1	名古屋	徳重小学校	アラキ　ユキホ 名前　　荒木　愉希穂

分科会番号	１１	分科会名	保健体育（保健）

研究題目　　**自ら考え、予防行動をとることができる児童の育成**
～熱中症やけがの予防を通して～

１　研究のねらい

私は、児童が生涯にわたり健康な生活を送るために、自分の命を自分で守る予防行動をとることができるようになってほしいと願っている。

本校では、児童保健委員会による熱中症の取組を３年間行ってきた。しかし、昨年度、熱中症の疑いで来室した児童は延べ 25 人で、同様の症状で５回来室した児童もいる。熱中症予防の取組を続けてきたにもかかわらず、熱中症の予防行動をとることができていない児童が多いと感じる。また、年間のけがの件数は約 1,200 件もあり、そのうち２学期に病院を受診したけがは約 40 件で、半数が予防できるけがであった。これは、児童保健委員会での取組やけがの予防の指導を「自分事」として捉えることができていないことが原因ではないかと考えた。そこで、①生活の中の身近な題材を利用し、課題に「気付き」、②知識に対して、「なぜ」を「考え」、根拠をもたせ、③根拠のある知識を基に、自分の課題を解決するための「行動につなぐ」という三つのポイントを押さえることで、自ら考え、予防行動をとることができる児童を育てることができると考えた。

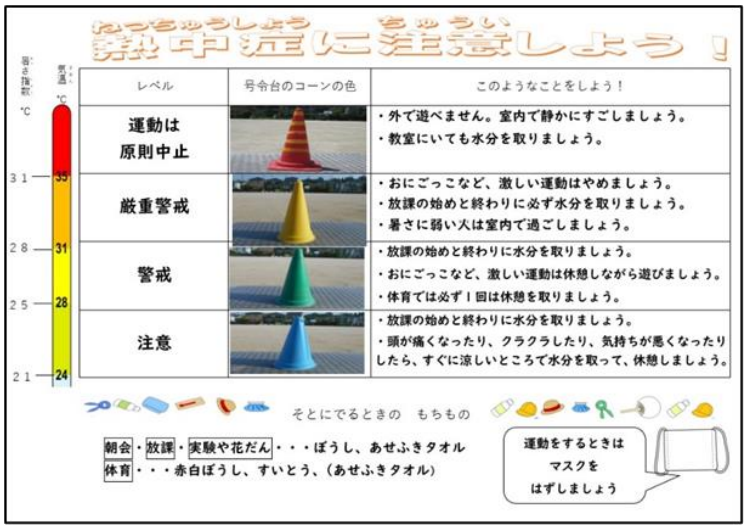
私は、熱中症での来室が多く、小学校体育科保健領域「けがの防止」単元を扱うことができる５年生を対象として本研究に取り組むことにした。

２　研究の方法

(1) 研究の対象　　５年生児童　　90 人

(2) 児童の実態

児童自ら熱中症を予防できるように３年前から前期児童保健委員会で熱中症予防の取組を続けてきた【資料１】。しかし、何度もマスクを付けて来室したり、喉が渇いてから水分補給をしたり、無理をして運動を続けたりする児童が見られた。また、熱中症の疑いで来室した児童の中で自ら熱中症の疑いがあると気付いた児童はいなかった。

