

保健分科会

【個別の染め出し&歯みがき指導】

歯みがき週間の活用

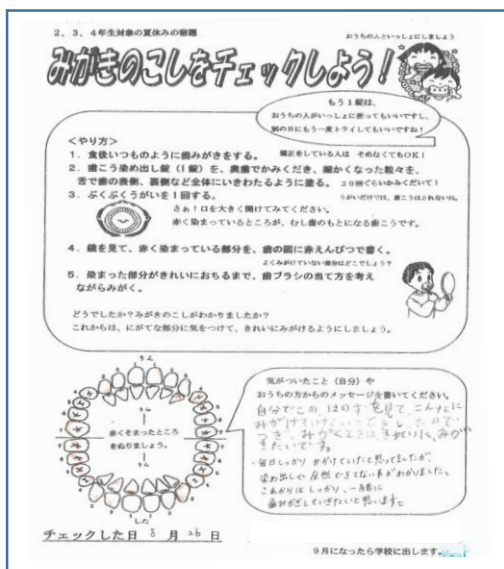
一人ひとりに歯の染め出しと歯みがき指導をする。
(対象は2年生以上)

発
展



毎年やるからどんどんきれいに！

◎夏休み家庭で行う染め出しチェック



児童の感想

○左側はできていたけど、右側ができていなかったから気を付ける。

○歯と歯の間と、奥歯がみがけてないことが分かったので、もっとみがく。

保護者から

○思いのほか染まっていたのでビックリしたようです。仕上げみがきをもう少し丁寧にやろうと思いました。

【保健委員会の児童からの発信】

手洗いや歯のポスターを作成し、学級に出向き、病気の予防についての呼び掛けをする。



授業時間におじゃまします。

取組：『さわやかカード』

《ねらい》

2学期の学校生活のスムーズなスタートに向けて、規則正しい生活リズムに戻す。

実践方法

夏休み最終週と2学期最初の週の「生活の様子」を記録し、感想を書いて学校に提出する。
*最終日には、保護者からのコメントも書き添える。

実施日

8月27日（月）～9月8日（土）の13日間

実施後

担任が一人ひとりの状況を把握し、2学期の指導に役立てた。
課題がある場合は家庭との連携を深めた。

さわやかカード (2学期に向けて) 1年 / 組

2学期の学校生活のスムーズなスタートに向け、規則正しい生活リズムに戻す。

＜生活の様子＞
・朝の起床は、目覚まし時計で目覚まし、10時までに起床し、10時までに学校に到着します。
・夜間の就寝は、10時までに寝るよう約束し、10時までに寝ています。
・起床時間は、10時までに起床し、10時までに学校に到着します。

＜睡眠の様子＞
・起床時間は、目覚まし時計で目覚まし、10時までに起床し、10時までに学校に到着します。
・夜間の就寝は、10時までに寝るよう約束し、10時までに寝ています。

	8/27	28	29	30	31	9/1	2	3	4	5	6	7	8	9
	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
① 夜の寝る時間 (10時～00時)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
② 朝の起きる時間 (10時～00時)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
③ 朝ごはんを食べた	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
④ 天候 (曇り) をして (1日のうち)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
⑤ 月の日から学校の準備をした	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

感想 (保護者)
このカードのおかげで、早起き、遅く寝る習慣が身についた。生活リズムを整えたい。これから頑張りたい。お母さん、お父さん、お兄さん、お姉さん、お友達と一緒に頑張りたい。

感想 (児童)
これからの生活で頑張りたい。これから頑張りたい。お母さん、お父さん、お兄さん、お姉さん、お友達と一緒に頑張りたい。

児童の感想



- これからも早寝早起きをしたいと思います。
- アラームをかけて9時までに寝て、7時までに起きたいです。今はママに「起きて～」と言われているので、それを今度一人でもできたらいいなと思っています。
- 9時までに寝たいです。
- 生活リズムを整えていきたいです。
- これからも10時に寝て、7時には起きたいです。

保護者の感想

- さわやかカードがあったので、その日から意識が変わりました。チェック表があると、親も子どもがつくように頑張ろうと励まし合えるので、今後はカレンダーでやってみようと思います。
- 夏休み時間になって心配でしたが、「さわやかカード」のおかげで、また規則正しいリズムになりました。
- 10時就寝は難しいのですが、10時半に寝るように約束しており、きちんと守られています。朝、親に起こされているので、自分で起きられるようになると思います。
- 夏休みぐせを引きずり、体調を崩していました。改めて生活リズムの大切さを感じています。



「さわやかカード」＝規則正しい生活習慣を目指して、児童が毎日記入するカード

＜保健の授業の様子＞

一人ひとりが生活の中から課題を見付け、学んだ知識を基に話し合いの中で解決できるように、授業の工夫を行った。



電子黒板の活用



自分の課題を見つめる



話し合い

