

群 教 セ	G14 - 01
	平16.223集

生活習慣確立支援Web教材 「たっくんの健康博物館」の作成

特別研修員 山崎 栄寿（吉岡町立明治小学校）

研究の概要

本研究では、小学校の総合的な学習の時間や学級活動における健康教育で、望ましい生活習慣の確立を支援するWeb教材「たっくんの健康博物館」を作成した。本教材を活用することで、導入段階では自作教材をデジタル化した資料を提示して生活習慣への関心を高め、課題をもつ段階では質問形式による生活の振り返りやアドバイスによつて的確な課題把握ができ、調べる段階ではリンク集によつて能率的に必要な情報を得ることができた。

【キーワード：総合的な学習の時間—小 学級活動 健康教育 生活習慣 学校保健】

主題設定の理由

平成16年度群馬県「学校教育の指針」の「 教育内容及び教育方法の改善・充実のための取り組み 3 健康増進と体力向上」には、「児童生徒一人一人が健康・安全に関する正しい知識を身に付け、適切な行動ができるよう、体験的な学習やスキル学習などを効果的に取り入れましょう。」と示され、健康教育における実践力の育成が強調されている。これを受け、本校では「生活習慣の主体的確立を通して健康の維持・管理に意欲的に取り組む実践力を育成すること」を目標に低学年では学級活動で、3年生以上では総合的な学習の時間で課題解決的な学習や実践力の育成を重視した全体計画や年間計画を作成して生活習慣の確立に取り組んできた。

そのなかで養護教諭が、活動の導入段階で使用した「宇宙足」や「マウスの断眠実験」等の自作教材は、内容や形態に工夫があり児童に強く印象付けられ、生活習慣への関心を高めることができた。しかし、この教材が大型で各学年のものが数種類ずつあるため、保管場所の確保や修正の手間などが課題となっていた。そこで、これらの教材をデジタル化してプレゼンテーションにまとめることで、教材の工夫や効果を損なうことなく提示して、関心を高めることができるのではないかと考えた。

また、課題をもつ段階の自らの生活習慣を振り返らせる場面では、これまで各学年の担任が作成したワークシートを使用していた。しかし、ワークシートでは客観的に振り返らせることが難しいために偏った振り返りになってしまう傾向にあった。また課題把握の場面では、その場で全員に、個に応じた情報提示や指導ができないことから、振り返ったことに対して的確な課題をもたせるのが難しいという問題があった。そこで質問形式の教材を作成し、児童が客観的に自分の生活習慣について振り返り、なおかつ望ましい生活習慣へのアドバイスが提示されれば、一人一人が課題をもちやすくなると考えた。

調べる段階では、Webサイト検索で、適切なキーワードを考えられないために思うように検索ができなかったり、興味がそれてしまったりして、必要なことを調べられない児童が多く見られる傾向にあった。そこで生活習慣に関するリンク集を作成し、さらにキーワードごとに分類することによって、より能率的にWebサイトから必要な情報を得ることができると考えた。

以上、3つの段階における教材を一つにまとめたWeb教材を作成することは、児童が生活習慣を確立するための活動において役立つであろうと考え、本主題を設定した。

研究のねらい

健康教育において、児童が望ましい生活習慣を確立する支援となるように、生活習慣への関心を高め、個に応じた的確な課題をもち、課題に応じた能率的な調べ学習によって必要な情報を得ることができるWeb教材を作成して、その有効性を明らかにする。

研究の見通し

- 健康教育に関わる自作教材を、児童に強く印象付けるように工夫してデジタル化すれば、容易な操作で提示でき、生活習慣への関心を高めるWeb教材が作成できるであろう。
- 自分の生活習慣の様子や考えを質問形式で振り返り、個に応じたアドバイスが提示されるようにすれば、的確な課題がもてるWeb教材が作成できるであろう。
- 生活習慣に関するWebページのリンク集をキーワードごとに分類すれば、能率的に調べることができ、生活習慣改善の手がかりとなる情報を得られるWeb教材が作成できるであろう。