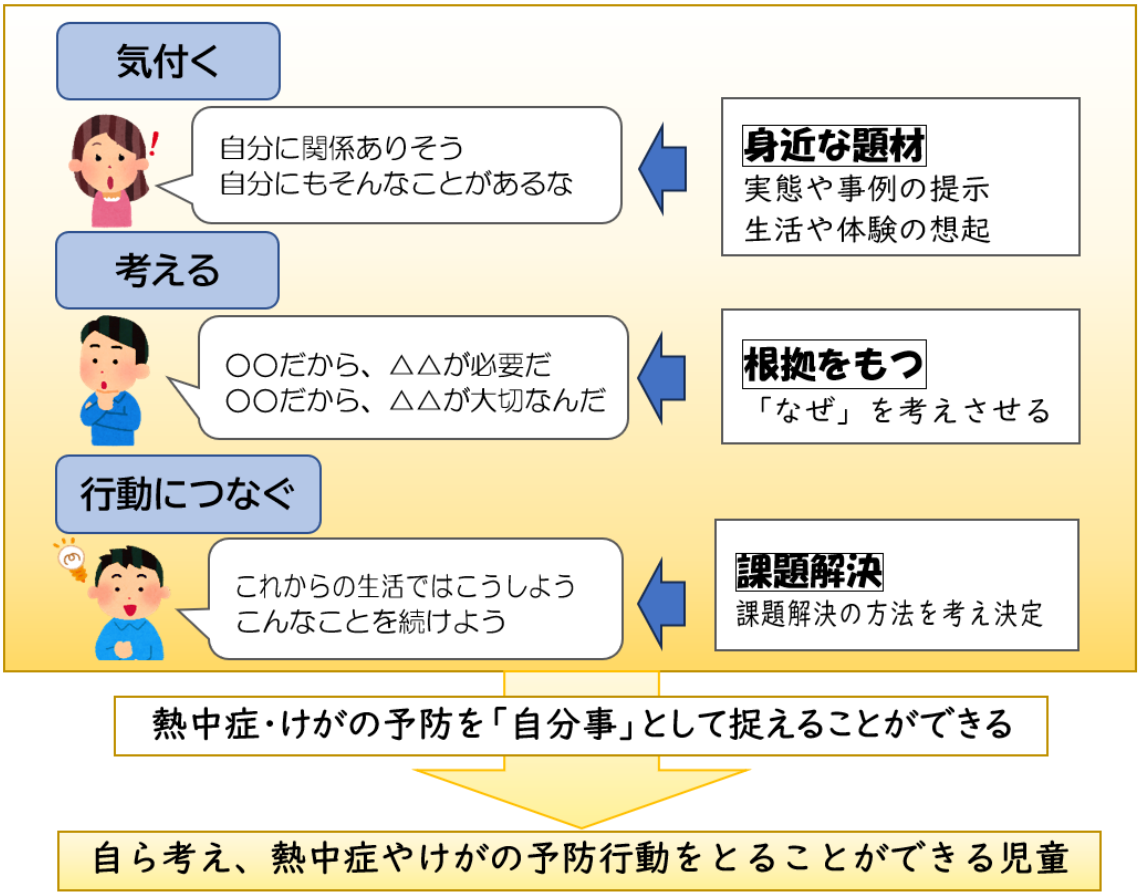


【資料1】熱中症予防運動指針をわかりやすくしたポスター

けがについては、友達とじゃれ合って窓枠に頭をぶつけたり、教室で追いかけっこをしていて転倒したりと、教師が何度も指導していることを守れずにけがをする児童が多くいた。

そこで、児童保健委員会の活動と体育科保健領域「けがの防止」において、生活の様子や体験を想起することで「気付き」、なぜ予防行動が必要なのかを「考える」ことを通して、自分の課題解決のために「行動につなぐ」ことができる児童の育成を目指すことにした。

(3) 研究の流れ



3　研究内容

実践１　児童保健委員会の活動１　～熱中症についての学習会と啓発活動～

(1) ねらい

保健委員が熱中症のメカニズムや症状を理解し、学んだことをもとに全校児童に熱中症予防を啓発できるようにする。

(2) 実践内容

①気付く

熱中症を「自分事」として捉えられるように、NHK for School の動画で熱中症のメカニズムや症状について学習した。自らの生活を振り返り、夏に起こる体調不良が熱中症の症状だったことに気付くことができた。

