

学校保健研究部会

I 研究テーマ

「心と体の健康をめざし、主体的に行動できる子どもの育成」

II 研究テーマ設定の理由

現在の子どもたちの健康課題は、多様化・深刻化している。このような中で、子どもたちが主体的に健康に成長していくには、私たちに何ができるのか、また効果的な支援はどうあるべきかについて、班毎に研究をすすめテーマに迫っていきたい。

III 研究の経過と内容（各班ごとに報告）

1 1班

(1) 研究テーマ 「生きる力を育てる性教育の工夫」

(2) 今年度の研究課題

リフレーミングを取り入れた授業実践が子どもの自尊感情に及ぼす影響についての研究

(3) 研究経過

自尊感情調査結果やこれまでの研究結果を踏まえて、子どもたちが自分に自信を持てたり自分を認めたりできるようなかかわりについて研究をすすめてきた。その中で、自尊感情に働きかけるにはその場だけのかかわりで結果がでるものではないことや、家庭にも働きかけ連携をとることが必要であることから、様々な場面で自尊感情を高めるようなとりくみを意図的、継続的にできるようアプローチの方法を探り一覧表にまとめた。そのアプローチの中から今年度はリフレーミングについて研究をすることとした。

(4) 研究内容

これまで、自分の良いところを周りの人に認めてもらったり、自分で認めたりすることで自尊感情を高めるアプローチをしてきた。次の段階として、良いところばかりでなく、良いところも悪いところもある「ありのままの自分」を受け入れることが必要と考え、アプローチの方法の中から、考え方や見方の枠組みを変えてみる「リフレーミング」が効果的なのではないかとした。仮説を「リフレーミングを取り入れた授業実践をすることにより、良いところも悪いところもある『ありのままの自分』を受け入れることができるのではないか」とし、授業実践をし評価する。

(5) 研究の反省と課題

学年が進むにつれて自尊感情が低くなることは、子どもの発達段階の中で避けて通れないことであるが、様々な場面で機会を捉えてかかわり、継続してアプローチしていくことの積み重ねが、自分を肯定的に受け止め、自尊感情を高めていくのではないかと考える。

そのアプローチのひとつとして今年度授業実践したりフレーミングは、ありのままの自分を受け入れようとする気持ちを持つことができ、自尊感情を高めることが検証できた。葛藤をうまく乗り越えるための一つの方法として、中学を目の前にした6年生を対象に実施できたことは有効だったと思われる。自尊感情調査、評価については、今後、方法や見取り等、学習を深め検討していく必要がある。今後は、学校だけでなく家庭への有効なアプローチを研究していきたい。

2 2班

(1) 研究テーマ 「効果的な保健指導の工夫」

～『効果的な掲示物の要素』を取り入れた掲示は、子どもの興味関心をひき、楽しく学べるのではないか～

(2) 研究経過

効果的な保健指導として、平成22年度より掲示についての研究を進めている。各自が、掲示物を作成する上でポイントとしていることを出し合い、そのポイントをもとに、『触れる』掲示物が子どもの興味関心をひき、楽しく学べると考え、生活習慣・歯・こころの健康の3グループに分かれて、『触れる』掲示物を作成した。評価アンケートの結果、『触れる』を含む7項目の『効果的な掲示物の要素』をまとめることができた。さらに、生活習慣・歯・こころの健康について、7項目の『効果的な掲示物の要素』を取り入れた掲示を作成・掲示したところ、7項目の要素の有効性と、掲示は、知識・理解を深めるためにも効果的であることが明らかとなった。また、掲示物の内容だけでなく、多くの子どもたちの目に触れさせるための工夫が必要であり、アピールにあたっては、さらに各学校の現状に応じて工夫をしていく必要があることを確認した。

今年度は7項目の要素の有効性と、掲示と「学び」の深まりについて、別の掲示テーマでも同様な結果となるのか、検証することとした。

(3) 研究内容

- ①新たな掲示テーマとして、けがの手当と予防・清潔・しせい・かぜを設定し、『効果的な掲示物の要素』と考えられる7項目を取り入れた掲示物を作成し、活用する。
- ②評価アンケートを実施し、『効果的な掲示物の要素』と『掲示と学び』について、その有効性を検証する。
- ③掲示のアピール方法について、各学校での取り組みを紹介する。

評価アンケート等の結果から、新たな掲示テーマにおいても7項目は『効果的な掲示物の要素』として有効であり、その要素の有効度は掲示のテーマや対象等によって変化することがわかった。また掲示は保健指導の1つとして「学び」の機会としても有効な手立てであり、他の保健指導等と連動させることにより、さらに学びが深まることが明らかとなった。

掲示のアピール方法としては、養護教諭だけでなく、担任などの他の教職員からのアプローチや他の保健指導と連動させることも効果的であった。

(4) 研究の反省と課題

掲示はイメージが言葉だけでは伝わりにくく、完成した掲示物を見ても、作成方法がむずかしい等、共有化が図れない場面がある。今後は、どこの学校においても効果的な掲示ができるように、『効果的な掲示物の要素』や掲示物を作成する上でのノウハウやアドバイス等を整理し、広く知らせるような手立てを考えていきたい。

3 3班

(1) 研究テーマ 「養護教諭の視点を生かした健康教育の実践」～肥満について～

(2) 研究の経過

平成24年度より、研究テーマを肥満指導と設定し、初年度は、各学校の実態の把握、肥満指導の課題について話し合ったり、各校の実践を持ち寄り肥満指導の方法を研究した。2年目は、統一資料を作成し個別懇談時や夏季休業前に配布し、夏季休業後の発育測定の結果と共に児童生徒・保護者に対してアンケート調査を行い資料配付の効果について検証を行った。その結果、資料配付は保護者や児童生徒が問題意識を持つきっかけ作りには有効であるが、児童生徒の肥満の原因は、本人の体質、家庭環境、生活環境によって異なってくるので個に応じた指導を行っていかねば、肥満改善のための的確な行動選択には結びつきにくいことがわかった。3年目となる本年度は、個々の課題に対して個に応じた指導を行えるようにするためにはどうすべきか研究することとなった。

(3) 研究内容

個別の指導が行えるようにメッセージカードとして作成した。資料の内容はおおまかには次の通りである。

- ①体重管理 ・個人ファイル
- ②食事の管理 ・朝と夜の食事 ・昼の食事、おかわり 咀嚼 ・間食 ・摂取量
- ③運動管理 ・日常の動作と運動 ・運動と食事の関係 ・休み時間の過ごし方

(4) 研究の反省と課題

夏季休業前、個別懇談前には指導資料を配付し、指導を継続して行っている。体重管理個人ファイルは肥満度の増減が視覚的にわかるものである。今後、今年度作成した資料を基に個人指導を行いつつ修正を重ね、研究を深めていきたい。