研究の内容

1 生活習慣確立支援Web教材「たっくんの健康博物館」の概要

(1) 基本的な考え方

- ・健康教育の活動の流れを、「導入の段階—課題をもつ段階—調べる段階—まとめる段階—生かす段階」としたとき、生活習慣への関心を高めるため、個に応じた的確な課題をもつため、そして望ましい生活習慣の情報を得るために、主に、「導入の段階」と「課題をもつ段階」、「調べる段階」の3つの段階において、Webページ形式で作成した本教材を使用する。
- ・導入段階の教材「資料室」では、児童の関心を高めるために、養護教諭が作成した教材の工夫を生かしてプレゼンテーションにまとめ、ページごとに解説を添付した。また、効率よく効果的に教材を提示できるように、指導計画例、指導案、ワークシート例などを用意した。
- ・課題をもつ段階の教材「学習室」は、児童一人一人が自分の生活を客観的に振り返れるように、質問に答えていくと簡単に自分の行動が判定されるようにした。そこでは的確に自分の課題をつかめるように、個に応じたアドバイスも用意した。
- ・調べる段階の教材「図書室」では、自分の課題に基づいて能率的にWebページで調べ学習ができるように、生活習慣項目をさらに詳細なキーワードで分類したリンク集を作成した。
- ・生活習慣を重点化して指導することができるよう、「資料室」「学習室」「図書室」は、全て「排便」「清潔」「運動」「食事」「家での生活」「睡眠」「心」の7項目に分類してある。

(2) Web教材の構成図



2 生活習慣確立支援Web教材「たっくんの健康博物館」の内容

(1) トップページ「たっくんの健康博物館」

起動すると、たっくんが登場するアニメーションが表示され、本教材の概要を簡単に紹介する（図1）。アニメーションの最後に「次のページへをクリックして進もう」と提示されるので、右下のボタンをクリックするとメインメニューに進める。また、アニメーションを見ない場合は、すぐにボタンをクリックすることでメインメニューへジャンプすることができる。



図1 トップページ

(2) メインメニュー

博物館の見取り図に「1階図書室」、「2階学習室」、「3階資料室」が表示され、クリックすることで各部屋のトップページやメニューにリンクできる（図2）。また、このソフトの案内役である受付の「あいちゃん」や宇宙人の「たっくん」のプロフィールにリンクするボタンがある。プロフィールには、児童が健康について考えるためのヒントとなる二人の紹介がある。なお、「あいちゃん」は心の健康を願って「愛」から、「たっくん」は身体の健康を願って「たくましい」から名付けた。



図2 メインメニュー

(3) 「資料室」

指導者用教材集なので、パスワードによって入室を管理している。導入段階で、児童に一齐提示するプレゼンテーションと、それを使うための解説文、まとめ段階で使用するための縮小された全画像一覧（以下、「サムネイル」と記す）これらの教材を活用するための全体活動計画例、授業展開例、ワークシート例などが、それぞれの生活習慣項目で用意してある（図3）。また、その他の健康教育教材もリンクしてあるので、活動が発展した場合に使用できる。なお、使用方法や注意事項は「資料室」メニューの最上部に用意した。

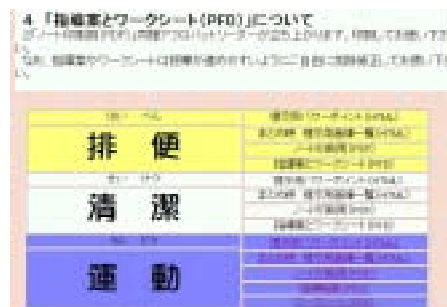


図3 「資料室」メニュー

(4) 「学習室」

自分の生活を振り返り、課題をもつ段階で児童が個々に使用する。「学習室」メニューは博物館の廊下になっており、生活習慣項目7つと総合判断の合わせて8つのドアがある（図4）。それぞれの生活習慣の部屋に入ると、いくつかの質問に答えていくことで自分の生活を振り返ることができる。そして最後に判定のページに結果が点数で示され、個に応じたアドバイスが表示される（図5）。このアドバイスによって自分の課題を考えることになる。判定のページは自分の名前が記入できるようになっているので、名前を入力してから印刷する。

