

群 教 七	G11 - 03
	平25.251集
	小・学級活動

食を通して、 心豊かな生活を送ろうとする児童の育成

——家庭科と総合的な学習の時間との

つながりを意識した学級活動を通して——

特別研修員 小暮 由子

I 主題設定の理由

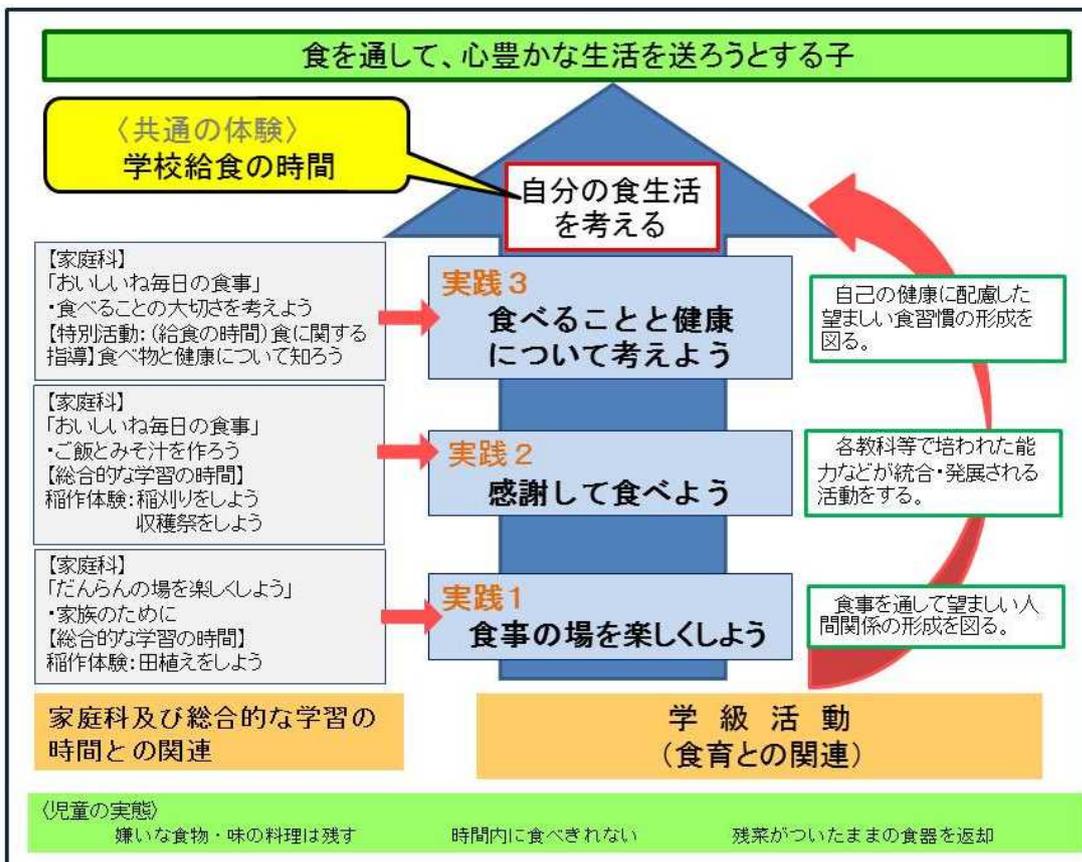
群馬県では、学校における食育推進の方向性の一つとして、家庭や地域と連携・協力して「心豊かな食生活の創造」をする取組を進めることを設定している。

学校では、食に関する学習場面が、様々な教科等に位置付けられている。5年生は、家庭科の学習が始まるので、学習を通して食に関する知識と技能が身に付けられる。また、本校では5年生が総合的な学習の時間に稲作体験を行うため、活動を通して食に関する実感を伴った理解を促すことができる。これは、ぐんま食育こころプランの基本理念の「食の大切さを理解し、食を通して豊かな人間性を育む」実践をするのに、ふさわしい機会と考えた。

