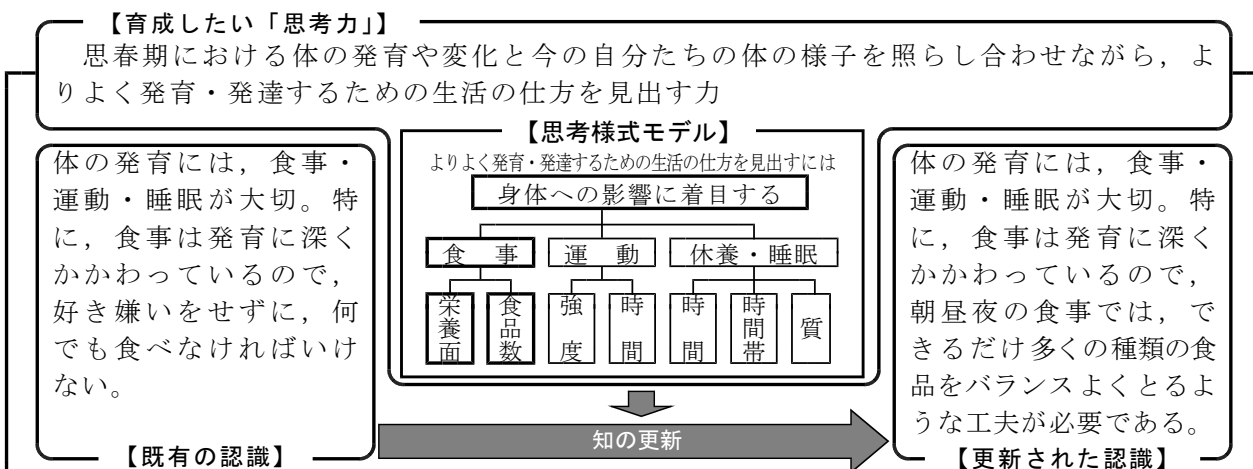


# 「おとなに近づくわたしたち」(第4学年)

## (1) 本実践の目標構造



体の発育には、食事・運動・睡眠の3つがかかわっており、特に、3食きちんととることや、好き嫌いなく何でも食べることが大切だと、子どもたちは小さい時から指導されてきた。そのため、体の発育には、食事が一番重要であり、大切だという認識はある。しかし、それは漠然としたものであり、偏食や欠食がすぐに身体への異常として現れにくいことから、実生活では実践できていない傾向がある。そこで、本実践では、多くの種類の食品をとることができるような調和のとれた食事が、体の発育には大切であるという具体的な認識に高め、実生活でも実践していこうとする意欲を高めたい。

そのためには、上記「思考力」が必要である。なぜなら、本「思考力」を育て、よりよく発育・発達するための生活の仕方を具体的に見出すことで、漠然としたとらえが明確になるからである。そのためにも、身体への影響に着目しながら、食事という視点に焦点化し、「栄養面」や「食品数」から具体的な生活の仕方をとらえることで本思考様式が必要となるのである。

## (2) 思考様式を共有化する言語活動

### ① 集団吟味による「承認・合意」

これまでの食生活を振り返らせ、外食する際の食事を選ぶ基準を話し合った。見た目や嗜好、量や質等、子どもたちが表出した様々な理由を板書上で整理していく中で、どれが基準に影響しているのかを考えさせる。その際、成長期である自分たちに必要な食事選びの基準を吟味する必要があることを意識させることで、見た目や嗜好から決めようとする「気持ち」よりも、量や質から決める「健康」を重視すべきであり、「体にとってどうか」から考えていくことが大切であることに気付いていった。このような活動により、「身体への影響に着目する」思考様式の「承認・合意」をめざしていったのである。

