

令和6・7年度 熊本県教育委員会指定「健康教育研究推進校」
熊本県学校保健会・熊本県PTA教育振興財団 委嘱

研究主題

自らの夢を叶えるために、心身ともに健やかで
自律的な行動ができる児童の育成

合志市立合志楓の森小学校

令和7年12月4日(木)

【日程】

12:30	13:00	13:45	13:55	14:20	14:35	15:15	16:25	16:40
受付	公開授業	移動	授業研究会	移動休憩	全体会	講演会	閉会	

HTTPS://FORMS.CLOUD.MI
CROSOFT/R/VSPRMSQZZC



<参考資料>
合志楓の森小HPより
ダウンロードして
御活用ください。



<事後アンケート>
12月11日(金)メ切り



はかせ



カエデーモン



メープリン



モリリン



学校教育目標

夢を持ち 自ら考え よりよく行動できる児童の育成



研究主題

自らの夢を叶えるために、心身ともに健やかで
自律的な行動ができる児童の育成

心の健康

体の健康

自律

（仮説１）

学校全体で支持的風土を醸成するとともに、健康に必要な正しい知識を身に付けさせることで必要感をもたせ、よりよい健康習慣を確立すれば心身ともに健やかになるであろう。

【視点１】健やかな心身の育成

- （１）支持的風土の醸成
- （２）学びの連続性を意識した授業実践等
- （３）基本的生活習慣確立のための取組

（仮説２）

自分自身の状態を認知し、PDCA サイクルをくり返し行うことで、自律的な行動ができる児童を育成することができるであろう。

【視点２】自律的に行動できる児童の育成

- （１）児童が主体的に企画・運営を行う活動
- （２）PDCA サイクルの取組

授業づくり部会

特別活動部会

環境づくり部会

人権教育部会

特別支援教育部会

- ・単元配列表
- ・健康パスポート

- ・YTK タイム
- ・各委員会活動

- ・目覚めチェック
- ・Let's 楓元気
もりもり☆カード

- ・たてわり人権
集会

- ・「あたりまえ習慣」
- ・支援学級3つの力

視点Ⅰ-（Ⅰ） 支持的風土の醸成

教育活動全体を通しての取組

YTKタイムの実施

- 本校では児童に付けたい3つの力（Y：やりぬく力、T：伝える力、K：協働する力）を育むために、授業中や朝の会、昼休みなどに「YTKタイム」に取り組んでいる。
- 友達と協働して行うゲーム形式や、言葉を用いて発表・話し合いをする形式などがある。
- 学級では授業中や休み時間、学年では学年集会時に児童主体で取り組んでいる。学校全体では月に1回の「一斉 YTK タイム」や児童集会で、企画委員会が計画して取り組んでいる。
- ペアやグループ、全体で協働し合うこと、自分の考えを伝えて相手の考えを聞くことなどを通して、互いを認め尊重し合う支持的風土の醸成につなげている。

YTKタイムの様子

一斉YTKタイムを行う企画委員会

人権教育を通しての取組

たてわり人権集会の様子

2024(令和6)年度
合志楓の森小・中学校
たてわり人権集会
小5～中3部会 Cチーム

視点1ー(2) 学びの連続性を意識した授業実践等

6年間を見通した授業づくり

単元配列表の作成

- 健康教育に関する学びの連続性を意識するために、単元配列表を作成した。6年間を通した学びの視点をもつとともに、今学習している内容がどのように他の学年と関連しているのかを確認し、授業づくりを行う際の参考にした。
- 「スクリーンタイムの調整に関すること」「適切な睡眠時間の確保に関すること」「その他、健康に関すること」の3つの視点について、関わりのある単元を記載している。



研究授業の様子

健康に関するその他の取組

講師招聘による健康に関する講演会の実施

- 睡眠や運動など、生活習慣に関する基本的な知識を身に付けるために、児童生徒や職員、保護者向けに講演会を開いた。

健康に関する委員会の取組

- 児童が睡眠や運動の大切さについて正しい知識を身に付けられるよう、保健委員会による「睡眠の大切さ」の発表や体育委員会による Let's 楓スポーツタイム(全校スポーツイベント)などの機会を設定した。