食に関する指導の研究をするに当たり、学校給食の時間は共通の体験になることに着目し、児童自身が食に関する問題を見つめ、自己決定したことを実践して食生活を見つめ直す場として活用することにした。そして、家庭科や総合的な学習の時間とのつながりを意識した学級活動のあり方を探ることで、心豊かな生活を送ろうとする児童を育成できると考え、本研究を実践した。

II 研究内容

1 研究構想図



2 授業改善に向けた手だて

研究構想図に基づき、実践1で「食事の場を楽しくしよう」を行った結果を受けて、家庭科と総合的な学習の時間とのつながりを意識した学級活動の中で、食育を意図的・計画的に展開する実践を試みた。

実践2における研究上の手だて

○ 郷土の食材を用いた給食の活用

総合的な学習の時間で実施した体験活動から関連事項を想起させ、課題意識をもたせる。

○ 自己決定の場を設けるための工夫

グループで意見交換した後、クラスで意見を交流し、共通意見をまとめた後に自己決定させる。

館林産米使用の給食献立を提示したことによって、稲作体験を想起しやすく、食生活の自然とのかかわりに関して、児童は課題意識をもつことができた。食育を学級活動において実践する上で必要な自己決定の場を設けるための工夫により、児童は実践目標を決め、取り組むことができた。児童の共通体験である学校給食に着目した研究であったが、児童の食生活は家庭の食習慣や食文化とも大きくかかわる。そこで、実践3では学校での取組に加え、家庭との連携を工夫することにした。

実践3における研究上の手だて

○ 家庭科での既習事項の活用

資料の写真やグラフを示し、栄養バランスを考えて食事をとる大切さを明らかにして、課題意識をもたせる。

○ 自己決定したことを家庭に発信し、食生活の取組を発展させるための工夫

児童が考える今後の食生活の在り方について、学級通信で家庭への協力依頼や情報提供をする。

実践1「食事の場を楽しくしよう」で提示した資料や食に関する資料を用いて、家庭科の既習事項と食生活を関連させた課題意識をもたせ、食べることの大切さを健康と結びつけて考えられるようにするのがねらいであった。食生活の取組を発展させる工夫として、児童の食生活に関する気付きを家族とも話し合い、今後の生活を考えるようにしたところ、学級活動と家庭生活の共通点を見い出すことができた。

III 研究のまとめ

1 成果

- 学級活動によって、家庭科や総合的な学習の時間で学んだことは関連し合って、食生活に大きくかかわってくると理解できた。
- 友達と楽しく食事をすることやおいしく食べることのよさを理解し、自分でできる食生活の改善と結び付けてよりよい食生活について実践することができた。
- 授業後、児童の食生活に関する気付きを家庭に知らせ、話題にしてもらったところ、学校と家庭での食生活の共通点を見いだし、今後の心豊かで健康な生活には食事が大きくかかわってくると理解できた。

2 課題

- 今後も児童が心豊かな生活を送るために、食事の喜びや楽しさを理解しながら、自分の食生活について考えられるよう、毎日の学校給食の時間を中心に、食に関する指導を継続していく必要がある。

3 提言

- 関連する教科等の授業の中で食育を展開するために、教材として学校給食を活用しながら、全学年で実践できるような方法を探っていく。

IV 実践及び改善の実際

実践 2

1 題材名 感謝して食べよう

2 本単元及び本時について

本題材では、毎日食べている給食を用いて、自然やいのちの存在に気付き、食べものを大切にする心や感謝の心が培われ、食への関心が高まることをねらいとする。授業では、食事は自然やいのちのかかわりが深いことを知り、給食を通して、食べものに対して感謝する心をもつ取組を一人一人に自己決定させる。

事後指導においては、自己決定したことの努力状況を実践カードに記録することで、自分の食生活の課題を見つめ、考えることでよりよい生活づくりの意欲を高める。さらに、自然を愛し、生命を尊重する心豊かな児童の育成を図る。

