

保健 「心の健康」 × ICT ～不安やなやみの状態がよく見えます～

日田市立高瀬小学校 岩崎 敬

私はロイロノートが授業に導入されてからは、ほとんど毎回のように「ハートメーター」を使って、授業満足度を観察させてもらっています。



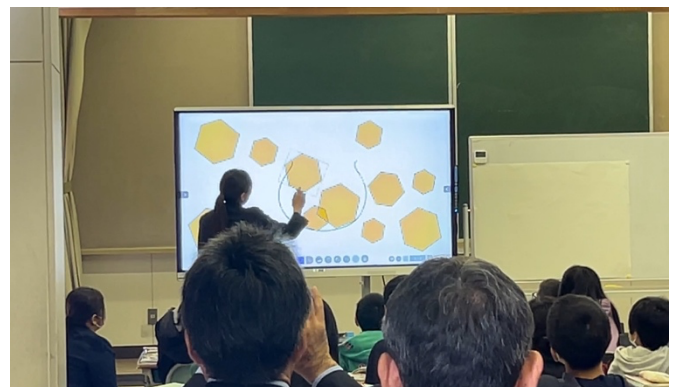
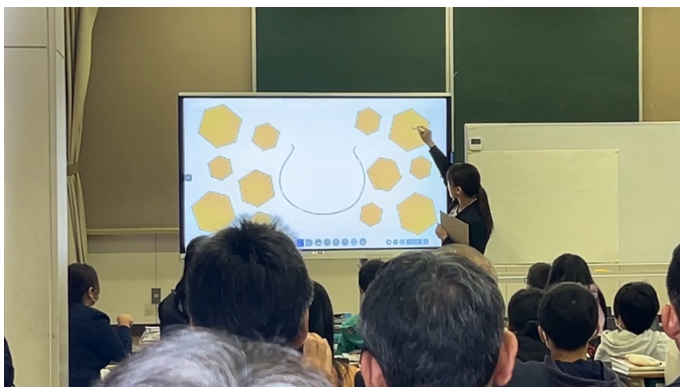
1年生



6年生

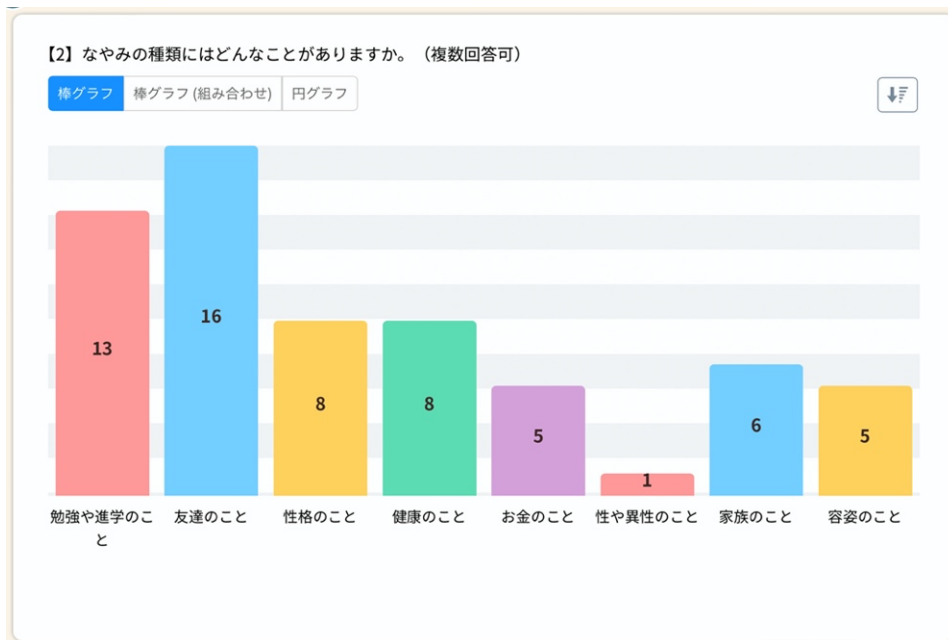
短時間で、子どもからの授業評価が可視化されるので、授業改善にとっても重宝しています。

今年度は11月に行われた全国学校体育研究会山形大会に参加しました。2日目は第2分科会の行われた山形市立第五小学校に行きました。5年生の保健「心の健康」では、先生が心の様子をアニメーションで表示し、イメージしやすく工夫していました。