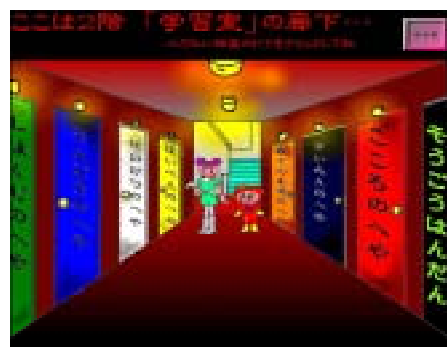


図4 「学習室」メニュー

(5) 「図書室」

「図書室」のトップページは「学習室」と同様に博物館の廊下になっていて、生活習慣の7つのドアが並んで

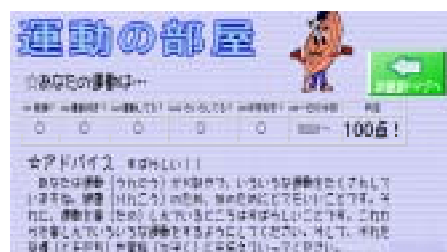


図5 判定のページ

いる。それぞれのページに入ると生活習慣項目をさらにキーワードごとにまとめたリンク集があり、調べたいことを能率的に調べられるようになっている（図6）。

(6) 総合判断のページ

「学習室」において、7つの生活習慣項目全てで判定を受け、点数が出揃ったら総合判断のページに進める。ここでは、表に点数を入力するとレーダーチャートグラフが表示され、落ち込みのある生活習慣項目が一目で明らかになる（図7）。いずれか1つの項目でも80点以下だった場合は、もう一度「図書室」のページに戻って学習し直す。全て80点以上になると、さらに生活習慣に関するテストを受ける。このテストに合格するとたっくんが自分の星に帰るアニメーションが表示され、生活習慣大賞の賞状を印刷することができる。テストが不合格の場合は「図書室」のページに戻って足りなかった生活習慣項目を学習し、もう一度総合判断をすることになる。



図6 「図書室」のリンク集

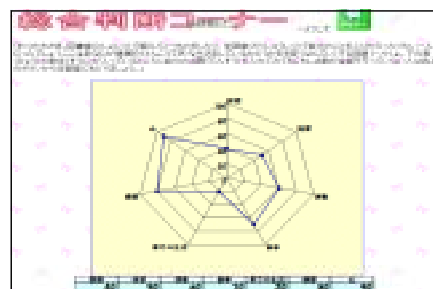


図7 総合判断のページ

3 実践の結果と考察

(1) 活動計画

- 活動名 「Let's 運動 3年生！」(総合的な学習の時間)
- ねらい 運動の必要性を理解し、自らの生活を振り返って、自分に合った望ましい運動習慣を確立する。
- 活動計画(全4時間計画)

次	活動名	時	活動内容	指導上の留意点
事前	歩数を調べよう		一日の歩数を計測する	・ワークシート配布 ・歩数計使用上の注意(事前指導:帰りの会など) 「手で振らない、リセットの仕方、途中でリセットしない等」 ・登校前リセット、就寝前歩数記録 ・3日ほど計測した平均が望ましい
1 導入	どうして運動は必要なのか(T.T)	1	運動の必要性和運動をするときの注意について養護教諭より説明を受ける	・ワークシート配布 ・「健康博物館」資料室の運動項目にある「提示用プレゼンテーション」を使用 ・説明用の文章は「プレゼンテーション解説印刷用」で事前に印刷しておく
2 課題をもつ	自分の課題をもとう(本時)	1	「健康博物館」の「学習室」で自分の運動について振り返り、足りないところを把握するとともに、課題をもつ	・ワークシート配布 ・トップページより「健康博物館」に入り、「学習室」の判定が出るまで質問に答え、判定に名前を入力してから印刷して良く読んでからワークシートに記入するという流れを一通り説明してから始めさせ、あとは個に応じて進ませる ・足りないところから、自分の課題を設定する
3 調べる・まとめる	めあてをもとう	1	「健康博物館」の「図書室」課題に沿って調べ学習をし、分かったことから自分のめあてをもつ	・設定した課題について「図書室」で調べる ・分かったことはワークシートに記入してめあてに反映させる
4 生かす	やってみよう		チェックカードを使って、家庭で運動についてチェックさせる	・チェックカード配布 ・1週間の運動についてどんな運動をどのくらいしたか記録する
5 反省	できているかな?	1	チェックカードをもとに運動について反省し実践に生かす	・めあてどおりにできたかどうかを見ると同時に、最初に記録をとった運動の種類と今のものを比べてみる ・「学習室」で再度自分の生活を振り返って確認する
6 生かす	やってみよう		反省を実践に生かすようにする	・チェックカード配布 ・ワークシート類は全て健康ファイルにとじる

