

健康問題を主体的に発見できる生徒の育成 ～ヘルスプロモーションの理念を生かして～

高柳 佐土美 (千葉大学教育学部附属中学校)

【背景】

教科保健では知識の定着を図ろうとしているが、なかなか生徒の保健行動変容につなげることは難しい。そこで保健指導を、教科保健と連動させて行うことで、実践化を行おうとした。また生徒が、自分で行動できるような目標を立て、生活を振り返らせることが重要と考え、保健指導(学級活動)の授業の中で、生徒に「生活改善報告書」を書かせた。さらに保健行動は、保護者から大きな影響を受けるため、「生活改善報告書」を示して、保護者から、生徒にフィードバックさせた。本研究は、自己の健康問題を主体的に発見できる生徒を育成することを目指したこれらの一連の実践を評価することを目的とする。

【方法】

C中学校3年生1クラス 43名を対象とし、以下のような実践を行った。なお、評価は、①の保健指導の前後に行った質問紙調査、並びに②の指導によって生徒が作成した生活改善報告書の記述により行った。実践と評価法は以下のとおりである。

- ①保健指導(朝の会で10分間を11回実施)
(平成22年9月14日～10月22日)
- ②保健指導(学級指導)50分(平成22年10月22日)

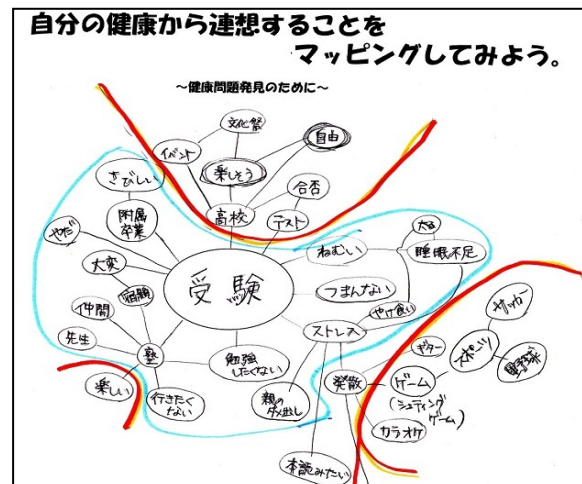
【結果】

①事後調査結果:保健指導で用いた健康ドリルの内容に気を付けていることが明らかになった。表1 健康に気を付けていることがありますか。(事後調査:平成22年10月23日) n=43人

気を付けていることがある	気を付けていることがない
38人(88.1%)	5人(11.9%)

②50分の保健指導(学級指導)で、受験を中心に健康に関して連想することを班でマッピング

した。自分の生活を振り返るとともに、クラスの仲間の生活も知り、生活改善報告書をつくることができた。保護者のフィードバックは、食事の内容や睡眠の確保に対し、行動変容に影響を与えた。図1 受験をキーワードに班でマッピングした結果(1班6人のグループで作成)



【考察】

事後調査で、約9割の生徒が健康ドリルの内容を理解し、実践しているということから、受験校で指導時間の確保ができなくても、朝の短学活で回数を重ねることは有効であると考えられる。またマッピングを仲間と共にして、つらいことを青、楽しみを赤で分けしたことや生活改善報告書の保護者からの励ましのコメントから、人的環境が行動変容に大きくかかわると考えられる。

【結論】

保健指導と教科保健を連動することによってより効果が上がると考え、健康教育カリキュラムを作成し、今後は、それに基づいて授業実践を行い、カリキュラムの精錬をしていきたい。

- 学校内でのヘルスプロモーション活動の工夫
- 学校外から見た学校保健の課題
- 学校教育の中での健康教育

E-maitakayanagi@faculty.chiba-u.jp

本読みたい

旅行