

平成 31 年度	1 年長期研修	校種・教科・領域	小学校 健康教育
所属学校	宜野湾市立大山小学校	氏名	津波 めぐみ
テーマ	生涯にわたる健康づくりに向けた取組の工夫		
サブテーマ	足育(あしいく)指導を取り入れた保健教育の実施を通して		
概 要	児童生徒の健康問題として、運動の二極化が著しく、健全な運動器の発育・発達とスポーツ障害の予防が求められている。このことから、足元から健康を考え、運動の重要性を学ぶ教育である足育指導を取り入れたいと考えた。本研究では、系統的な足育指導計画を作成し、体育専科教員や体チーム部会(学校保健安全の校内組織)で内容を検討し、学級担任を中心とした授業実践を行った。さらに家庭・地域と連携し、足育指導の基盤づくりとして、姿勢・足育体操を作成し、教育活動全体で取り組んだ。 これらの取組を通して、児童の運動器や足への関心・意欲を高め、運動器検診の充実につながり、生涯にわたる健康づくりに向けた取組につなげることができた。		
キーワード	保健教育 足育 運動器検診 健康と運動の関連性 体育と保健 健康づくり		

イメージ図



成 果

- (1) 宜野湾市と連携し、全体指導として「姿勢・足育体操」に取り組むことができ、児童や教職員が、運動器や足に関心を持ち、健康と運動の関連性の意識を高めることにつながった。
- (2) 体育専科教員や体チーム部会と連携を図り、全学年における足育指導を実施することで、児童が健康課題を自分事として捉え、行動変容への意欲を高めることにつながった。
- (3) 養護教諭が連携の窓口としてコーディネーター的役割を果たしたことで、学校・家庭・地域で児童の健康を支援する環境づくりの取組につながった。