3 授業の実際

導入において、総合的な学習の時間の稲作体験で学んだことを活用できるように、「館林産米 100%の日」の給食献立を提示し、ご飯に着目させた(図1)。

次に、米づくりと自然や様々なもののかかわりを確認するために、稲が育ち、米が収穫されるまでに必要なものを考えた。子ども達の意見を自然に関することとそれ以外に区分して板書し、グループ分けをしたところ(図2)、「いのち」「自然とのかかわり」を児童に意識づけることができた。



図1 「館林産米 100%の日」の献立

総合的な学習の時間の体験活動から関連事項を想起させ、課題意識をもつ様子

- T: 1学期の授業に続いて、「給食」について考えます。
T: (写真を提示) ある日の給食メニューです。
T: 先日、総合的な学習の時間に何を体験しましたか。
S: 稲刈りです。
S: あっ、分かった。館林産のご飯の日だ。
T: そうです。「館林産米 100%の日」の給食です。今日は、このご飯を取り上げて考えます。
(途中、略)
T: この米が収穫されるまでに必要なものを二つのグループに分けます。どんな違いがありますか。隣の人と相談してください。
S: かかしや機械は「人工的なもの」で、あとは「そうではないもの」です。
S: 一つは「自然にあるもの」で、もう一つは「人の手がかかるもの」です。
T: そうですね。「自然に関すること」と「人の手がかかっていること」に分かれます。

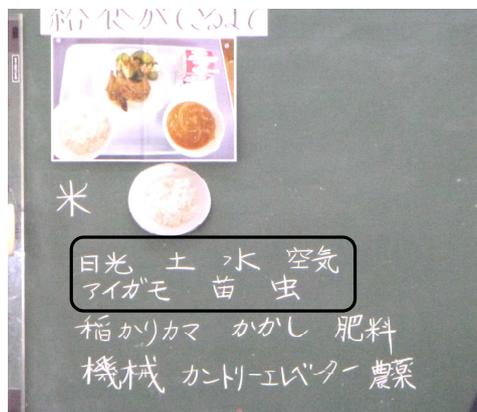


図2 児童の意見の板書

注: 太枠の中が自然に関すること

給食を支えているもの考えた後、食材の植物や魚にもいのちがあることに気付かせるために、芽を出しているにんじんやタマネギ、泳いでいる魚の映像を用意して提示した。食材のいのちを食べていることを確認し、今後の給食の時間において、食べ物を大切にする心や感謝する心をもつ取組について考えさせた。

私たちが給食を食べる時にできることをグループで話し合い、発表する様子

T：ワークシートに、自分でできることを書きましょう。

S：残さず食べる。

S：いのちをいただいていることに感謝する。

S：食べた後、食器をきれいにする。

T：グループで各自の意見を発表し、みんなに勧めたい意見を紙に書き出しましょう。

S：「残さず食べる」「食べものを大切に作る」は似ている。

S：その意見は、一つしかないから書くべきだよ。

T：グループで出た意見を発表します。同じような意見はまとめていきます（図3）。

S：「残さず食べる」「食べものを大切に作る」は、「食材のいのちに感謝する」と同じことを言っていると思う。

S：「あいさつをしっかりとる」は、「感謝の気持ちを込めて『いただきます』をいう」と似ていると思います。

S：「食器をきれいにして片づける」は、給食センターの調理員さんに感謝していることにもなると思います。

T：ワークシートに自分でできることを一つ書きます。来週の給食の時間から取り組みます。

S：明日からやりたいです。明日も給食があるから。



図3 黒板を使って意見をまとめる

今までの授業の積み重ねにより、児童は他の授業の既習事項と結び付けて考えを広げることができた。ワークシートに自分の考えを書いたことで、個々の意見をもってグループ活動に取り組めた。

授業翌日の帰りの会から、自己決定したことの努力状況を実践カードに記録して、グループごとに回収、点検しながら10日間取り組んだ（図4）。実践後の感想には、「食材への感謝の気持ちを考えると、これからも苦手なものに挑戦し続けてみよう」と半数以上の児童が記入していた。

