

学級活動（２）指導案

6年2組28名 指導者 西國原 拓也
基 永 恵

本実践は、以下の検証を行うものである。

- これまでの子どもの歯磨きの習慣を振り返らせ、問題解決の必要性を円滑に考えるために、養護教諭と連携し、8020運動の取り組みを理解させることで、健康に過ごすための生活を改善しようとする意識を高めて、具体的な自己決定に導くことができるのではないか。

1 題材名 歯を大切に8020（学級活動（2）一カ）

2 子どもの実態

題材に関わる子どもの実態は、次の通りである。

調査実施日：平成24年4月16日（月） 調査人数：28名（男子15名 女子13名）質問紙法

- むし歯のない健康な歯を保つために、意識していることは何ですか。
 - ・ 3分間隔々まで磨く 5名 ・ 奥の歯までちゃんと磨く 4名 ・ 歯の裏側を磨く 4名
 - ・ 優しく磨く 4名 ・ 歯茎に歯ブラシがあたるように磨く 2名 ・ 一本一本磨く 2名
 - ・ 歯茎を磨く 2名 ・ 歯と歯の間を磨く 2名 ・ 333運動をしっかりとる 1名
 - ・ 歯全体を磨く 1名 ・ 歯茎を傷つけないように磨く 1名
- 自分の歯の本数を知っていますか。（乳歯 永久歯）
はい 0名 いいえ 28名
- 日本の80歳以上の高齢者で何本歯が残っていると思いますか。
 - ・ 3本 5名 ・ 5本 2名 ・ 7本 1名 ・ 8本 1名 ・ 9本 1名 ・ 10本 4名
 - ・ 2本 1名 ・ 16本 1名 ・ 18本 2名 ・ 20本 9名 ・ 23本 1名

〈その理由〉

- ・ 高齢者になると歯茎が弱る 11名
 - ・ 歯が弱る 6名
 - ・ 知っているから 2名
 - ・ 入れ歯を付けている人がいるから 3名
 - ・ 何となく 2名
 - ・ 毎日磨いているから 1名
 - ・ 毎日ちゃんと3回歯を磨いているから 1名
 - ・ 8020運動の歌を知っているから 1名
 - ・ 歯を丁寧に磨かなくなるから 1名
- 歯を残すためにどんなことが必要だと思いますか。
 - ・ 歯磨きをする 26名
 - ・ バランスのよい食事をとる 1名
 - ・ おかしを食べ過ぎない 1名
 - ・ 寝る前に食べない 1名
 - ・ 歯医者に行く 1名
 - ・ よく噛むこと 2名
 - ・ 甘いものを食べない 1名
 - ・ 歯に栄養のある食材を食べる 1名

本学級の子どもは、これまでも家庭科や体育科の保健学習の中で、自分の体や健康と食べることの間について学習してきている。また、専門学生による歯磨き指導も受けてきている。また、給食後に全校で取り組んでいる歯磨きタイムでは、キッチンタイマーを使って3分間磨く習慣が身に付いてきている。

一方で、歯磨きの際に意識して磨いている子どもが少ないことがわかる。自分の歯の数については、全員理解できていない様子が伺える。また、歯を残すためには、歯磨きが大事だという意見が多くあったが、具体的な歯の磨き方や、生活習慣に関する意見は少数だった。

