健康教育　健康に向かう児童の育成

木　﨑　春　菜

Ⅰ　研究主題について

1　主題設定の理由

現代社会は予測が困難な時代を迎えている。情報があふれ、時には情報同士が矛盾していたり、流行によって「正しさ」が移り変わったりする。このような時代において、「何を軸に行動を決めるか」は、自分の健康を守り育てていくために重要である。

私は、自分が信じられる軸を探し続け、自分の健康を守り育てていこうとすることが大切だと考えている。本研究では、このような状態を「健康に向かう」とし、健康に向かう児童の育成を目指している。

ＷＨＯは、健康について、「病気か病気でないかではなく、身体的、精神的、社会的に満たされた状態であること」と定義している。つまり、健康は生活の質や生きがいを含んだ、自己実現に繋がるものである。このような広義の健康を守り育てていくに当たっては、主観的な幸福感が重視されやすい。その場合、自己の欲求のみを軸に行動を決めることになり、健康に向かっているとは言い難い。したがって、自己の欲求以外の要素でも総合的に考える必要がある。

人が健康に向かうためには、自己の欲求、科学的根拠、社会的視点の三つの要素について総合的に考えることが大切だと考えている。自己の欲求とは、感情や好み、快・不快の感覚などと密接に関わるものである。科学的根拠とは、現時点で最も妥当と考えられる健康に関する知見や情報のことである。社会的視点とは、自分の行動が他者や社会にどのような影響を与えるかという視点のことである。

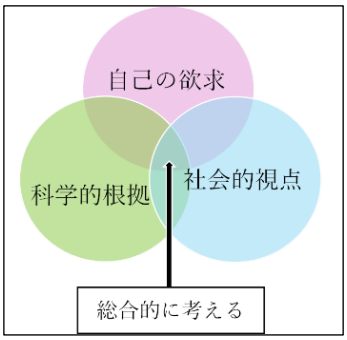


図１　健康行動を決める三つの要素

健康行動を決める三つの要素の重みづけや理解の深さには個人差があると考える。ある人にとっては「自己の欲求」が強く意識され、別の人にとっては「社会的視点」が強く意識されるかもしれない。また、それぞれの要素についてどの程度理解を深めているかによっても、行動は変わってくる。このような違いは、その人らしい健康を実現する個性である。しかし、どの要素も欠かさずに総合的に考えることが、生活の質や生きがいを含む広義の健康を実現するために重要である。

保健教育の授業では、健康行動を決める三つの要素を基に自分の考えをもてるようにしていく。その際、自分の考えを、他者の意見に触れて広げたり問い直したりすることができるようにしていく。健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることを通して、広義の健康のよさについて実感を伴って理解することができるようにしていく。

健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることで、児童は健康に対する多様な見方をしながら、自分が信じられる軸を探し続けていく。このような児童の姿は、学校研究において目指す児童像である「学び続ける子」であるといえる。したがって、本研究は学校研究主題である「漸進する学び」と深く関わっているといえる。

以上の理由から、「健康に向かう児童の育成」を研究主題として、実践研究に取り組んでいく。

２　教科の研究主題との関わり

健康教育では､｢自らの考えや力で健康をつくることができる子の育成｣という研究主題を掲げている。教科の研究主題に迫るためには､｢健康は自分でつくるものだという認知や健康をつくりたいという希望や期待、つくることができそうだという自信」をもつことが重要である。本研究では、授業において健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることで、ひいては日常生活で直面する健康課題に対しても多様な見方をしながら、自分が信じられる軸を探し続けていく姿になることを目指している。これは、「健康は自分でつくるものだという認知や健康をつくりたいという希望や期待、つくることができそうだという自信」をもつことができている状態といえる。

以上の点において、本研究は教科の研究主題と関わっている。

３　主題にせまるための方策

研究主題にせまるために、次のような研究の視点と手立てを講じ、実践を行う。実践を通して「視点」として示した仮説の検証を試みる。

視点

健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることで、健康に向かう児童を育むことができる。

＜手立て＞

(1) 健康行動を決める三つの要素同士の対立が生まれる教材を提示することで、健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることができるようにする。

(2) 初めの考えと理由、健康行動を決める三つの要素の検討、検討した後の考えと理由を記入することができる学習カードの工夫をすることで、健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることができるようにする。

(3) 班で意見を交流する授業場面を設定することで、健康行動を決める三つの要素を総合的に考えることができるようにする。

【検証方法】

※　手立てが有効に働いていたかの検証ではなく、具体的な児童の姿のデータを収集し、そのデータについて検証をしたり、協議したりする方法を用いる。

○　健康に向かっていると思われる具体的な姿を収集する。具体的な姿の例については、事前に資料で提示する。