

日 時 平成25年10月3日(木) 13:10~13:55

場 所 附属小 2年2組教室

指導者 梶原 康裕

本授業の主張点

「苦手とする食べ物でも努力して食べよう」という内発的な動機を再強化する「はりータイム」を行います。自己決定したことが守れなかった要因をお互いに伝え合い、苦手な食べ物でも何とか食べることができないかを仲間と共に考え、解決方法を探る姿をめざします。

1 題材名 「にが手な食べもの、へっちゃらだい！」

2 題材のねらい

健康で丈夫な体をつくるためには好き嫌いをせず、どの野菜もバランスよく食べなければならないことに気付き、自分の食生活をふり返りながら自分でめあてを決め、実践することができる。

3 評価規準

- 食事に関心を持ち、自分で決めためあてを進んで実践しようとする。(関心・意欲・態度)
- 自分に合った好き嫌いをなくす方法を考え、決めることができる。(思考・判断・実践)
- 好き嫌いなく食べることの意味を見出すことができる。(知識・理解)

4 題材設定の理由

(1) 児童観

本学級の子どもたちは、給食の時間を楽しみにしている。しかし、好き嫌いがある子どもも多く、食べるのに時間がかかり給食の献立によっては残食が出る。何でもバランスよく食べることで、元気になるという漠然とした知識はあるものの、体にとってどんなよいことがあるのかについては、ほとんど知らない実態である。

たくさんの野菜を畑で栽培をした生活科では、保護者の協力をえて、野菜パーティーを開くことにした。食べやすい味付けで調理をしてもらったが、どうしても残してしまう子どももいた。子どもに対して行った好き嫌いアンケートでは、食べきれない野菜にナス、ピーマン、トマト、ゴーヤなどの夏に旬を迎える野菜が多く挙げられた。家庭環境によって、食事の質や量は違うので、子どもたちの嗜好も様々である。保護者が食べないから家庭では出ない野菜などがあるために、食べたことがない、食べたくないと思っている児童もいる。給食の時間、配膳をした後、容器におかずが残っているときは、自由におかわりをしてよいとクラスで決めているが、味が濃いもの、肉類、麺類などはすぐになくなり、野菜類はいつも決まった子だけがおかわりする現状である。

「はりータイム」については、これまで話の聞き方、学習の準備、帰りの用意等、学校生活の中でうまくいっていないことについて取り組んだ。「友達の発表をきちんと聞ける人になろう」では、一度は友達の発表を聞くために取り組んでいく自己決定を行ったことが、日にちが経つにつれ徐々にできなくなった。そのできなくなった要因について、小グループで意見を話し合う中で、実践ができていなかったのは「自分一人ではなかった」という安心感が生まれ、友達の発表を聞くためのよい方法はないか、自分たちで解決方法が見つけれないかを親身になって話し合いができた。自主的な話し合い活動をしたことにより、再自己決定したことを守っていこうという意欲的な姿が見られるようになった。

(2) 題材観

人が生きるための基本であり、もっとも身近な「食」。しかし、近年「食」に関して、スナック菓子やジャンクフードの氾濫による栄養の偏り、肥満や子どもの生活習慣病など、子どもの心や体に様々な影響を及ぼしている。「食育」は家庭を中心に行われることが基本であることはいままでもないが、食習慣の形成期である学童期において、生涯にわたり心身ともに健康な生活を送れるようにするため、学校においても積極的に食育の推進に努めることが必要である。その解決のためにも、子どもたちに望ましい食習慣を身に付けさせる指導を繰り返し行わなければならない。食物の栄養素や調理の方法など単なる知識を教えるだけではなく、人と共に食事をすることの喜び、食事のマナー、食物を大切にしていこうとする自主的・自発的態度を育てることが大切である。

本題材の中で「はりータイム」を行うことにより、各自の実践ではあるが、自分で決めたことができなくなった要因を仲間と共有し、内発的な動機を高め、「何とかして苦手な野菜も食べよう」という実践意欲の高まった再自己決定になると考える。自主的な話し合い活動が展開され、苦手な食べ物が出て、一口でも食べる努力をしようという気持ちと、残食を出さないように食べようという態度が養われるであろう。さらに、今回の取り組みを通し、学校給食や家庭での場にも生かされるようなふりかえりの活動を設けることで、心身ともに健康な生活を送るためには、バランスの良い食事をしようという態度が育まれていくであろう。