日本体育大学 野井教授による講話



睡眠の大切さを伝える保健委員会

自立活動の学びをつなげていく取組

自己肯定感を高めるための自立活動の取組

- 発達段階に応じて、自分や友達を見つめさせ、自分のいいところ、直した方がいいところを知る取組をしている。
- 互いを知り合うために、朝の会、スピーチ、自分クイズ、すごろくトーク、信頼貯金のつぼなどに取り組んでいる。
- 高学年では、中学校への進学を見据えて、自分のことを知り、これからどんな力を付けたいのかを考える取組をしている。

特別支援学級「3つの力」を意識した取組

- 「あいさつ」「相談する力をつける」「相手を意識した言動ができる(マナー)」を、日常的に意識させるようにしている。
- 困ったとき、何も言えずに困ったままにならないよう、解決策を見出す経験を積ませていきたいと考えている。
- マナーの面では、言葉使いや気遣いができることで、コミュニケーション力が上がり、関係性がよくなることで、楽しいことが増え自己肯定感が高まっていくように取り組んでいる。



互いのいいところ
を伝え合う場面



信頼貯金
のつぼ

わかば・もみじ学級 3つの力
(1) あいさつ
(2) 相談する力をつける
(3) 相手を意識した言動ができる
(マナー)

特別支援学級「3つの力」

視点 1-(3) 基本的生活習慣確立のための取組

生活習慣確立を促す取組

目覚めチェックの実施

- 健康観察時にその日の目覚めの様子について「とてもすっきり」「すっきり」「ふつう」「まだねむい、ぼーっとする」の4択で回答するようにした。
- 同時に健康に関するクイズやメディアコントロールを呼びかけ、生活習慣を見直す機会としている。

体を動かす手立て

- 雨天時や熱中症対策を考慮し、場所や道具を工夫して実施している。
- 「走らず、ゆっくり、体を動かす時間」というルールのもと、児童自ら工夫をして活動している。

家庭との連携

- 学級懇談会の時間を利用して、保護者向けに養護教諭による講話(オンライン)を行った。
- 児童へ指導する際に使用した言葉や内容を説明することにより、学校と家庭で同じように指導・声かけができるようにした。

月曜日だから
すっきり起きられなかった。

今日はプールがあるから
すっきり目覚めた。

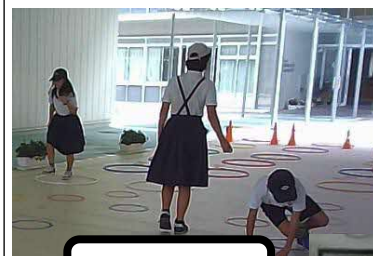
(6)年(3)組のみなさん

今日はすっきり起きることができましたか？
今日も「元気アップ大作戦」で元気に過ごしましょう！

朝、すっきり
おきることができましたか？

とてもすっきり すっきり ふつう まだねむい ぼーっとする

日付け	とてもすっきり	すっきり	ふつう	まだねむい ぼーっとする
6月8日(水)	9	13	3	1
6月9日(木)	12	8	10	2
6月10日(金)	6	7	13	1
6月11日(土)	3	13	13	2
6月12日(日)	0	10	9	1
6月13日(月)	1	1	1	1



遊びの様子

懇談会の様子



将来を見据えた「基本的生活習慣」を育てる取組

特別支援学級の「あたりまえ習慣」を育てる取組

- 各学級で、児童の実態に合わせて基本的生活習慣のチェックをしている。「あたりまえ習慣」は、将来を見据えて児童に身に付けさせたい生活習慣を集めたもので、あいさつ、身支度、体の清潔、安全面を意識させるものである。
- 「あたりまえ習慣」の中から、児童と話し合い、今年度の目標を1つ決めて、個別の指導計画の健康面の欄に明記し、継続して取り組んでいる。
- 「あたりまえ習慣」に継続して取り組むことで、意識付けができ、自分の課題に気付くことができるようにしている。