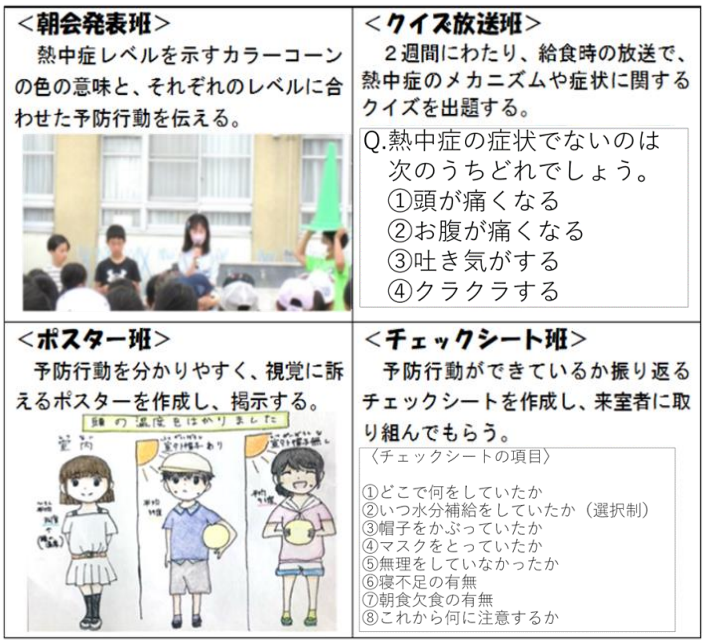
②考える

熱中症のメカニズムについての動画をもとに、熱中症予防に必要なことを考えた。熱中症は、高温・多湿の環境で汗をかくことによって、水分や塩分のバランスが崩れ、

体温調節がうまくいかなくなって起こることを知ると、「だから水分補給が大切なんだ」「マスクはまさに高温多湿の環境だから外した方がいいね」などと、予防行動の根拠について考える姿が見られた。

③行動につなぐ

学習会後、保健委員がそれぞれ得意なことを生かして、朝会発表班、クイズ放送班、ポスター班、チェックシート班に分かれて、熱中症予防において大切だと思ったことを全校児童に伝え、予防行動につなぐための活動をした【資料２】。



【資料2】班別の活動の様子

(3) 結果と考察

１学期、熱中症の疑いで来室した５年生は18人で、そのうち熱中症予防の取組を開始した後に来室した児童は３人だった。児童は活動を振り返り、「僕は熱中症になりやすいので、黄色コーン（厳重警戒）になったら外に遊びに行くのを控えている」「クイズの時間は、みんな真剣に考えていたよ」と答えていた。

昨年度５回来室していたＡ児の来室は、今年度１回に減り、「熱中症予防のため水分を取るようになった。休み時間ごとに水分を取って１リットルの水筒が帰りにはほとんど空になっている」と振り返った。保健委員の児童が熱中症のメカニズムや症状を理解したため、予防行動に根拠をもって熱中症予防を啓発することができた。その結果、児童が早い段階で熱中症に気付き、重症化しないための予防行動をとるようになったと考える。

実践２　児童保健委員会の活動２　～帽子を被ろうキャンペーン～

(1) ねらい

帽子を被ることを通して、全校児童が熱中症を予防できるようにする。

(2) 実践内容

①気付く

保健委員は活動１を振り返って、「登下校や朝会は帽子を被っているのに、休み時間に外で遊ぶときに帽子を被っている子は少ない」「野外学習では帽子を被っていたのに、運動場に出るときは帽子を被っていない」ことに気付くことができた。

②考える

「なぜ」帽子が必要なのか根拠をもたせるために、帽子の効果を調べる実験を行った。非接触式体温計を持った保健委員が、休み時間に室内にいる児童、外で遊んでいる児童のうち帽子を被っている児童と、被っていない児童の頭の表面温度を測る実験を行った。結果は、室内にいる児童の頭の温度は平均36度、外で帽子ありの児童は平均39度、帽子なしは平均41度であった。保健委員は「実際に測ってみたら、こんなに