(3) 題材のねらいに迫るための主な手だて

本題材では、給食の献立によって残食が出ている実態と、家庭で出た野菜を残している実態を自分自身の問題ととらえられるようにしていく。野菜パーティーをした後、栄養教諭とのT・Tで、野菜の栄養素や体にとってどんなよいことがあるか学ぶ機会を設ける。その後、保護者の協力をえて、夏季休業中に野菜パーティーで出てきたメニューを各家庭で作ってもらう。学校では、せっかく作ってもらったものだから頑張って食べようとするが、家では甘えが出て実践が困難になることが予想される。そこで、子どもがどんな様子(食べている様子や発言)で食べていたかを保護者に記録してもらい、それを後の学習の中で、実践が困難になった要因を明らかにするために生かしたり、保護者の願いを紹介したりする場面に用いる。

夏季休業中に配布する保護者アンケートから、家では野菜類を好んで食べていない実態と給食では野菜類の残食が出ている実態を明らかにする。栄養教諭からの話で、野菜を食べなければならないことが理解できたにも関わらず、野菜をあまり食べようとしていないことに気付かせ(裸の王様タイム)、苦手な野菜が出たとき、どんな努力をして食べるかを自己決定させる。その後、自己決定したことを自己評価しながら継続して行えるようにしていくが、徐々にそれができなくなっていくことが予想される。そこで、自分で決めたことができなくなった要因を仲間と互いに受け止め合う活動(「はりータイム」)を行い、解決方法の検討を小グループで行わせる。各グループで出た意見を全体で共有させ、「この方法だったら、できそうだ」という再自己決定を行う時間を設ける。再自己決定の中には、「一口でも食べるようにする」、「出た量の半分は食べる」といった自分で実践ができるものもあれば、「自分が好きなものと一緒に食べる」や「味付けを変えてもらう」等といった調理方法に関することも考えられる。そこで、栄養教諭からのアドバイスを撮ったビデオを流す。その内容とは、給食では、野菜類を子どもでも食べやすく、切り方を変えたり、味付けを工夫したりして、残食が残らないようにしているということを知らせる。このことが、解決方法の一助となると考える。

再自己決定を行った後、保護者の協力をえて、もう一度各家庭での実践を記録してもらう。ふりかえりでは、実践を続けることができたことを保護者のコメントと共に紹介し、自分で決めたことが守れた達成感と成就感を味わわせたい。また、各家庭での取り組みの実践例を集め、それを学級通信で紹介し、保護者の食に関する意識も高めていきたい。

5 本題材の展開(全4時間+課外) . . . 視点

階	時	子どもの意識の流れ	活動の流れ	教師の働きかけ	評価
おこす	1	どうして野菜を食べるか、その理由を考えよう。	栄養教諭の協力を得て、旬の野菜や野菜に含まれている栄養素とその効能について知る。	<ul style="list-style-type: none"> 野菜パーティーを行ったビデオを見せ、どうして野菜を食べなければならないかを考えさせるために、野菜の働きについて指導をする。 	知識理解
きめる	2	自分が食べている野菜を調べ、努力していくことを決めよう。	給食で出る野菜類や家庭で食べている野菜類をどれだけ食べているかを知る。	<ul style="list-style-type: none"> 給食では、野菜が使われているメニューの残食が出ていないことに気付かせるために、空になった容器の写真を見せる。 保護者アンケートをもとに、家庭では努力して食べようとしていない状況に気付かせるために、裸の王様タイムを設け、これからどんな努力をしていくかの自己決定に導く。 	思考判断実践
おこなう	課外	自分で決めたためあてを守ろう。	家庭や学校で自己決定したことを実践する。	<ul style="list-style-type: none"> 自分がたてためあてが達成できているかの自己評価カードを確認する。 保護者に対しても、子どもが食べた野菜類に関して記録をとってもらうように働きかかせる。 	関心意欲態度
きめる	3(本時)	自分でたてためあてが守れなくなってきた理由を考え、努力していくことを決めよう。	実践が困難になった要因を改めて見つめ直し、解決方法を探り、再自己決定する。	<ul style="list-style-type: none"> 自分がたてためあてが守れなくなった要因を引き出す。 小グループに分かれ、子ども同士が共感し、解決方法を見い出すことができるように「はりータイム」を行う。 	思考判断実践
おこなう	課外	自分で決めたためあてを守ろう。	家庭や学校で再自己決定したことを実践する。	<ul style="list-style-type: none"> 自分がたてためあてが達成できているかの自己評価カードを確認する。 	関心意欲態度
ふりかえる	4	自分で決めたためあてをふりかえろう。	自己評価カードと保護者アンケートをもとに、改善の状況を明らかにする。	<ul style="list-style-type: none"> 実践を通して自己の変容に目を向けることができるように、ふりかえり活動を行う。 家庭での調理方法の工夫に関する記述を紹介する。 	知識理解