太字ゴシック体部分が本教材との関わり

(2) 授業実践

- 活動名 「自分の課題をもとう」(本時は活動計画の2 / 6 時間目)
- めあて 運動について自分の生活を客観的に振り返り、個に応じた課題をもつ。
- 対 象 吉岡町立明治小学校 3 年生 (29人)
- 環 境 パソコン室 (サーバ機 1 台、教師機 1 台、児童機20台でLANが組まれている。活動にあたっては、本教材をサーバ機にインストールして、児童機からアクセスした。)
- 準 備 教師...本教材、プロジェクタ、プリンタ (A 4 用紙)、ワークシート
児童...健康ファイル、筆記具
- 展 開

学習活動		支援及び留意点	本教材の関わり
前時の復習をする 本時の活動を確認する 「資料室」使用	5	○ 前時に学習した運動の大切さを復習 ○ 自分の運動を振り返りこれからのめあてをもつことを知らせる ○ 歩数の平均値をワークシートに転記させる	○ 教師機で「健康博物館—資料室—運動」まとめ時 提示用画像一覧を開いておく ○ プロジェクタの準備をする ○ プリンタの電源を入れておく ○ サムネイルを提示しながら前時の復習 ○ ワークシートを配布
自分の運動について振り返る 「学習室」使用	20	○ 本教材での活動からワークシートの記入までの一連の活動を指示する	○ 「学習室」で自分の生活を振り返り、判定が出たら名前を入力して印刷する ○ 「判定」とワークシートは健康ファイルに保管させる
課題をもつ	15	○ 「判定」をもとに、自分の足りないところをワークシートに記入する ○ 記入したものを参考に課題を見付ける ○ 課題を発表する 評価項目：自分の生活の実態に応じた課題をもつことができたか ○ 的確な課題をもてない児童には、何が足りなくて何が必要なのか判定をかみ砕いて説明する ○ すぐに課題をもてた児童には、課題に応じて「図書室」で下調べをしておくことを指導する	○ 判定を良く読み、自分の課題を考えて、ワークシートに記入
本時のまとめをする	5	○ 「学習室」での感想を書かせる	○ ワークシートに感想を記入する

(3) 結果と考察

運動の大切さを確認する「前時の復習をする」では、「資料室」にある「宇宙足の話」のサムネイルを使用した。このサムネイルは、導入段階においてプレゼンテーションで提示した全静止画が一覧として提示される。一覧より任意の静止画を選択してクリックするとその画像が拡大されるので、説明したい資料を簡単に提示することができた(図8)。

このとき、「宇宙飛行士は運動しないから骨や筋肉がやせて足が細くなるよ。」「運動しない人は宇宙飛行士と同じだ。」などの覚えていることや、「運動しないと骨のカルシウムが減ってくる。」「運動しないと心臓もやせちゃう。」など運動の大切さについても積極的に発言する児童が多く見られた。このことから、「資料室」のサムネイルを活用することは、自作教材の工夫を損なうことなく児童に教材を提示でき、関心を高められることが分かった。



図8 拡大静止画の提示

次に「学習室」で「自分の生活を振り返る」場面では、全員が質問形式の教材（図9）で短時間に判定を導き出すことができた（図10）。このように、すぐに結果が出ることにに対して児童は「点数で出るので分かりやすい。（21人）」と答えている。また、判定を読みながら「なるほど」「そうか」など、点数やアドバイスに対する肯定の声がたくさん聞かれ、ワークシートでも「自分の運動の様子についてよく分かりました。（22人）」「運動が足りないことが分かりました。（13人）」「運動については問題ないことが分かった。（9人）」「私はこんなに運動しているんだと思いました。（2人）」など、客観的に自分の生活を振り返れていることが分かる。なお、判定は児童数印刷されることになるので、誰の判定が混乱しないために名前を入力してから印刷するようにしたところ混乱せずに活動を進めることができた。