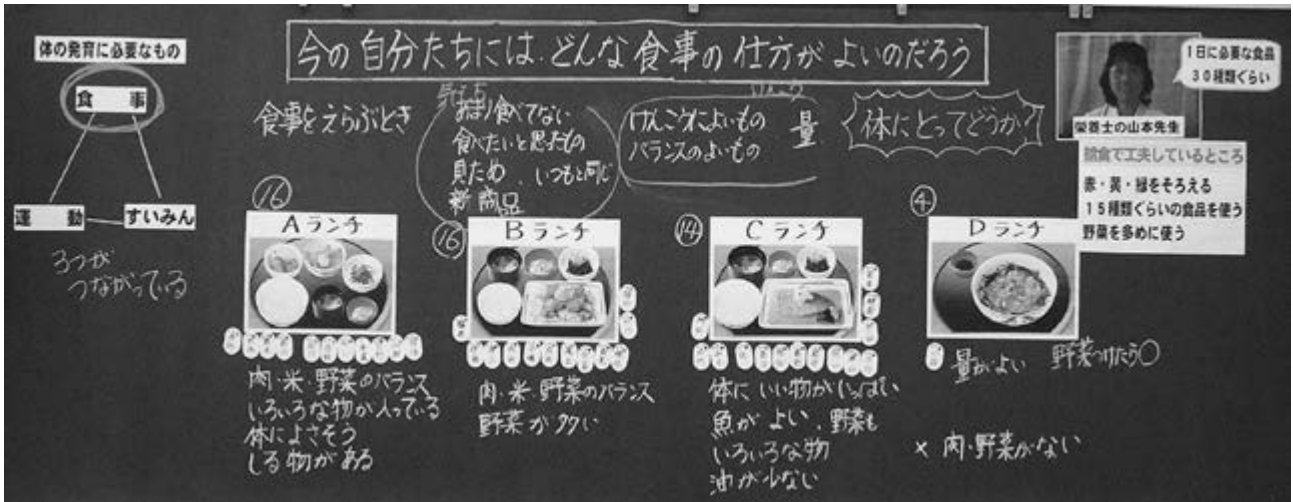
### ② 体験の言語化による個の「実感・納得」 ～ユニバーサルデザインの働きかけ～

栄養教諭のビデオからメニュー作成の視点を言葉として意識し、自分のおすすめメニューを食品群に分ける作業によって、栄養のバランスや食品数に着目させる場の設定。

4つの人気メニューから自分のおすすめを選択し、選んだ理由を話し合う際、体への影響から考えてはいるものの、「魚は体によいから」「栄養のバランスがよいから」と、知識としては理解しているものの実生活につながる具体的な認識までには至っていないため、やや漠然とした理由を挙げると考えた。そこで、栄養教諭が献立を作成する際の工夫を取材したビデオを視聴させ、「栄養面」や「食品数」という思考の視点で聞き取り、話の内容を整理した。そして、自分が選択したおすすめメニューを3つの食品群に分類していく作業によって、栄養のバランスや食品数を視覚的にとらえ、自分が選択したメニューの食品構成をイメージしやすくさせた(指導方略の組み合わせにより、思考の視点を強調する)。このような活動を通して、身体への影響に着目しながら、よりよい食事の仕方を見出していくことで、思考様式を用いることのよさを「実感・納得」できるようにした。

### (3) ユニバーサルデザインの働きかけによる学習指導の実際

#### ① 本時の板書



#### ② 「思考様式を共有化する言語活動」の詳細

##### ア 見通しの場面

子どもたちにとっての毎日の食事は、出された物を食べるという受け身の意識であり、食事作りを手伝うことはあっても、自分でメニューを考えたり作ったりする機会はほとんどない。しかし、外食となれば自分でメニューを決めることも多い。

そこで、外食をする際にはどんな基準でメニューを決めているのかを話し合う場を設定し、板書上に整理していく中で、何が影響しているのかを考えていった。「見た目や好きなものは、自分の気持ちが影響しているよ。」「バランスや量は体の健康のことを考えている。」の反応が出され、「気持ち」と「健康」の2つに分けることができた。

さらに、「自分たちは今どんな時期なのか」と前時の学習を振り返らせることで、成長期である自分たちに必要な食事選びの基準は、見た目や嗜好から選ぶ「気持ち」ではなく、バランスや量等から選ぶ「健康」を重視すべきであり、「体にとってどうか」から考えていくことが大切であることに気付いていった。

##### イ 自力解決の場面

4つの人気メニューから、自分のおすすめランチを選択する場を設定した。提示されたメニューは、どれもある程度の栄養やバランスがとれているために、その中から選択するには、思考の視点が明確でなければならない。子どもたちは、お皿の数や使用している食材の数、食品の組み合わせ等の視点に目を向け、選んだ理由をワークシートに書いていった。しかし、「気持ち」を決め手となる視点として考えようとする子どももいた。そこで、成長期である自分たちに必要な食事選びの基準は何なのかを板書で確認させ、思考様式を用いて考えられるように助言していった。