3 題材について

むし歯のない健康な歯を保つためには、正しい歯磨きの仕方を身に付けて口腔の衛生を保つことだけでなく、日頃の食生活や定期的な歯科検診を受けることが大切となる。しかし、本学級子どもの実態にもあるように、3・3・3運動が推奨する歯磨きが正しくできている子どもは少ない。また、毎日の食事においても栄養のバランスが崩れ、甘いものや柔らかいものが多い食事をするすることで、歯の健康にも影響を与えていることなども知られている。そのため、近年の子どもには、咀嚼の回数が減ったことであごの発育が遅れ、歯の本数が減少したり、生活習慣病と言われる肥満や歯周病などに罹ったりしている子どももいる。このように、子どもは、健康な歯を保つために大事なことや必要なことは分かっている、日常生活の中で継続して行うことは難しいことであり、多くの人は、歯の痛みを感じたり、健康が損なわれて後悔の気持ちとともに、その大切さを再認識したりしているのではないだろうか。このようなことから、子どもに健康な歯を保つために大切なことを再認識させ、知識を補完する意味から8020運動の考え方や取組を学ばせることで、新しい知識を活用して、健康な歯を保つための取組について自己決定させることは、子どもの心身ともに健康で安全な生活態度を形成するためにも重要であるのではないかと考え、本題材を設定した。

4 指導に当たって

これまで、給食指導や保健の授業等を通して、歯磨きの大切さについては繰り返し指導してきている。一方で、自分の歯の様子を知らなかったり、正しい歯の磨き方を意識せずに歯を磨いていたりする様子が伺える。

そこで、指導に当たっては、歯磨きの際の子どもの姿の現状を捉えさせたい。そのために、事前の活動で、歯磨きの際に気を付けていることについて想起させる。ここでは、正しい歯磨きについて多く出てくることが予想される。そこで、本時の導入段階で、好ましくない歯磨き時の子どもの姿を写真で提示し、知っていることと実際の姿のギャップから課題意識をもたせる。そして、80歳まで20本の歯を残すためにどんなことが大切なのかを、養護教諭の話を取り入れながら口の環境、食生活、定期検診の3つの観点から指導したい。事後の活動では、指導し、自己決定したことが実践できているかどうか、適時、給食時の姿や生活習慣を振り返らせたい。これを繰り返すことで、行動変容につながるのではないかと考える。

5 評価規準

- 自分の歯や歯磨きの現状を正確に知り、課題に気づこうとしている。
【集団活動や生活への関心・意欲・態度】
- 80歳まで20本の歯を残すために、歯磨きの仕方や生活習慣について、自分の課題を見つけている。
【集団の一員としての思考・判断・実践】
- 8020運動の趣旨や取組について知り、歯を残すための3つの観点を理解している。
【集団活動や生活についての知識・理解】

6 活動の流れ

	期日	活動内容	教師の手立て	めざす子どもの姿と評価方法
事前	5/17	1 むし歯のない健康な歯を保つために、気を付けていることを考える。	○ むし歯のない健康な歯を保つために、気を付けていることをワークシートに記入させておく。	思歯を磨いているときに気を付けていることを、実際の自分の姿を想起しながらノートに書いている。 〈ノート〉
本時	5/18	1 普段の自分の歯磨きやその時の気持ちについて考え、さらに20本の歯を残すためにどうすればよいのか考える。 2 養護教諭と連携し、今後取り組んでいくことを自己決定する。	○ 子どもの今の姿を客観的に捉えさせ、「80歳まで20本の歯を残したい。」という子どもの意欲を高める。 ○ 学習したことと自らの姿を比較させ、改善点に気付かせた上で、それをどのように改善していくか自己決定させる。	知歯磨きの大切さについて理解している。 〈ノート、発言〉 思80歳まで20本の歯を残す方法を考えている。 〈観察、ノート〉 関これから、正しい歯磨きで食べていこうという意欲をもつことができている。〈発言、ノート〉
事後	5/19 ～	1 自己決定した事を実践する。	○ 日記で実践の様子を振り返らせる。	思自己決定したことを実践している。〈行動、日記〉

7 本時の活動

(1) 目標

普段の歯磨きの仕方とその際の気持ちについて振り返らせ、8020運動の理念を理解させ、健康に過ごすための生活態度を改善しようとする意識を高め、自己決定できるようにする。