4 考察

- 給食に対する自己の課題は、分かってはいてもなかなか改善ができない実情を踏まえ、友達と話し合わせることで、いろいろな感じ方、考え方に触れさせることができた。その結果、児童一人一人の思考が深まり、食べ物を大切にする心や感謝の心を実感し、食への関心を高めることができたと考えられる。
- ICTを活用して、写真や動画を提示したことで、児童は食という行為が、動植物のいのちを受け継ぐことであるとイメージしやすくなり、学習課題を的確にとらえられたと考える。
- 一人一人が給食への努力状況を実践カードに記録することで、児童は自分の食生活の課題を見つめることができた。この実践で、食事のあいさつや残さず食べること、食器に食べ残しがないようにすることは、食に関しての感謝の気持ちの表現であると理解させ、よりよい食生活づくりの意欲を高めることが大切であると感じた。
- 食育は各家庭の食文化ともかかわってくるので、児童が実践を通して考えたことをもとに家族と話し合い、日常の食生活につなげていけるように、家庭との連携を図る必要がある。

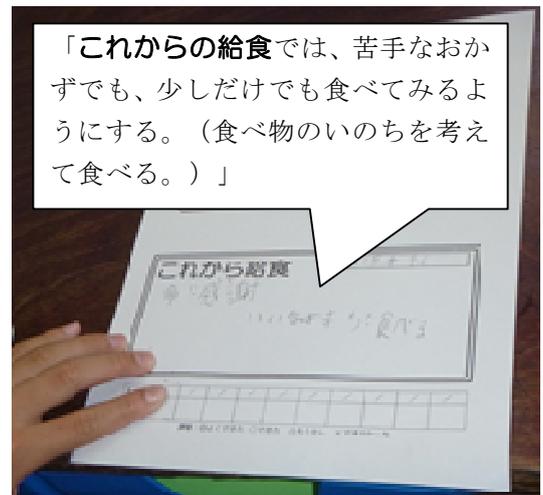


図4 児童が記入した実践カード

実践3

1 題材名 食べることと健康について考えよう

2 本単元及び本時について

本題材では、心地よい状態で食事をするとは、食が進み、健康の面からもよい点があることを知らせる。その後、実践1で考えた団らんの大切さを再認識させ、これからの食生活は健康を考えて、食事をしようとする態度を養うことをねらいとする。授業では、資料の写真やグラフを用いて、楽しい気持ちで食事をする大切さや給食の食べ方の意味を考えさせる。

事後指導においては、授業で学んだことやこれからの食事のとり方について自己決定したことを、家庭に知らせて話し合うことで、家庭での食生活にもつなげていけるようにする。心豊かな生活を送れるように、日常生活の食事を大切にしていける児童の育成を図る。

3 授業の実際

実践1、実践2で学んだことと関連させるために、導入では実践1で使用した資料を用いて考えさせた。家庭科や食に関する指導にある「食べることの大切さ」をとらえさせるために、グラフや模型を使って、児童により分かりやすく、学習内容を納得させられるように資料の提示の仕方を工夫した。

資料の写真から、友達と心地よく食べる大切さを考えさせる様子

T：1学期に見た絵と写真です（図5）。気付いたことを発表します。

S：絵は、好きなものばかり食べているようだけど、さびしそうに見えます。写真は、みんなで会話しながら食べていて楽しそうです。

S：好きなものばかり食べていると、病気になりやすくなると思います。

S：みんなと食べていると食欲もでるし、楽しいからいろいろなものを食べられます。

T：そうですね。1学期の調理実習の時、「野菜サラダは嫌いで家では食べないけれど、みんなと食べたらおいしく感じました。」という感想がありました。みんなとおいしく食べる、というのは大切なことなのでしょうね。



図5 友達と食べる楽しさ

家庭科の既習事項と給食の工夫を関連づけるために、三つの働きに分類した献立に含まれている食品数を棒グラフに表したものを提示した（図6）。このグラフを見て、児童は、給食は栄養バランスをよく考えて作られていることをすぐに理解していた。

次に、給食の食べ方について考えさせた。栄養バランスを考えて作られていても、好き嫌いをしたり食べ残しをしたりすると、体に吸収される栄養素が少なくなることを児童に実感を伴って理解させるために、視覚に訴えて考えさせることにした。図6の棒グラフの部分を工作用紙で作成しておき、その部分を取り外して三角柱に組み立てた。給食を食べた時に、体に吸収される栄養素量を三角柱の体積に例えて説明した。

