

自己を見つめ、豊かな心と健やかな体をもった子どもの育成 ～ 望ましい生活習慣の形成を目指して ～

福岡県北九州市立大積小学校

6学級 158名

1 本校の研究活動の目標や重点事項

人の生涯にわたる心身の健康づくりは、乳児期のように自らの健康が概ね保護者等の手にゆだねられ管理されている「他律的な健康づくり」の時期から、成人期以降の自らの思考・判断による意志決定や行動選択による「自立的な健康づくり」へと移行していかなければならない。その大切な転換時期が学齢期である。そこで、本校では、「自立的な健康づくり」のできる子どもの育成を図ることが必要であると考えた。具体的には次のような姿の子どもである。

- 心身の健康についての自他の状況と課題に気付く子ども
- 心身の健康課題の解決方法を考える子ども
- 心身の健康保持・増進のために実行する子ども

2 実践内容及び成果

(1) 第5学年 特別活動・学級活動

題材名「よくかんで、健康な体づくり」



ひみこの歯がいーぜ この暗号が分かるかな？

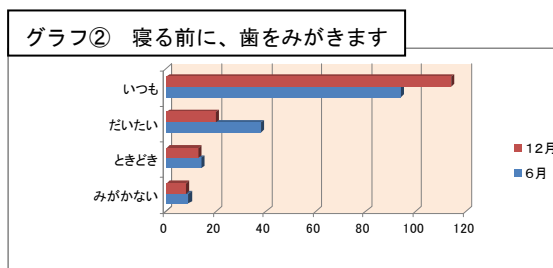
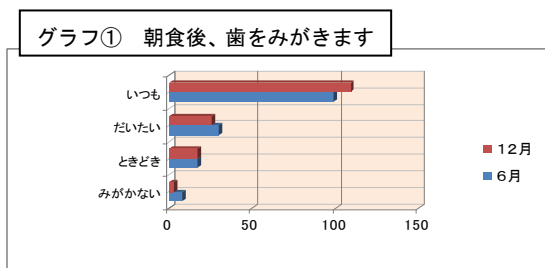
- | | | | |
|-----|------------------|-----|------------|
| [ひ] | 肥満防止 | [歯] | 歯の病気を防ぐ |
| [み] | 味覚の発達 | [か] | ガンの予防 |
| [こ] | 言葉の発音が
はっきりする | [い] | 胃腸の働きがよくなる |
| [の] | 脳の発達 | [ぜ] | 全力で力が出せる |

(2) 日常指導

- ・ 各学級で、給食後、歯磨きを実践した。
- ・ 「歯みがきカレンダー」を配布し、家庭での歯みがきに取り組みさせた。

3 実践の成果

6月と12月に行った生活習慣に関する質問調査の結果を基に、本研究実践による子どもの変容を考察した。



グラフ①と②は、歯みがきの習慣を調査したものである。6月に比べ、定着してきた。給食後にも子どもたちはよく歯みがきをしている。