6 本時の活動(本時3/4) . . . 視点

(1) ねらい

○苦手な野菜を少しでも食べられるような解決方法を話し合い、見つけ出すことができる。

[思考・判断]

(2) 展開

学習活動と予想される子どもの反応(・)	教師の働きかけ(○)と形成的評価(◆)
<p>1 野菜の栄養について話し合う。 ・野菜には体にいい栄養がたくさんふくまれている。</p> <p>2 本時の学習のめあてを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>にが手なやさいを食べられる方ほうをかんがえよう。</p> </div> <p>3 給食後の空になった容器と給食を食べきった子どもの画像を見る。</p>	<p>○ 野菜の栄養について思い出させるために、以前行った栄養教諭との授業の様子を流す。</p> <p>○ 自分自身の問題としてとらえさせるために、自己決定したことが守られていない実態が分かるよう、お家の方の調査と子ども自身の自己評価が比べられる表を提示する。</p> <p>○ 苦手な野菜があっても、食べようとする子どもの気持ちを紹介して、はりータイムに向かう気持ちを高める。</p>
<p>4 「はりータイム」を行う。</p> <p>(1) 小グループごとに、実践が困難になった要因について付箋紙を貼り合い、話し合う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>(教師側からの提示)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分できめたことがむずかしかった。 ・にがいから。 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・おなかがいっぱいだから。 ・見た目がいやだから。 ・自分で作っていないから。 <p>(2) 解決方法について全体で共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・先に食べる。 ・お母さんと一緒に料理を作る。 ・自分が好きなものと一緒に食べる。 ・小さく切ってもらうようにたのむ。 ・自分で野菜を育ててみる。 ・出た量の半分は食べる。 	<p>○ 家庭での食事に関して自己決定した内容が実践できなくなった要因について小グループごとに考える場を設ける。</p> <p>○ 子どもが抵抗なく付箋紙を貼れるように、実践が困難になった要因をいくつか書いていたラミネート用紙を配る。</p> <p>○ 実践が続かなかったことは自分一人ではないので、安心して伝えていいことを呼びかける。</p> <p>○ 実践が困難になった要因を自分たちで考えられないグループに対しては、家での様子を聞いて、要因を引き出す。</p> <p>○ グループ毎に要因として出されたことを発表させ、全体で解決方法について話し合うように促す。</p> <p>○ 以前、自己決定した内容が守られた子どもの実践例を紹介する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>◆ 苦手な野菜を少しでも食べられるような解決方法を話し合い、見つけ出すことができたか。</p> <p>【観察】</p> <p>A 苦手な野菜を少しでも食べられるような解決方法を考えようとしている。</p> <p>B 苦手な野菜を少しでも食べられるよう考えようとしている。→実現ができそうなのかを問いかけ、具体的な行動を考えるよう促す。</p> <p>C 苦手な野菜を少しでも食べられるような方法を考えきれずにいる。→自己決定したことが守られた子どもの意見を参考にさせ、実現できそうな解決方法ないか支援していく。</p> </div>
<p>5 再自己決定したことをワークシートに記入する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一口だけでも食べるようにする。 ・一気に食べてしまう。 ・一緒に料理を作ってみる。 ・好きな食べ物の中に入れてもらうように家の人に頼む。 	<p>○ 夏休みの保護者アンケートからよい解決方法のヒントも紹介し、再自己決定ができるようにする。</p>
<p>6 保護者と栄養教諭の願いを聞く。</p>	<p>○ 野菜を食べることで、健康で丈夫な体を作ってほしいという内容の言葉を紹介する。</p>