図7のように、全て食べた時と、好き嫌い等の理由で食べ残してしまった時の三角柱の体積で考えさせた。食べ方によって、体に吸収される栄養素の量の違いを視覚的にとらえさせたことで、いろいろな食品を組み合わせて食べる、栄養バランスが大切であることにも気付かせることができた。

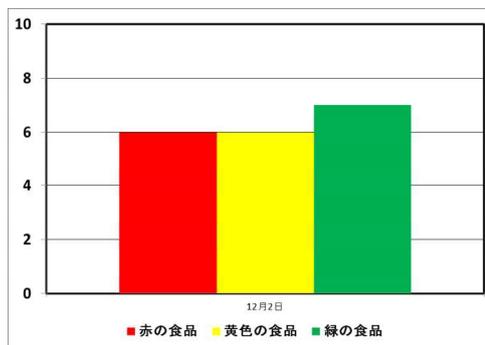


図6 給食献立に含まれる食品数

自己決定したことを家庭に発信させるまでの様子

T：実は、楽しく食べた時も、給食の献立を全種類食べた時と同じ効果があります。ということは、嫌な気持ちで食べた時はどうなると思いますか。

S：吸収される栄養素の量が少なくなっていく。

T：そうですね。1学期、2学期の時に学習したような気持ちの問題も自分の健康に関係してくると言えそうです。

(途中、略)

T：給食の食べ方の意味を考え、これからの食事のとり方について書いたことを発表しましょう。

S：給食は全部食べようと思いました。とらない栄養素がないように。

S：嫌いなものがあっても、自分の栄養バランスを大事にしたいと思いました。

S：残さず食べないと、体や心に悪いことが分かりました。嫌いなものが出されても、一口は挑戦しようと思いました。

S：学校給食は工夫されていると思いました。嫌いなものでもがんばって食べて、自分のグラフを上げていきたいです。

T：自分のグラフを上げたい、というのはいいですね(図7)。では、今、ワークシートに書いたことをお家の方に伝え、それについて話し合ってください。

T：また、話し合ったことは、学級通信でも発表しますので、お願いします。



食べないものがあると、低くなる場所がでます。

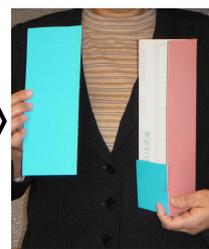


図7 食品数のグラフを組立てて説明した場面

授業後、ワークシートを家庭に持ち帰り、家庭で話し合ってもらった。その際、週予定や学級通信で課題への協力を呼びかけた。1週間後、もち寄ったワークシートをグループの中で交換して読み合い、いくつかを学級通信で紹介した(図8)。

「食べることは、おなかをいっぱいさせるだけでなく、楽しく食べるとたくさんの栄養になると思う。でも、一人で食べると、おなかいっぱいになっても心はいっぱいにならないね。」と、娘と話をしました。

図8 保護者からの感想

4 考察

- 児童は、既習事項をもとにして、自分の考えをワークシートに記入できたことから、実践1・2の積み重ねによって、食に関する知識が身に付いていると判断した。
- 友達と心地よい状態で食事することは、心豊かな食生活が送れるだけでなく、健康にもよいと分かり、児童が実践1・2の取組を定着化させ、今後も継続するきっかけになったと思われる。
- 食品の体内での働きをもとにして、食品の好き嫌い等で給食を食べ残してしまうと、体内での働きに偏りが生じやすいことを理解できた。児童自らが理解したことで、健康や成長面から自分の食べ方の課題を改善して、克服していきたいという姿勢が表れたと考える。
- 学級活動や家庭での話し合いによって、食事をする時の環境や心の状態は、学校給食でも家庭生活でも共通していて、健康と食生活は大きくかわりあっていることが理解できていた。そのため、家庭の食事においても心豊かな生活を送れるように工夫しようという考えを表現できたと考えられる。