

〈講座番号C〉からだを知る！素敵な保健の授業

からだのふしぎとすばらしさを

知る～考える保健の授業

鎌田克信（東北福祉大学・宮城支部）



子どもたちと「からだの学習」を
○体のしくみは、全部、体が考えたこと
なんだな～。体ってすごい！
○人間は、ふしぎなことがいっぱいある
なあと思いました。
○いろいろなことが分かるけれど、逆から
言えば、その数だけ疑問が出てくる。
これらは、「からだの学習」に取り組ん
だ子どもたちの感想です。子どもたちは、
からだについて学ぶことが大好きです。
そして、たくさんの疑問をもっています。
さらに、学んだ後には、からだのすばら
しさと尊さに気づきます。学ぶ主体にな
ったとき、子どもたちは、からだ観、健
康観をより深いものにしていくのです。

「保健教育」と「からだの学習」

私は、「保健教育」ということばに「健
康処方」とか「健康習慣の形成」といっ
た、健康行動を促すためのしつけない指
導に陥りがちなニュアンスを感じていま
す。特に、小学校段階での保健教育では、
伝統的な保健教育観（生活習慣形成意識）
が根強い傾向が見られます。子どもたち
は、「学ぶ主体」というよりも、「しつけ
られる対象」になりがちです。

このような状況の中、私たちは、から
だの科学を踏まえ、なぜ生活習慣が身体
にとって大事なのかを学ばせ、気づかせ、
「なるほど」と納得の伴った意識に導か
ない限り、主体的で生涯に生きる知恵に
はならないと考え、「からだの学習」とし
て実践を積み重ねてきました。

「からだの学習」は、70年代頃から、
養護教諭らを中心に一定の広がりが見ら
れました。当時は、「生活の崩れ」だけで
なく、「子どものからだのおかしさ」も指
摘され、「子どもの成人病」「手指機能の
未発達」「土踏まず未形成」「背筋がおか
しい（脊柱側弯）」「背筋力の低下」「朝礼
で倒れる（脳貧血）」「低体温」等々に対
し、危機感も広がっていました。こうし
た動向も踏まえて、私たちは、保健教育
というよりも、「からだの学習」という言
い方で実践に取り組んできたのです。

しかし、生活の崩れによる心身の不健
康現象は、メディアや通信機器（携帯・
SMS等）の普及により一層広がり、ま
た家庭の問題や人間関係の複雑化による
心理的ストレスは様々な心身症的傾向を
もたらしています。また、近年、青少年
に生じているいじめ等による自殺や自死

願望者の増加、殺傷事件の多発など、命の問題にまで突き刺さる課題に膨らんでいます。こうした状況が進行しているにもかかわらず、近年の学力重視と、それに呼応する形で広がりを見せている学習と生活規律の標準化（スタンダード化）の動向により、子どもたちの健康に関わる生活行動の指導に、再びしつづけて習慣形成に主眼を置いた指導が広がりを見せています。命の問題も徳育指導的色彩が強く、実体のある生命観・からだ観を深める学びとは遠い状況になっています。

指導要領改訂で注目されるようになった「アクティブラーニング」は、「主体的、対話的で深い学び」と解釈されているように、子どもたちが「能動的に学びに向かう」学習を求めています。しかし、学ぶ内容や質を問うことなく「話し合う」ことに、どんな意味があるのでしょうか。同時に、だれのための、何のための健康、からだなのかを問うことも必要です。

からだや生活との対話をこそ

保健の学習では、子どもたち自身が、自分たちの生活や健康の課題を見出し、自分たちの経験や知識と照らし合わせながら納得の世界を追求し、からだ観、健康観等を深めることが大切です。そのために、以下の点が重要になってきます。

○子どもたちの生活経験とそれまで持ち合わせていた知識を結び付けるような発問や、その間にある矛盾に目をむけさせるような発問をすることで、それ

が子ども自身の問いとなり、からだの仕組みや働きを解き明かそうとする意識につなげていく。（生活からからだを見る・考える）

○自分の生活経験やからだの感覚と結び付けながら考えることに重点を置くことで、自身の生活や体験と結び付けた実感的な思考へと深まり、そこからからだの科学と出会わせることで、実感と納得の伴った理解へと深めていく。（からだの科学と出会う）

○学び取ったことをもとに、再度、からだの状態を把握したり、健康を保持増進したりするという意識で生活や自分のからだに目を向けさせることで、からだやその仕組みのすばらしさを感じ取ったり、周りの人々の健康を願う気持ちを抱いたりすることができるようになる。（生活とからだを見つめ直す）

この講座では、授業実践をもとにして「からだの学習」の実際を紹介します。また、からだの科学との出会いには教具を工夫することも大切です。教具の実際と、簡単な教具づくりにも取り組みます。

〔引用・参考文献〕

- 1) 数見隆生『『からだの学習』視点からの保健指導を進展させよう 自分のからだ・生活と対話し、納得に結ぶ保健の指導を』保健室 2018年 本の泉社
- 2) 高山みつる 数見隆生「保健室発『からだの学習』～観を育む小中の健康教育～」2009年 東山書房