ハンカチ、ティッシュを持って
くるようになったよ。

木曜日はわすれやすいな。

「あたりまえ習慣 早見表」

わかば学級「あたりまえ習慣 早見表」

()年()組 名前()

①あいさつ、おはよう、いただきます、ごちそうさまで、学校にきて。	②めず、顔を洗った。	③歯みがきして、学校にきて。
④ハンカチ、ティッシュを 持っている。	⑤お風呂で、きれいに体や かみのかみをした。	⑥歯を磨いた後、歯を 「おやみ」で磨いた。
⑦つめのチリキリ！ いたら切ろう。	⑧どうでしたか？ △や×のところを かまていこう。	

つめを切ってきたから、チェック
してください。

視点2-(1) 児童が主体的に企画・運営を行う活動

委員会活動の取組

リーダーの育成

- 3月に次年度の委員長を決め、小中合同で春休みにリーダー研修を行った。研修の中で中学生の姿からリーダーとしての心構えを学んだ。
- 毎月の委員会活動前に委員長会議を設け、その月の活動方針や具体的な内容について確認し、活動当日につなげている。
- 児童集会での発表内容を児童が考えている。学校全体に自分たちの委員会活動の何を知ってほしいか、どういった活動に取り組んでほしいかといった内容とその伝え方を工夫し、発表を行っている。

自学コンクール

- 応募用紙を用意し、児童が自由に自分の自主学習を応募することができるようにすることで、家庭学習の習慣化と充実を図っている。
- 学習掲示委員会の児童が審査し、賞状を渡している。
- コンクールで選ばれた自主学習は、ロビーに掲示し自由に見ることができるようにした。児童は、同学年・他学年の様々な学習の例を見て、自分の学習の参考にしている。



リーダー研修の様子

自分たちが学校を動かすという実感がわいた。



児童集会での発表の様子

初めてたくさんの人前に立って、いい経験になった。



自学コンクールの様子

授業みたいにまとめるといいね。

お兄ちゃん、お姉ちゃんすごいな。

児童の主体性を引き出す取組

ランチミーティングの開催

- 各委員会の委員長と PTA 役員の方と校長のランチミーティングを行った。
- 「これまでに取り組んだこと」「今後取り組みたいこと」「PTA とコラボしたいこと」の3つについてスライドを作成して発表した。
- 「掲示板を増やしてほしい」や「PTA 役員さんと鬼ごっこがしたい」などのアイディアがあり、PTA の方も児童の願いが実現できるよう尽力してくださっている。



ランチミーティングの様子

PTA 役員さんと鬼ごっこがしたい!

視点2-(2) PDCA サイクルの取組

健康パスポートの作成と活用

学校での PDCA

- 児童の自律を促すために、目標に対する自分の学びをふり返ることができる健康パスポートを作成した。
- 児童が見通しをもって学べるように、健康教育に関する単元を事前に記載した。
- 初めに立てた目標を達成するために、各単元で身に付けたことや学んだことをふり返し、3年生以上は、その学びを自分の生活にどのように生かすかを記入していった。
- シートの最後には、めあてに対するふり返しをする欄を設け、それぞれの単元での学びを生活にどのように生かしたかを考えられるようにした。

わたしのめあて ()月()日

自分がもっと健康になるためにどのようにしたらいいのかわかる。

【体育(保健)】: 単元名 病気の予防 (5)月(6)日

ふりかえり

病気についてよく知れました。帰ってきたら手あらいをちゃんとしないといけないということから生かして、アタとあそびます。

【家庭科】: 単元名 見つめてみよう生活時間 (6)月(16)日

ふりかえり

自分は最初ぜんぜん生活リズムが整っていませんでした。お友達と学習してどうしたらいいのかわかりました。今は前よりも、とくディの時間を増やしてよかったです。今後は、お友達と協力して、めあてを達成できるように頑張ります。

