

気付く 学び合う 身に付ける みさきっ子

兵庫県神戸市立和田岬小学校

12学級250名

1. 研究の目標やねらい

本校の子どもたちは、純粋な心を持ち、人が大好きで自分の思ったことをはっきりと言えるよさがある。しかし、いざ行動にうつすとなると自分に自信がなかったり、友達とのコミュニケーションがうまくとれなかったりして困ってしまうことがある。また、せっかくがんばっていても生活習慣の乱れが影響してか、最後までやり通せない心や体の弱さが見られる。

このような子どもたちの姿をよりよい方向へ導くために、以下のような流れで研究を進めていくことにした。①まず自分のよさや課題に気付く。②友達と学び合う楽しさを味わいながら、考えを深めていく。③がんばって学んできた自分を肯定的に振り返り、取り組む意欲を継続していく。特に健康教育を通して、自分の健康を認識し、問題解決を通して「生きる力」につながる資質や能力を育てていこうと考えた。自分の体は自分で守り、友達の体も自分の体と同じぐらい大切にすることを育てたい。

気付く

- ・ 自分自身のよさを見つめる
- ・ 自分の課題を設定する
- ・ 自分の健康課題が分かる
- ・ 健康に関する科学的な正しい知識を学ぶ

学び合う

- ・ お互いのよさを学ぶ
- ・ よりよい課題解決方法を考え合う
- ・ 正しい知識をもとに考えを深める
- ・ 友達と学び合う楽しさを味わう

身に付ける

- ・ がんばってきた自分のよさを振り返る（自尊感情を高める）
- ・ 自分の生活に生かす（生活習慣化）
- ・ 生きる力につながる意欲や態度を養う
- ・ 次への学習に生かし、より高い目標をもつ

2. 実施した主な活動

(1) 全学年

①学校保健委員会「むし歯のバイキンって本当にいるの」

保健美化委員会の「どうしてむし歯になるのか」の劇が低学年にとっても分かりやすかった。また、歯みがき指導に来られた歯科衛生士の方々も丁寧に歯のみがき方を教えてくださった。全校で取り組んだことにより子どもたちの意識が高まった。



歯科衛生士による歯みがき指導

②保健美化委員会の取り組み

- ・ 歯科検診の結果をグラフにして児童集会で発表した。
 - ・ 作詞保健美化委員会、作曲音楽専科で「うがい DE ぴかぴかソング」というテーマソングを作り、給食後に流した。
 - ・ 各クラスに歯みがきポスターを作成してもらうよう働きかけた。
- 等の取り組みで全校生の興味・関心を高めた。



児童集会での発表

③歯みがきカレンダー

夏休みも食後に歯みがきできたか、家庭で記入してもらうようにした。9月に、よくできている児童のカレンダーを掲示した。

④給食後の歯みがき



給食後毎日歯みがきをするように呼びかけた。さらに学期に1度ずつ歯みがき週間を設定し、その期間は歯みがきソングを流して意欲を向上させた。また口の中の状態を確認できるよう手洗い場に鏡を設置した。歯を磨きながら鏡を覗き込んでいる子どもたちの姿が見られた。

鏡を手洗い場に設置

⑤歯・口の健康に関するポスターコンクール参加

意欲を高めるため全校生が応募した。1名が市教育長賞、4名が市学校歯科医会長を受賞した。

(2) 低学年の授業実践

①好き嫌いをなくそうプロジェクト

こどもたちが野菜嫌いをなくし、よくかんで食べるようにと取り組んだ。学習園できゅうり トマト ピーマン なすびの4種類の野菜を育てた。収穫した野菜は6年生が調理してくれた。6年生が作ってくれたということで苦手な野菜でも食べることができた。



育てたきゅうりを収穫



6年生と一緒に食事

②歯みがき指導

入学説明会で給食後に歯みがきをし、むし歯予防に努めていることを説明した。そのせいか1年生保護者のむし歯予防に関する意識は高い。また、低学年は第一大臼歯の萌出時期にあたるので学級活動の時間に正しい磨き方を指導した。また、日曜参観で染色錠を使い保護者と一緒に鏡を見ながら歯みがきをさせた。このように保護者を巻き込んでいくことにより指導の効果があがっている。



鏡をみながら歯みがき

(3) 中学年の授業実践

①保健学習「朝ごはんで元気になろう」

基本的な生活習慣が形成されていく小学生期において望ましい食習慣を身につけさせるため、朝ごはんの大切さを理解させたいと考えた。コンピューターなどをうまく活用し、朝食を食べると、どんないいことがあり、食べないとどんな良くないことがあるのかを視覚的にとらえさせることができた。



4年生授業風景

②「おやつ名人になろう」

子どもたちが良く食べるおやつに含まれる砂糖の量に注目させた。特にジュースに含まれる砂糖の量の多さに子どもたちは驚いていた。

この学習で自分たちのおよつの摂取量を減らしたり砂糖の少ないおやつに替えたりする児童が増えたと思われる。

(4) 高学年の授業実践

① 「めざせかむかむマン」

ふだんからあまり噛むことを意識していない子どもたちにしっかり噛むことで味が出ることを体験させた。そしてよく噛んで食事をするためにはどうしたらよいのかを子どもたちに考えさせた。また、給食中の様子をビデオ撮影し、子どもたちに見せた。自分の食べ方はもちろん友達の食べ方についてもじっくり観察し、課題を発見することができた。授業後、給食を1口30回を目標に噛む努力をする子が増えた。



6年生授業風景



咀嚼力判定ガム



かみかみセンサー
1回の食事の噛んだ回数と時間を計れる。

(5) 保護者との連携

子どもたちの健康管理には家庭との連携 家庭への啓蒙が不可欠である。そこで以下のような取り組みを行った。

- ・日曜参観で1時間、どのクラスも「歯・口の健康づくり」の授業を行った。
- ・学校保健委員会に保護者に出席してもらった。
- ・学校、学年、保健だよりなどで随時歯の健康についての呼びかけやお知らせをした。
- ・授業参観後、指導主事を講師とし「食の問題点」をテーマとして講演会を行った。講演会の後の懇談会でも歯や食の事が話題となった。



講演会

3. 成果と課題

「気付く 学び合う 身に付ける みさきっ子」のテーマの下、1年目は本校の子どもたちの実態・健康課題の把握と歯磨き運動の定着に力を入れた。2年目は子どもたちに自分の健康課題を発見させ、改善への実践を習慣化できるよう取り組んだ。その中で手洗い・うがい・歯みがきの習慣が身に付いてきたように思う。また、給食を良くかんで食べる子も増えてきた。「自分の健康は自分で守ろう」という気持ちが少しずつではあるが、育ってきているように思う。とは言え、生活習慣全般はまだまだ確立されてはいない。朝ごはんを食べて来ない、夜寝るのが遅い、ゲームをする時間が長い、等家庭と連携しなければ解決できにくい問題がある。この2年間の取り組みで保護者の間にも歯・口の健康に関する意識が高まっている。この機を捉え、息の長い取り組みを続けて生きたいと思う。