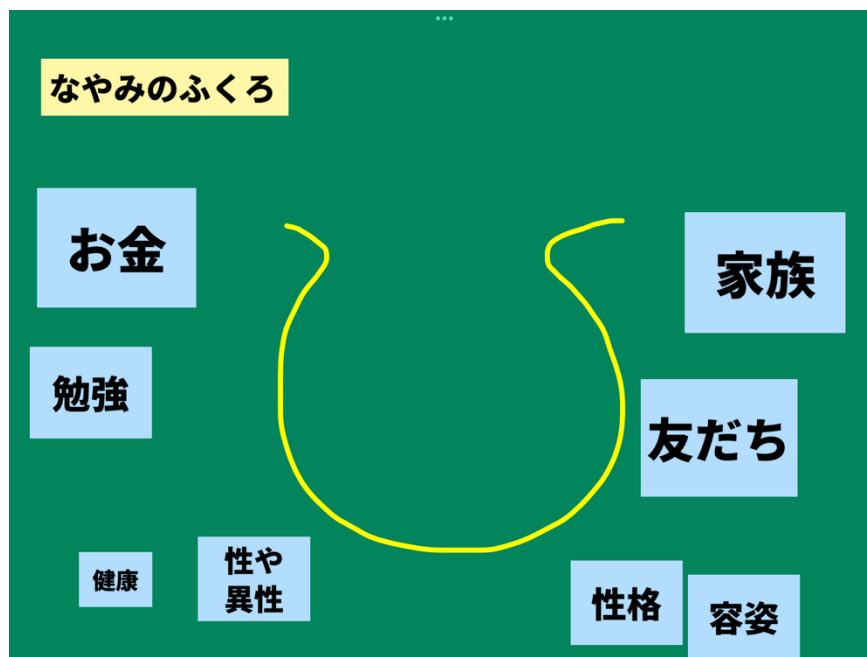
その時の授業の様子です。

この心の様子のアニメーション化。高瀬小に戻り、ロイロノートの機能でどうにかできないものかと考え、授業でやってみました。



まずは、ロイロノートにあるアンケート機能を使ったアンケート。授業中に瞬時に表示できるので、とても助かります。

そして



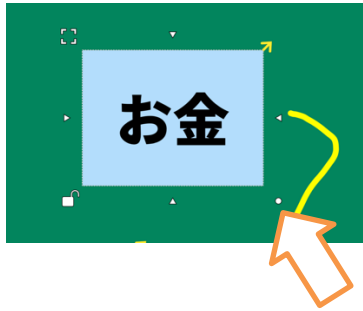
「なやみのふくろ」カードを、子どもたちに一斉送信しました。

<この授業におけるロイロノートの優れた機能>

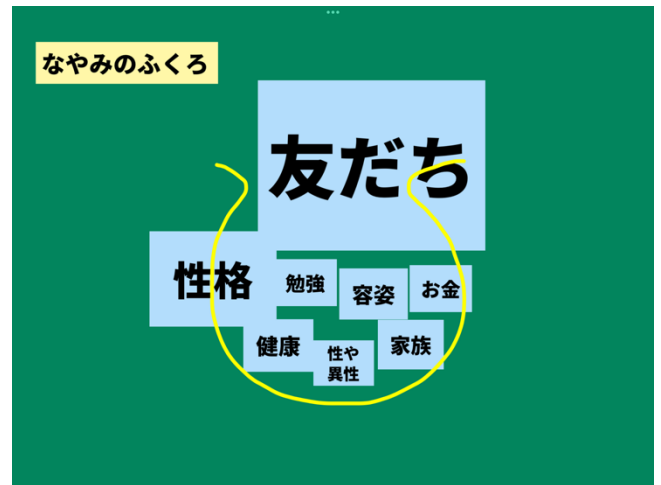
- ①カードの大きさを簡単に拡大縮小できる。
- ②フリーハンドで、書きかえることができる。

