

食生活を考える
～子どもたちのより良い食習慣づくり～

I 主題設定の理由

「食」は子どもたちの健やかな成長を支えるうえで、重要な役割を担っている。しかし、現在の子どもたちを取り巻く食環境は、手軽に好きな食べ物を手にすることができる豊かな環境ではあるようだが、嗜好の偏りや乱れた食習慣をまねき子どもたちの健康を脅かす要因ともなりうる状況である。

食に関する授業実践をとおして、子どもたちが食に対する興味関心や食べ物・栄養についての知識を高めることで、子どもたちがより良い食習慣を身につけ、健やかな成長を支えることができると考え、本テーマを設定した。

II 研究の内容

1 ティームティーチングによる授業研究

(1) 小学校第6学年学級活動「栄養のバランスを考えて食べよう」

授業者：奥野田小学校 山宮武徳，早川貞子

高学年になると食事に対する好みが固定化してくる傾向にあり、苦手な食べ物を食べようとする意欲づけが難しくなってくる。紙上でのバイキングをとおして、食事の基本的な形態（主食・主菜・副菜）を理解させ、栄養バランスがとれた食事をしていこうとする意欲をもたせる実践だった。

子どもたちにとって学習がわかりやすくすすむための資料活用方法を研究することができた。また、学習したことをこの場で終わらせないために、保護者に向けての「食育だより」が取り入れてあり、家庭との連携も意識した内容となっていた。

(2) 小学校第2学年学級活動「野菜パワーで元気いっぱい」

授業者：塩山南小学校 佐藤多恵，小野明子

子どもたちがもっている課題である「野菜ぎらい」を、野菜にある働きを知ることによって、野菜に興味をもち、すすんで野菜を食べようとする意欲をもたせる実践だった。

授業の流れが工夫されており、おじいさんからの手紙をきっかけに子どもたちが野菜の働きについて楽しく学んでいく様子がみられた。学習の内容や指導の方法・教材資料が子どもたちの実態に合っていると、わかりやすく楽しい授業になることがわかった。授業のまとめの中で行われた「挑戦する野菜のレシピカード」を各自が選び家に持ち帰らせる内容は、家庭においても苦手な野菜を食べようとする意欲づけにつながり、学習の広がりを感じることができた。

2 学習会

コープやまなしの出前講座による「豆腐作り」を体験し、豆の加工について学んだ。

少人数のグループに分かれ、各グループにおいて講師が指導してくれたので、作り方の過程を各自で体験することができた。体験することで、調理の時間や方法を知り、学校の活動でも実践できる内容であることがわかった。

Ⅲ 成果と課題

1 成果

- ・管理職・学級担任・栄養教諭・栄養職員のそれぞれの視点をもって意見を交わすことができ、組織として充実した研究ができた。
- ・チームティーチングによる授業研究を行うことができた。子どもたちの実態を十分に把握している学級担任と、学校においては食に関する専門的な立場である栄養教職員とが協力して授業を作り上げていくことで、授業の内容を深めることができた。
- ・授業研究では、子どもたちの実態に合った学習内容、資料提示の仕方などを学ぶことができた。食教育には子どもたちが共通に持っている教科書のようなものがないため、教材資料やワークシートの活用は、学習内容を理解させるために重要な役割を担っていることがわかった。
- ・研究テーマである「子どもたちのより良い食習慣づくり」のためには、家庭との連携が必要となってくる。そのテーマに迫るべく、授業研究では、家庭との関わりがもてる内容を取り入れることができた。「食育だより」や「野菜のレシピカード」など、家庭との連携のとり方についても研究することができた。
- ・学習会での豆腐作りは、食についての理解を深める良い機会であり、授業にも活用できる内容であった。

2 課題

- ・一人一実践は互いの力量を高めるうえで必要である。
- ・実践に広がりをもたせるために、部会としての指導案作成や教材研究のあり方を考えていくことも必要である。
- ・栄養教諭や栄養職員がもっている食に関する知識や授業に活用できる資料などを、紹介する機会をつくることは、食に関する指導の実践の広がりにつながる。
- ・学校給食の運営のあり方について学習する機会があるとよい。

3 来年度に向けて

- ・研究授業に向けての指導案検討と、食に関わる体験学習や施設の見学などは継続していき、各学校での実践につなげていくことが大切である。
- ・基本となる指導案や教材教具を部会として作成し、より多くの学校で実践が行われるようになるとよい。
- ・食教育は学校全体で取り組むことが効果的なので、今後も管理職や教諭、栄養教職員とともに研究を深めていきたい。

(部長 小林智子)