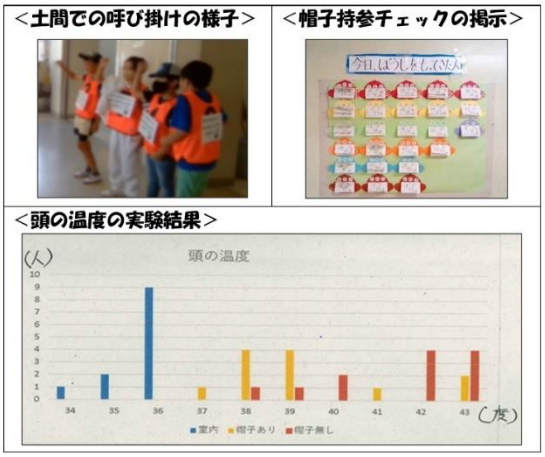
違うんだ！」と驚き、熱中症を予防するためには、帽子が必要だと根拠をもって考えることができた。

③行動につなぐ

以下の方法で全校児童が帽子を被って熱中症を予防できるようにした【資料３】。

ア　土間での呼び掛け

ビブスに、児童が考えたキャンペーンの合言葉「ぼうしをかぶって熱中症をふせごう！」と書いた画用紙を貼り、休み時間に各土間に分かれて呼び掛けた。



【資料3】帽子を被ろうキャンペーンの取組

イ　帽子持参チェック

健康観察表に帽子を持ってきた人数を書く欄を設け、毎朝チェックした。帽子を持ってきた人数は、学級ごとに書き出し、保健室前に掲示した。

(3) 結果と考察

土間での呼び掛けを４週間行い、帽子を持たずに外に出ようとしている児童が、土間で保健委員を発見すると、早く外に出たい気持ちと葛藤した末、帽子を教室に取りに戻る姿が見られた。帽子持参チェックでは、初めは、1 年生の学級だけが全員帽子を持ってきていたが、最終週には高学年にもみられるようになった。外で遊んでいる児童を見ても、１週目は帽子の着用率は６割ほどだったが、最終週には９割以上に増加した。保健委員が、自らの経験や熱中症の実験から、帽子を被っていない児童が多いという課題に気付き、帽子を被ることは大切だと考え、全校に向けた啓発につながった。児童の目線で「どのように伝えたらよいか」を工夫したことで、保健委員の思いが全校に伝わり、熱中症を「自分事」として捉え、予防行動につながったと考える。

実践３　小学校体育科保健領域「けがの防止」１　～事故やけがの原因～

(1) ねらい

けがや事故は、人の行動と環境が関わり合って起こることを理解し、身の回りに潜む危険を予測することができるようにする。

(2) 実践内容

①気付く

１学期にけがの多かった場所をクイズで考えたり、運動場、階段、教室での休み時間の様子を動画で見たりすることで､身の回りには様々な危険があることに気付いた。

②考える

「授業に遅れそうで、走って階段を上っていて、曲がり角で他の子とぶつかった」という実際にあった事例から、なぜけがが起こったのかを考えた。「前をちゃんと見ていなかった」「曲がり角で相手が見えなかった」と予測した意見を二つのグループに分け、「一つは人のすること、もう一つは周りが関係すること」と導き出し、けがは人の行動と環境が関わり合って起こることを考えることができた。