「課題をもつ」場面で、図10の判定に対して、A男は「運動量が少なかった。バス通学だからだと思う。休み時間に遊べるように、どうい

外遊びがあるか調べたい。」と客観的な振り返りから、的確な課題把握ができていることが分かった。また、B子の「フラフープが好きなので、毎日友だちとしてしています。いろいろな運動をしないとだめだなと思いました。なんの運動を何分ぐらいするといいか調べたいです。」や、C子の「ほとんどできていたのでよかったです。ほかにはどんな運動があるのか、ほかにもいろいろな運動のやり方を調べてみたいです。」など、同様に自分の生活を振り返り、課題をつかんでいる様子が分かった。このように課題をもつ活動においては、質問による振り返りの結果から児童の生活に応じて用意した96通りの判定によって、個に応じた振り返りや課題把握が容易にできていた。

なお、本教材を使用した授業では、昨年まで行っていたワークシートを中心に進める授業に比べて、全員が最後まで意欲的に集中して取り組んでいた。このことは、「本時のまとめをする」場面で、「おもしろかった。」「楽しかった。」と感想を書いた児童が27人いることから分かる。また、「100点めざしてがんばる。」「いろいろな運動をしていきたい。」「毎日運動しなければいけないと分かった。」などの感想や、休み時間に外遊びする児童が増えたことから、運動に対して前向きになってきたと考えられる。

その後、数日してから「図書室」を使用しての「調べる」と「まとめる」の授業をパソコン室で実施した。本学級の児童は、Webページの検索経験はほとんどない。そこで、「図書室」利用の方法を一通り説明してから個別に検索させた。その結果、児童は「図書室」から自分の課題に応じたWebページを探し出すことができた。そして時間内に、画面を見ながら調べたこ



図9 生活を振り返る場面

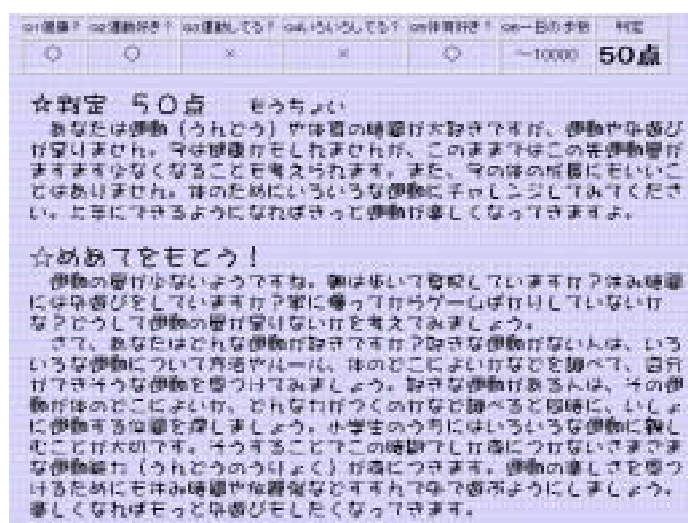


図10 A男の判定

目次	
▶ <u>園のみんなであそぼう！</u>	① 二人あそび ② 人間図鑑でくわあそび ③ 動物図鑑でくわあそび ④ 虫の図鑑でくわあそび ⑤ 虫のあそび
▶ <u>おうちで、お母さん、お父さんとあそぶのあそびを してあそぼう！</u>	① ジョウロでくわあそび ② 図鑑 ③ 動物図鑑でくわあそび ④ 虫のあそび ⑤ 虫のあそび

おにぎりのパレード

① 5人組になり、1人がおにぎりになる。
② 残った4人は、おにぎりに、むす合うようにして、
前の人について、ガリガリと、たて一列にならぶ。
③ 一番前のは、親、一番うしろのは、し
ぼになる。