【選ぶ基準を明確に】

##### ウ 振り返りの場面

～言語的・動作的な手がかりから、食品構成をイメージしやすくさせる場の設定～

思考様式を用いて、自分のおすすめランチを選択したものの、迷いながらの食事選びとなった子どもが多かった。

そこで、栄養教諭が給食の献立を作成する際にどんな工夫をしているかをVTRにまとめておき、子どもたちに視聴させた。その際、献立を作成する時のポイント（食品数・バランス）をテロップとして挿入しておくことで、栄養教諭の話を手がかりに思考の視点を言葉として意識させることができた。

さらに、自分が選択したおすすめメニューを、3つの食品群に分類していく活動を行った。予め、メニュー毎に使用している食品を赤・黄・緑に色分けしておくことで、その食品が3つ

の食品群のどれにあてはまるのかがすぐに分かるようにしておいた。自分の選んだおすすめメニューに使われている食品を3つの食品群に分類してみることで、「Aランチに使っている食品を全部並べてみたら、16個も使っていたよ。」「Bランチに使っている食品を書き出してみたら、赤黄緑の食品がバランスよく入っていたよ。」と、自分が選択したメニューには、たくさんの食品が使用されているだけでなく、栄養面においてもバランスよく構成されていることを、運動的な手がかりを基にとらえることができたのである。その際の抽出児における様相は下の通りであった。



【3つの食品群に書き分ける】

高1児：CランチはAランチより黄が少なかった。Aランチの方が体にいいのかもしれない。  
高2児：緑の数が多いということは、野菜をたくさん使っているということだ。黄が少ないのは体のことを考えているからかな。  
低1児：実際に書いてみたら、緑の食品は思ったよりたくさん使われていた。  
低2児：Cランチは、野菜が10種類も使われていることがわかった。

このような活動を通して、身体への影響に着目しながら、バランスのとれた食事の仕方を見出ししていくことで、思考様式を用いることのよさを「実感・納得」することができたのである。

#### (4) 成果と課題

##### ① 量的・質的な検証

本実践の前後でテスト（8点満点）を行い、「思考力」の伸びを検証した。その結果、平均値で0.6点の向上が見られた。この差についてt検定を行ったところ、有意差が見られた〔 $t(37) = 3.05, P < .01$ 〕。このことから、本実践を通し「思考力」の向上は図られたと言える。また、思考様式の広がりに関しては、本実践の前後で比較して18名から23名に増加した。

3つの食品群に分類する活動後、食事を選ぶ際にはどんなことを意識しなければいけないかを尋ねたところ、抽出児の反応は次の通りであった。

高1児：体にいいものがたくさん入っているかを見ればよい。1品付け足せばよくなることもありそうだ。  
高2児：バランスを考えて、1食15品ぐらい使っているものを選べばよい。体の健康を考えて選ばないといけない。  
低1児：赤黄緑の食品をバランスよく食べることが大切で、1日に30品目とると体によい。  
低2児：野菜がたくさん入っていて、肉や魚もある、バランスがよいものを選べばよい。

##### ② 考察

外食という場面設定が、子どもたちの本音を引き出すことができたようである。つまりが予想された子どもも、思考の視点を基に意欲的に考えようとする姿が見られた。また、食品を分類する活動では、言語的な手がかりと動作的な手がかりをつなげたことで、子どもは思考様式を用いて考えることができた。思考の視点に基づいて、自分の選んだメニューだけでなく、全てのメニューの数を見ていこうとする様相も見られ、子どもの興味を引くような教材だったとも言えるだろう。

しかし、授業後に思考様式が意識できていなかった抽出児1名（低2児）は、授業前には「体にいい物を考えて」という思考様式をもっていたことから、分ける作業によって「体への影響」というよりも、より具体的な視点として、野菜や肉のバランスという視点をもつようになったのではないかと考える。これは、板書上には、本時にねらう思考様式は顕在化していたが、振り返りの場面では、目の前のメニューのみに限定されてしまったのも原因だと考える。個々の活動後に、思考様式のよさを意識付ける場をもち、板書上とつないで整理しておく必要を感じた。