

研究主題 豊かな健康生活をささえる体育知の創造

—健康な生活を営む能力や態度の育成—

北区立としま若葉小学校 杉本三苗 他8名

1 研究のねらい

児童の行動変容を期待し、保健学習において知識を身につけ理解を深めたり、保健指導では実践する価値を説いたりしても、児童の行動変容には、なかなか結び付かない。「わかっている、できない。」という、こうした状況を保健学習・保健指導の最重要課題と考えた。このことを解明するため、体育科の学習によって得られた知恵を健康的な生活に結びつける方策について究明した。

なお、研究の視点として「健康な生活を営む能力」の育成と学習したことが行動となって態度化される道筋を明らかにすることとした。

2 研究の内容

(1) 保健学習のポイントを明確にする

① 身近な生活に根ざした課題を取り上げる。

- ・健康という言葉を意識していない児童にとって、自分の生活を振り返り、「元気で健康な生活」のために何をすることができるかを考えることは、自己にかかわる切実な課題としてとらえられ意欲的に課題解決していく学習につながる。

② 科学的な知識を学ばせる。

③ 実験・観察などを通して実践的な理解を図る。

- ・実験を行ったり、資料を提示したりすることで、より深い理解を目指す。
- ・自己の生活を振り返り、めあてをもって改善していく。

④ 日常の実践に結びつくように取り扱う。

- ・日常的に振り返りカードを続け、家族のはげましなどを受けながら自己評価を繰り返すことで、日常的な実践に結びつける。

⑤ 年間計画に基づく実践をする。

- ・4時間の保健学習（体育科）を行った後、さらに第5時から第8時として保健指導（特別活動）を設定し、保健行動を継続させるための「動機付け」を高める活動を年間指導計画に組み込む。

(2) 態度化への道筋を明らかにする

(3) 長期間にわたる観察をとおして変容を把握する

自らの生活に根ざした課題を児童にもたせ、その変容を4か月にわたって観察し、その実態としての変容を研究対象とする。データの収集はプライバシーに配慮し慎重に行う。

3 研究の成果と課題

(1) 研究の成果

保健行動の態度化のためには以下のことが有効であることがわかった。

- ① 保健学習後の保健指導によって保健行動の動機付けが行われること
- ② 自己の保健行動の振り返り（自己評価活動）
- ③ 振り返りから明確にした「自分にあつためあて」の設定
- ④ 4か月を単位とした学習指導期間の設定

また、3年生と6年生で保健行動の改善について比較したところ、3年生では80%の児童がめあてを達成できたが、6年生では55%の児童しかめあてが達成できなかったことから、低学年の段階から実践することが効果的である。

(2) 今後の課題

児童の自発的、自主的な保健行動の継続を実現することに対して有効性を検証する。本研究で示した健康な生活を自立的に行うための道筋を今後の研究課題として取り組んでいかなければならない。

その道筋は以下のとおりである。

【学習過程】	児童が保健学習で身に付けた知識や思考力を生かしながら、動機付けが高められる学習過程とするために、保健学習の後に適切な間隔をおき、保健指導を設定し、意識化を図ること
【振り返りと目標設定】	動機付けのために、「自己の学習後の健康な姿」に向かう「行動の振り返りと目標設定」をすべての学習時間で行うこと
【指導期間】	自己の高まりを実感しつつ、行動意欲を高め、動機付けの効果を高めるために指導期間を16週間としたこと (16週間カリキュラム)

以上の3つの視点から工夫することが、児童の自発的、自主的な保健行動の継続を実現する上で有効であるかどうか、他学年や学校全体で取り組み、評価を行いながら有効性を探る。その検証の方法としては、形成的授業評価や児童・保護者の意識調査、及び教師による児童の変容の見取りが考えられる。

また、健康的な生活を支える基盤である保護者や地域、関係機関との連携を、より一層強めていく指導の在り方を検討し、実践していく必要がある。

<共同研究者>

北区立としま若葉小学校	吉田 益巳	明石 達也	松木 円
	児玉 竜大	石渡 賀名子	岡庭 智憲
	景山 恵美	五味 広樹	