報告書』 都立教育研究所(2000)
- ・角橋 澄子 『平成14年度 長期研修員研究報告書』 群馬県総合教育センター(2002)
- ・青柳 千春 『平成15年度 長期研修員研究報告書』 群馬県総合教育センター(2003)
- ・大谷 由カリ 『学校の経営32』 群馬県総合教育センター(2000)
- ・池田 延行、渡邊 彰、戸田 芳雄 編著 『小学校 体育科』 東洋館出版社(2002)
- ・宮川 八岐 編著 『小学校 特別活動』 東洋館出版社(2002)