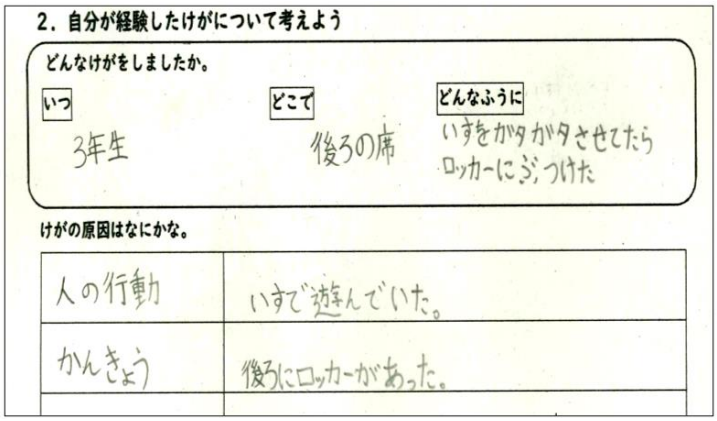
③行動につなぐ

過去に経験したけがを想起し、その原因を人の行動と環境の要因に整理してワーク

シートにまとめた。さらに、けがの原因からどのような行動をとればよかったかを具体的に考え、今後の予防行動につなげようとする姿が見られた。

(3) 結果と考察

教室でのけがが運動場のけがよりも多いことに疑問をもっていた児童が、実際の休み時間の様子を撮影した動画を見ることで、「カーテンの中に入っている！出てくるときに誰かとぶつかるかもしれない」「机の横に掛かっている手さげに引っ掛かりそう」と、教室には様々な危険があることに気付くことができた。また、過去に頭部切傷で学校から病院を受診した児童は、「３年生の頃、一番後ろの席で椅子をガタガタさせていたら、ロッカーに頭をぶつけて頭を切った」と一番心に残ったけがを思い出し、けがの要因は「椅子で遊んでいたこと」「後ろにロッカーがあったこと」だと気付いた。さらに、「今後は、危険な行動をしないようにしたり、身の回りをよく見て行動したりする」と、けがを予防する行動につなぐことができた【資料４】。


2．自分が経験したけがについて考えよう

どんなけがをしましたか。

いつ：3年生　どこで：後ろの席　どんなふうに：いすをガタガタさせてたらロッカーにぶつけた

けがの原因はなにかな。

人の行動	いすで遊んでいた。
かんきょう	後ろにロッカーがあった。

【資料4】ワークシートの記述

実際の休み時間の様子の動画を見ることや、自分の身に起こった事例で考えることで、学習と生活がつながり「自分事」として捉えることができ、今後の予防行動につながったと考える。

実践４　小学校体育科保健領域「けがの防止」２　～学校や地域でのけがの防止～

(1) ねらい

人の行動と環境の二つの側面から、身の回りに潜む危険を予測し、けがを防ぐ方法を考えることができるようにする。

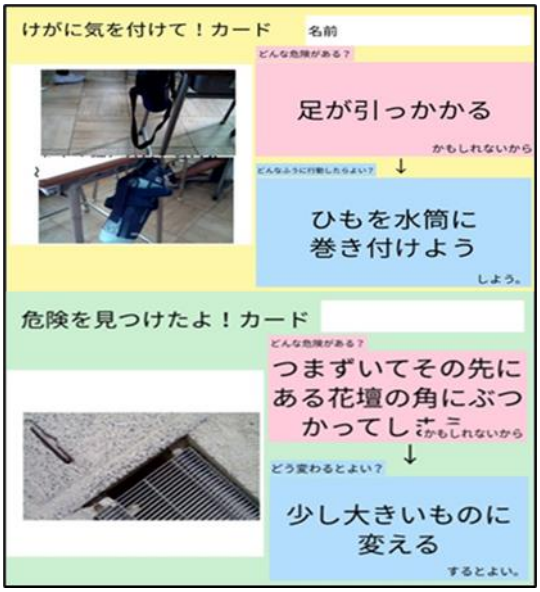
(2) 実践内容

①気付く

グループに分かれて校内を回り、タブレットのカメラ機能を利用し、危険だと思う場所を撮影し、運動場、教室、廊下・階段に潜んでいる危険に気付くことができた。

②考える

協働学習支援ソフト（以下、ロイロノート）で作成した、人の行動に注目する「けがに気を付けて！カード」と環境の要因に注目する「危険を見つけたよ！カード」を活用し、けがの防止策を考えた。「溝につまずくと危ないから、ふたを大きいものに変えてもらうといいね」と、運動場で再現しながら撮影するグループや、「ひもを水筒に巻き付けると引っ掛からないよ」と、普段気を付けている方法をみんなに知らせようと写真に収める児童がいた【資料５】。



