

保健体育科 第3学年 「けんこうにすごそう」

授業者 太田市立南小学校 二渡 正行

1, 本時のねらい

社会の急激な変化に伴い、子どもたちを取り巻く生活環境も大きく変化している。帰宅後、テレビやコンピュータゲームをして時間を過ごしたり、習い事に通ったりする子どもが多く、戸外で運動したり遊んだりする機会が少なくなっている。また、就寝時刻が遅くなり、睡眠不足や食欲不振になる子どもたちも少なからずいる。このように生活リズムの乱れが習慣化し、子どもたちにとって毎日を健康的に過ごすことが難しくなっている。

そこでこの現状をふまえ、本時のねらいを『食事、運動、休養、睡眠の調和のとれた、健康によい生活の仕方を理解し、自分自身の生活の仕方を見つめ直し、実践する意欲を持つ。』と設定した。

2, 視聴覚機器の位置づけ

授業では、自作のビデオ映像やコンピュータソフトの画像がビデオプロジェクタを利用して大きく投影された。

まずビデオにおいては既製教材を利用せず、子どもたちにとって近い存在の教師自身がキャラクターとして登場する自作教材を作成し、子どもたちの興味関心をさらに高めていた。また、子どもたちの発達段階を考え、ビデオの利点である“必要に応じては巻き戻して内容を確認できること”を有効に取り入れていた。

コンピュータの活用では、『乱れた生活』と比較しながら『望ましい生活』の仕方を視覚的に捉えさせるために、Excelで生活記録表が提示された。セルを利用して作成された生活記録表は瞬時に彩色でき、やり直しも容易である。コンピュータの最も得意とする機能をフルに活用し、子どもたちの思考や理解を十分に援助することができた。

今回の授業では、視聴覚機器の特性と自作教材がうまく融合し、ビデオとコンピュータが自然な形で授業の中に組み込まれていた。

視聴覚機器を道具としてどう位置づければよいかを端的に示した優れた授業実践といえる。

3, 授業の概要

まず、第1時で学習した『健康な生活を送るための要素はともに関連していて、それらの調和のとれた生活をするのが大切である』ことを確認した。そして、健康な生活の仕方をビデオ映像やコンピュータソフトの画像から学び、実践していく意欲を持つことで、自分自身を大切にすることを育てた。

(1)前時で学習した『食事・運動・休養・睡眠』について、しっかり想起させた。次に子どもたちは『健康によくない生活』のビデオを視聴した。ビデオ映像には子どもたちが気づきやすい生活の問題点が盛り込まれていた。主人公の生活で良くないところに気づき、具体的に指摘していた。その際、問題となる場面をもう一度再生して確認を行っていた。



(2)次に、生活の仕方と健康との関連について考えを深めさせた。健康の要素が調和した生活をするのが大切であることに気づけるよう、話し合いを進めていった。ここで、Excelで作成した生活記録表を提示し、子どもたちの意見をもとにより良い生活モデルを作成した。モデルをどう直せばよいかを視覚的に捉えやすく、子どもたちから積極的に意見が出された。最後に、自分の生活に対して振り返る時間を設け、反省点や改善点を考えさせた。



