

# 令和6年度 麻生区地区研究報告

## 1. 研究主題

「自ら健康に関心をもてる子どもの育成」  
～姿勢に関する指導を通して、自分のからだに心に意識を向ける～

## 2. 主題設定の理由とねらい

麻生区養護研究会（以下麻生区）では、子どもたちの健康課題を話し合い、様々な実態が挙げられた。中でも「姿勢の保持が難しい」「眼と机・PCとの距離が近い」「体力低下と姿勢保持の関係」「姿勢と歯や口腔環境との関係」など、子どもの姿勢が気になるという声が多かった。子どもたちの姿勢に対する意識の低下や、GIGA端末を使用する機会が多くなったことなどから、正しい姿勢を身に付けることの必要性を感じ、姿勢を改善することで心身の様々な健康課題の解決にもつながると考え、姿勢に関する指導に焦点をあてて研究を進めるためこの主題を設定した。

## 3. 研究経過

麻生区では、研究報告会に向けて「学級活動からのアプローチ」「GIGA 端末を使う際のアプローチ」「日常の取り組みからのアプローチ」の3つのグループから全体への共有を繰り返し、研究を進めまとめた。

### ① 学級活動からのアプローチ

学級担任と協力し、子どもが自らの目標をもち、継続的によい姿勢を保とうとする意識がもてるよう、姿勢がからだに及ぼす影響について触れながら指導した。

### ② GIGA 端末を使う際のアプローチ

学習に欠かせなくなったGIGA端末を使用するときの、子どもたちの姿勢に着目し、正しい姿勢ポスター、スライド、ストレッチ動画などを作成し活用した。

### ③ 日常の取組からのアプローチ

養護教諭の専門性をいかし、教材を保健室内外に掲示したり、児童保健委員会活動で姿勢について企画・発信したり、身体測定前に姿勢指導を行うなどの日常の様々な場面で継続的に指導した。

## 4. 研究成果

麻生区では、各校で子どもたちの興味・関心を高める工夫をした実践や、他のグループの内容を取り入れた実践などに取り組んだ。その結果、子どもたちは掲示物に関心を示したり、姿勢を正すように声を掛け合ったり、指導後に「自分の姿勢を知ることができてよかった」「これからも続けたい」などの感想があり意識が高まったと感じられた。指導のタイミングについては、今回GIGA 端末を使い始めて3年目を迎える子どもたちに指導したことで、子どもたちがGIGA 端末使用時の姿勢を振り返る機会を作ることができた。

## 5. 今後の課題

課題としては「継続・定着の難しさ」「姿勢と心とのつながりを指導することの難しさ」が挙げられる。姿勢に限らず他の健康課題にも共通していることで、指導直後は子どもたちの姿勢への意識は高い状態だが、時間の経過とともに薄れていくといった現状がある。6年間を見通した中で、複数回時間を確保し指導を継続していくことが必要である。そのためには養護教諭だけではなく、他の教員と連携して指導計画を作成し指導場面を設定することや、子どもたちの興味・関心を高めるための教材研究や、保護者の協力を得るためのさらなる工夫をすることが大切である。姿勢と心とのつながりについては、目に見えないものに対してなかなか実感が伴わず、実践の中で子どもたちにイメージさせることの難しさを改めて感じた。

今回の研究では「姿勢に関する指導を通して、自分のからだに心に意識を向ける」を副主題とした。「よい姿勢を教える」のではなく、「よい姿勢を通してからだに心の健康を意識することの大切さを考えさせる」ことが重要であり、それが子どもたちの様々な健康課題の解決につながることを期待したい。

これからも養護教諭の専門性をいかし、目の前にいる子どもたちの健康課題の解決に少しでもつながる取組を継続していきたい。