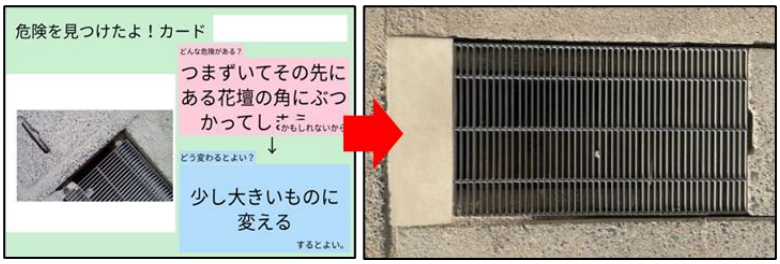
【資料5】ロイロノートのカード

③行動につなぐ

運動場、教室、廊下・階段で危険を見つけた児童がそれぞれ一人ずつ入るように３人グループをつくり、自分たちが見付けた危険と防止策を共有した。考えを共有したり、違う視点から意見を伝えたりして、自分の課題を解決する方法を考えた。

(3) 結果と考察

対話の後、ロイロノートの振り返りカードで自分の生活を振り返った。普段廊下を走ってしまう児童は、「チャイムが鳴ると、運動場から走って教室に戻っている。学校には危険な場面がたくさんあることが分かったから、チャイムの少し前に教室に戻る」と、多様な意見から自分の課題を解決する行動を選ぶことができた。側溝の隙間を発見した児童の意見は、業務士に伝えたところ、隙間を埋める改善につながった【資料６】。実際に校内を歩き回り危険箇所を見付けることや、違うグループとの対話を通じて、普段生活している場所の様々な危険に気付き、課題解決のための予防行動を選択することができたと考える。

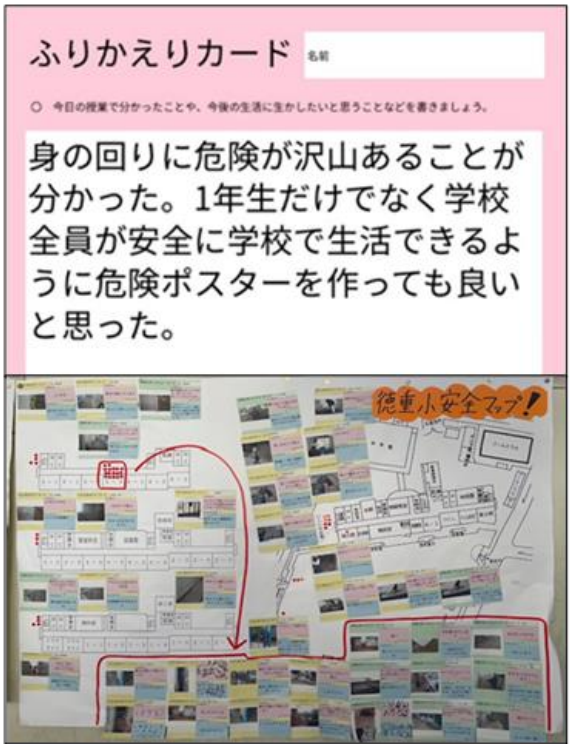


【資料6】側溝の「危険を見つけたよ！カード」と実際の改善の様子

4　研究のまとめ

生活の中の身近な題材を利用し、課題に「気付き」、知識に対して「なぜ」を「考え」、根拠をもたせることで、学習内容が「自分事」となり、自分の課題を解決するための「行動につなぐ」ことができると考え、実践を行ってきた。

熱中症で３回来室していた児童は、「そんなに簡単に熱中症になるなんて知らなかった。保健委員会の動画で症状が分かり、私は熱中症になりやすいのだと気付いた。今は必ず、マスクを外したり、帽子を被ったりしている」と振り返った。また、「けがの防止」第２時の振り返りカードには「学校全員が安全に学校で生活できるように危険ポスターを作っても良いと思った」と書かれており、児童の発案で安全マップを作成した【資料７】。



【資料7】振り返りカードの記述と安全マップ

生活の様子や体験を想起することで「熱中症やけが予防は自分たちに関係がありそうだ」と気付き、「なぜ」必要なのかを考えることで根拠をもち、全校児童が安全に生活するために熱中症予防について啓発したり、校内に潜んでいる危険と防止策を伝えたりする活動につながった。熱中症やけが予防の学習が「自分事」になった結果、自ら考え予防行動をとることができるようになったと感じた。今後も、子どもが生涯にわたって自ら命を守ることができるように実践を続けたい。