○スクリーンタイムについてわかったことやかんがえたこと
○すいみんについてわかったことやかんがえたこと
○自分のけんこうのためにかんがえたこと

「最初ぜんぜん生活リズムが整ってなかったので、学習をしてどうしたらいいのかわかりました。～すいみん時間を増やしてよかったです。」※ふり返しを一部抜粋

Let's 楓 元気もりもり☆カードの活用

家庭での PDCA

- 生活習慣の確立のために、自分の生活をチェックすることができるカードを作成した。
- 連休や長期休業明けに実施期間を設けることで、乱れがちな生活リズムを自律的に戻すのを促す手立てとした。
- 全校集会等で前回までの課題や意識してほしいことを説明し、チェック期間の初めに自分の目標を立てた。期間の終わりにふり返しを記入し、チェック期間後も意識して生活するようにしている。
- チェック期間中には、保護者アンケートを実施し、家庭への啓発と連携を図っている。

目標・とくにがんばることを記入する。
「ねる時刻がおそくなっているので、早くねる。」

Let's 楓 元気もりもり☆カード 4年 ()月()日

目標・とくにがんばることを記入する
ねる時刻がおそくなっているので、早くねる。

内容(ないよう)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)
1 起きた時刻	6時40分	6時40分	6時30分	6時30分	6時45分	6時40分	6時35分
2 朝ごはんを食べた	○	○	○	○	○	○	○
3 太陽の光を浴びた	○	○	○	○	○	○	○
4 運動した	○	×	×	×	×	○	○
5 スキンシップ	○	○	○	○	○	○	○
6 寝る30分前は、メディア(ゲーム・スマホ・タブレット等)をお家の外へ出した	×	○	×	×	○	○	×
7 寝る30分前から部屋を暗くした	○	○	○	○	○	○	○
8 寝た時刻	9時40分	9時30分	9時25分	9時30分	9時30分	9時30分	9時35分
9 睡眠時間	9時間	8時間	8時間	8時間	9時間	8時間	9時間