子どもたちは、今の不安やなやみの状態を「なやみのふくろ」カードで表してくれました。

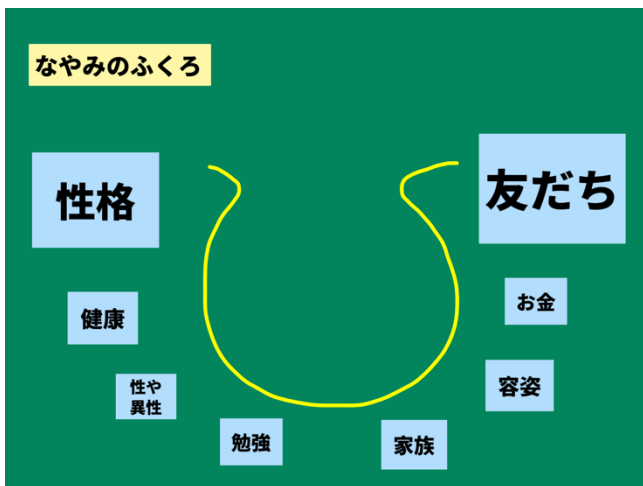
※ここからは私が作り替えたイメージです。



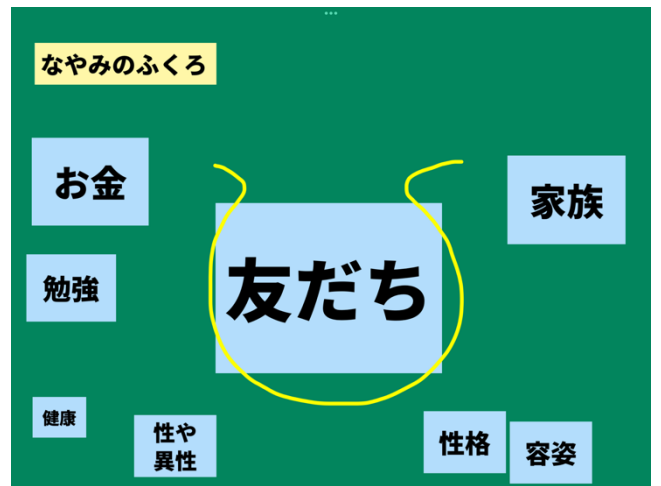
カードを長押しすると、右下に白い点が出ます。そこを動かすとカードが簡単に拡大・縮小できます。



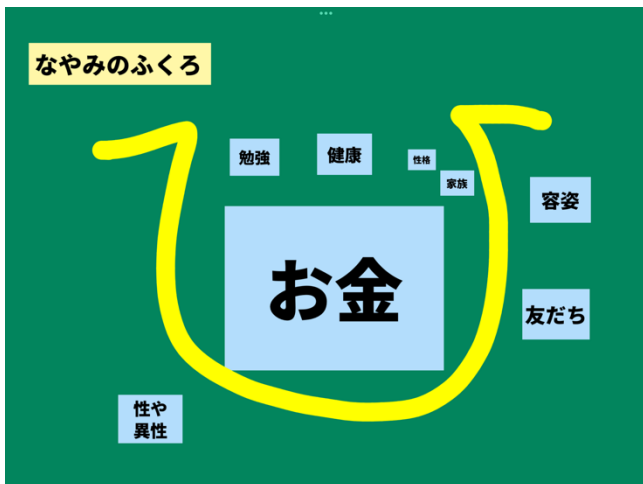
「友だち」「性格」についてのなやみを今すぐどうにかしたい状態



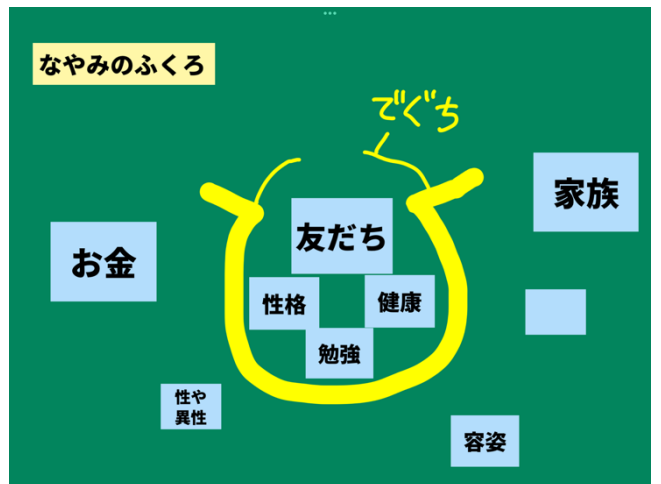
話を聞いてもらって、スッキリした状態



「友だち」のことだけでなやんでいる状態
ギリギリの状態



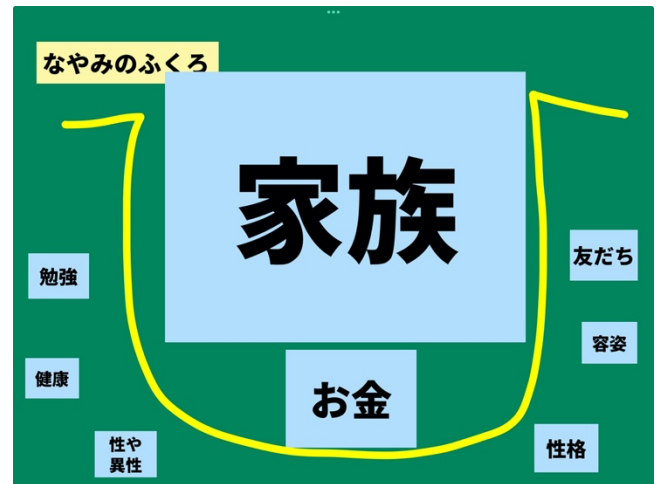
なやみはあるもののがまん強くなった状態
(袋が分厚くなっています。)



一度なやむとなかなか解決しない状態



「友だち」のなやみでどうにかかなりそうな状態
(授業後すぐに声掛けしました。)



「家族」のことで悩んでいる状態
我慢の袋は大きくなったが限界に近づいている状態

不安やなやみの対処方法として、以下のことも伝えていきます。

- ①一人で考える。
- ②人に話したり、相談したりする。
- ③生活習慣を整える。
- ④好きなことをする。
- ⑤体を動かす。
- ⑥気にしないことにする。

ICT の活用で、心の状態がかなり可視化でき、
これまでの選択式アンケート、記述式アンケートより、
心の状態がわかりやすくなりました。

ICT を使った授業には大きな可能性がありそうです。