(2) 評価規準

- 80歳まで20本の歯を残すために、自ら改善すべきことを3つの観点ごとに自己決定しようとしている。
【集団の一員としての思考・判断・実践】

(3) 指導に当たって

指導に当たっては、まず、事前に振り返らせておいた歯磨きの際に意識していることと、実際の歯磨き時の写真を見て、その違いに気付かせ、そこから課題意識を導きたい。次に、8020運動について養護教諭の話を受け、80歳まで20本の歯を残すための方法についてグループで考えさせる。食生活が大切であるという意見については、出てこないことも予想される。そのため、専門的な立場から養護教諭の話聞き、正しい歯磨きの仕方や食生活について理解を深めさせる。最後に、本時で学んだことと自らの姿を比較させ、今後、自分が取り組んでいくことについて自己決定をさせていく。こうすることで、子ども自身が自らの行動を変えようと努力し、心身ともに健康で安全な生活態度が形成されていくのではないかと考えた。

(4) 本時の展開

時間	活動内容	予想される子どもの意識	○ 手立て □めざす子どもの姿
(分) ↑ 15	振り返る 1 むし歯のない健康な歯を保つために、意識していることについて話し合う。 2 実際の自分たちの姿について振り返る。	・一本一本しっかり磨くこと。 ・よく噛むこと。 ・歯に栄養のあるものを食べる。 ・肘をついているな。 ・持ち方が悪いな。 ・いい加減に磨いているのだな。	○ むし歯のない健康な歯に対する意識を確認するため、子どもが気を付けていることについて、アンケート結果を提示する。 ○ 歯磨き時に撮影した写真を提示することで、子どもの意識と実際の行動に差があることに気付かせる。
	3 本時の題材名「歯を大切に8020」運動の意味について考える。 4 80歳の平均残存歯を知る。 5 本時のめあてを確認する。	・8020って何だろう。 ・意味が分からない。 ・80歳まで20本歯を残す意味かな。 ・本当ですか。驚きました。 ・4本で何が食べられるのかな。	○ 8020運動の意味に触れるとともに、80歳の平均残存歯について養護教諭の説明からめあての必要性に気づかせる。 ○ 実際歯が4本だったらどうなるかを考えさせる。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 80歳までに20本の歯を残そう。 ~今、自分にできることを考えよう。~ </div>		○ 本時の活動について、進んで取り組めるようにするため、ワークシートに本時のめあてを記入させる。
	6 自分の歯の様子を知る。 7 80歳で20本残すための方法を養護教諭から聞き更に意識を高める。	・こんなに歯があるんだ。 ・80歳まで20本残るかな。 ・たくさん食べることが大切だな。 ・食生活のバランスが大切だな。 ・毎日の歯磨きが大切だな。 ・歯ブラシの持ち方も大切なんだな。	○ 自分の歯の様子を歯科健診結果から子ども一人一人の歯の様子を知らせる。 ○ 養護教諭は、口の中の環境, 食生活, 定期検診の3つの観点から話をし、自己決定の手立てとする。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 必要性 </div>		
↓ 20	8 グループで歯を残す方法を話し合わせる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 解決法 </div>	・早寝・早起きも大切なんだな。 ・バランスのよい食生活に気をつけたい。 ・歯医者に行くことも大切だな。 ・グループで磨くとき、友達と見合ってみようかな。 ・鏡を使って磨いてみようかな。	○ 80歳で4本という統計結果を知り、20本残すために何が必要かグループで話し合わせる。 (短冊カード) ○ これまで出た正しい歯磨きや本時で学んだことを生かし、改善すべき点をワークシートに書かせ、自己決定させる。
	9 これから取り組んでいくことについて、自己決定をする。		○ 本時で学習した事を基に、自ら改善すべきことを3つの観点ごとに自己決定している。〈ワークシート〉
	10 自己決定したことをグループで交流する。		
↓ 10	11 活動を通じた感想を交流する。	・80歳まで20本歯を残るといいなあ。 ・早速実践するぞ。	○ 自らの行動を振り返り、学習した内容を実践化しようという意欲を高めるため、感想を書かせ、発表させる。