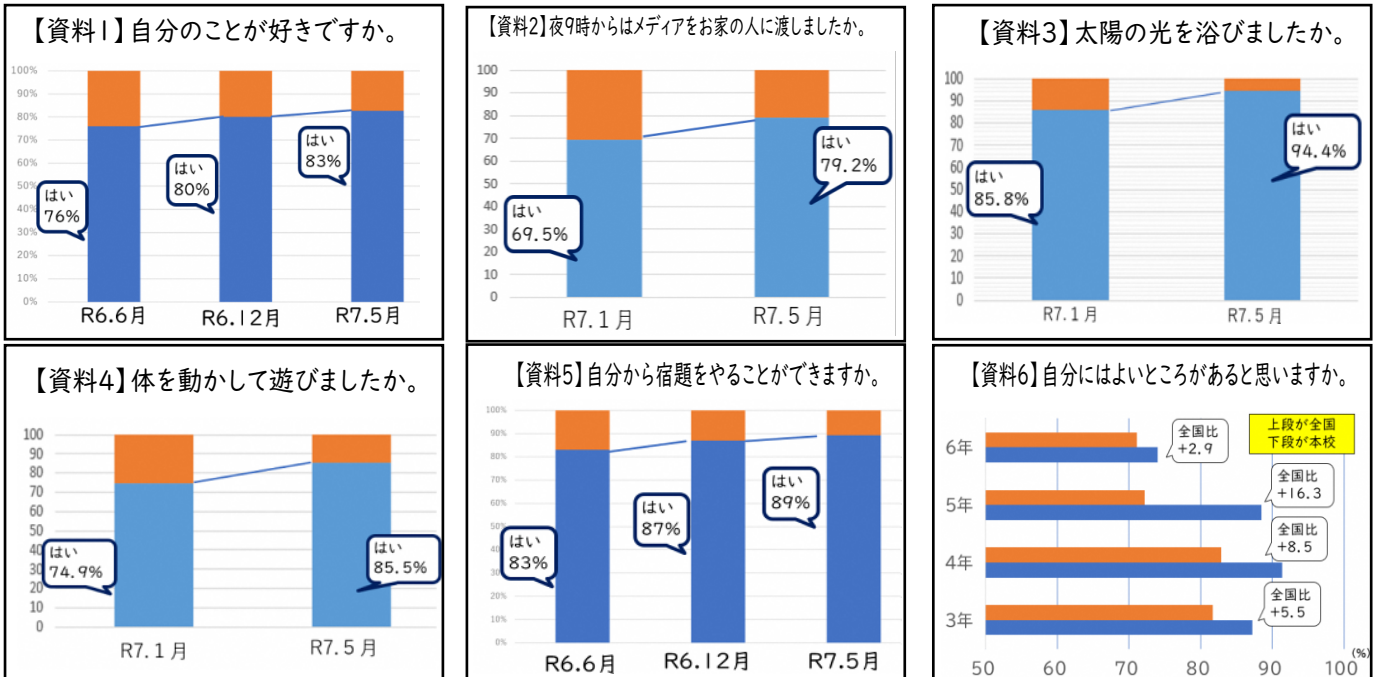
ふりかえり
ねる時刻がいつもより、早くなったので、これからも早くねたいです。

※ふりかえりを書いて15日(水)に、学校へ提出しよう。 ※毎月15日は、ルール(ことば教育)の日です。たくさん勉強をしましょう。続けていけるといいね。

ふりかえりを記入する。
「ねる時刻がいつもより早くなったので、これからも早くねたいです。」

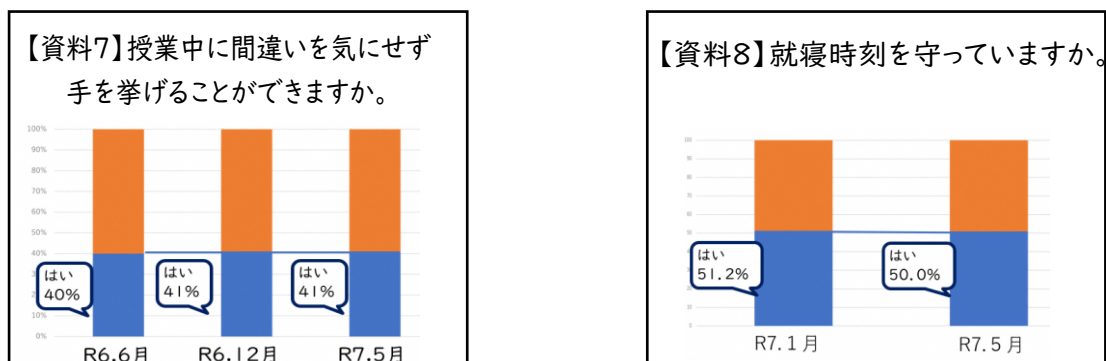
成果

自己肯定感アンケート、Let's 楓 元気もりもり☆カード、標準学力調査 i-check (R7.4月実施 3～6年)の結果より



- 支持的風土の醸成を図る取組を継続して行っていることで自己肯定感が高まった。「自分にはよいところがある。」と回答した児童の割合が、アンケートを実施した全学年で全国平均を上回っている。【資料1, 6】
- Let's 楓元気もりもり☆カードの取組を通して基本的生活習慣が確立しつつある。令和7年1月と比較すると、「太陽の光を浴びた。」や「体を動かした。」と答えている児童がそれぞれ10%ほど増加している。【資料3, 4】
- 児童が主体的に活動する場を多く設定したり、PDCA サイクルの取組を行ったりすることで、やらなければならないことから逃げず、自ら考えてよりよく行動しようとする児童が増えた。アンケート調査において「夜9時からはメディアをお家の人に渡した」や、「自分から宿題をやることができる。」と答えた児童の割合がいずれも高まっている。【資料2, 5】

課題



- ▲「授業中に間違いを気にせず手を挙げる可以做到」という項目では肯定的な回答をした児童の割合が約40%にとどまっている。今後も YTK タイム等を通して支持的風土の醸成を促したり、ペア活動を取り入れたりするなど継続的な取組を進めていく。【資料7】
- ▲合志楓の森中学校区「育ちのものさし」の基準と比較して、就寝時刻が遅い児童が約半数いる。自分の生活時間の使い方をふり返る PDCA サイクルの取組をさらに充実させたり、必要感をもたせるための授業等の工夫をしったりして健康習慣の確立を促す必要がある。【資料8】