

[課題演習概要]

食の自己管理能力を育成する食に関する指導 —ガイダンスとカウンセリングの趣旨を踏まえた学級活動(2)の授業づくりを通して—

恩 塚 祐 稀

Yuki ONDUKA

福岡教育大学大学院教育学研究科教職実践専攻教育実践力開発コース

キーワード：食の自己管理能力，食に関する指導，ガイダンス，カウンセリング，学級活動(2)

1 研究の目的

(1)主題の意味

「食の自己管理能力」とは，食に関する健康増進に対して意識を持ち，課題を見出す中で，それを保持，改善する食行動を自分で決定し，実践する力のことである。このことについて稲垣(2014)は，自らの食に関心を持つ食意識と，学んだ食の知識を実生活に生かす食行動の2つの視点で捉えている。また，坂本(1990)は，この食の自己管理能力を育成するためには自分で考えて決めて実行する「自己決定の力」が必要であり，学校給食の場面でも食べることにについての自己指導能力（自己管理能力）を育てられると述べている。この「自己決定の力」とは今回，小学校学習指導要領（平成29年告示）（以下，学習指導要領）の改訂で示された意思決定と同義である（脇田，2019）。また，「食の自己管理能力を育成する食に関する指導」とは，学習指導要領第6章に示された特別活動の学級活動(2)「エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」（以下，学活(2)-エ）で，児童の食に関係する生活課題を解決する学習を行い，食の自己管理能力を育成するということである。なお，学級活動(2)（以下，学活(2)）は，日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康や安全に関して，児童に共通した問題を題材としながらも最終的には，個々の児童が自分に合った解決方法を意思決定して実践する教育活動である。

(2)副主題の意味

「ガイダンス」は，主に集団の場面で行われるより良い生活づくりに向けた案内や説明である。本研究では学活(2)-エで食に関する指導を学級の全員に行い食の自己管理能力を育成する。「カウンセリング」は，児童の悩み等を受け止め，自ら選

択決定できるように個別に助言等を行う教育活動である。本研究では，学活(2)-エの授業で意思決定した個人目標の達成状況に応じて個別に支援する。(3)研究の目的と手続き

本研究では，児童の食に関する自己管理能力を育成することを目的とする。そのために，食に関する指導を学活(2)-エで進めるガイダンスとカウンセリングの趣旨を踏まえて充実させる。なお，食に関する指導は，脇田(2019)の食育プランニングシート（以下，食育PS）を用いて構想し実施する。

2 研究の計画

MS2 後期，MS3 前期・後期で，食育PSで食に関する指導を構想し，ガイダンスとカウンセリングを実施した。MS2 後期はカウンセリングが不十分であったため，MS3 前期・後期ではカウンセリングを重視し，以下の計画で実施した（表1）。

表1 実施対象，ガイダンス日とカウンセリングの期間

	実施対象	ガイダンス日	カウンセリング期間
MS3 前期	X市立A小学校 2年1組32名	令和3年 6月30日	令和3年6月30日～ 7月14日(10日間)
MS3 後期	X市立A小学校 2年1組32名	令和3年 12月6日	令和3年12月6日～ 12月20日(10日間)

3 研究の内容

(1)MS3 前期のガイダンスとカウンセリング

題材「なくすぞ！すききらい」，食に関する視点「心身の健康」でガイダンスを行い，実践では意思決定した個人の行動目標（以下，自己目標）の達成に向けてカウンセリングをした。すると，食に関するガイダンスとカウンセリングの効果があることがわかった。一方で，児童一人一人の学習状況を丁寧に見とることができていないなどの課題が残った。そこでMS3 後期では，このカウンセリングの手立てに重点を置き，食に関するガイダンスとカウンセリングの効果を検証していく。

(2)MS3 後期のガイダンスとカウンセリング

①食に関するガイダンス

題材名	伝えよう！きゅう食へのかんしゃのきもち
食育の視点	④感謝の心
授業日	令和3年12月6日(月)
対象	X市立A小学校2年1組32名
本題材で育成する資質・能力	<ul style="list-style-type: none"> ・調理員さんや給食に対する感謝の気持ちを伝えるために行動することができる【知識・技能】 ・調理員さんへの感謝の気持ちを伝える方法を意思決定できる【思考力・判断力・表現力等】 ・調理員さんや給食に関わる多くの方々へ感謝の気持ちを持って給食を食べようとする【学びに向かう力・人間性等】
学習過程	表2 食に関するガイダンスの流れ
検証方法	ガイダンス前(以下、事前)とカウンセリング期間終了後(以下、事後)のアンケート調査の結果、がんばりカード1・2の記述内容、学級担任と報告者の観察

表2 食に関するガイダンスの学習過程

段階	活動	児童の姿
つかむ	共通の課題を知り、めあてをつかむ。	アンケートの結果や実際の給食の写真から、本時学習のめあてをつかむ。
さぐる	感謝の気持ちが表せていない原因をさぐる。	調理員さんの困っていることを紹介し、感謝の気持ちが表せていない原因について考えその理由についてさぐる。
見つける	給食における感謝の気持ちを表す方法を見つける。	感謝の気持ちを伝える方法をさぐる段階での内容やインタビューカード(事前学習)、学級の話し合いで見つける。
決める	自分にできる方法を決める。(個人の行動目標の意思決定)	自分にできる方法を決め、がんばりカード1に記入する。(例)残さず食べる、ワゴンを取りに行く時に元氣よくあいさつする、ストローのゴミはこみ袋に捨てる。

②食に関するカウンセリング

事後の活動では、児童が意思決定した自己目標を達成するための実践を支援した。支援の手立ては、給食時間に児童への意識的な対話や声掛け、がんばりカードへのコメント書きを行った。振り返りではYWT法に基づき、自分で取り組んだこと、そこで分かったこと、次に挑戦したいことの観点で振り返らせた。また、表2の見つける段階で出た方法を想起させるためにプリントを作成、配布したり児童との対話を通して自己目標を付加、修正したりした。なお、児童の実践期間を10日間とし、振り返りを中間(5日目)と最終(10日目)で行った。この間、がんばりカード1・2に自分の取り組み状況を3段階で自己評価させた。

③アンケート調査の結果と抽出児童の姿

「問1. 給食を作ってくださる調理員さんへ感謝の気持ちをもつことができるか(選択)。」「問2. 感謝の気持ちを伝える行動はなにか(記述)。」というアンケート調査を事前と事後で実施した。図1は、問2の結果をテキストマイニング(User Local 社)したもので、調理員さんへの感謝の気持ちを伝える行動を示す名詞や動詞が増加した。

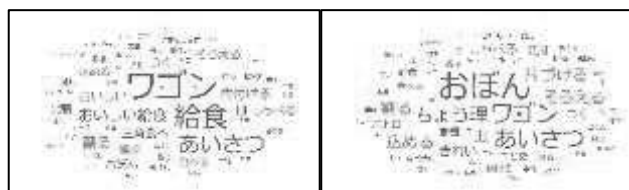


図1 テキストマイニングの結果(左:事前、右:事後)

このテキストマイニングは、児童たちのアンケートに表記された言葉の中から特徴的な言葉(スコア)を表すものである。その結果、事後で出現

回数が多いのは、「おぼん」という単語であり

「おぼんを片づける」「おぼんをそろえる」という動詞に繋がっている。このことから、本題材で学習した給食や調理員さんへの感謝の気持ちを行動に表そうとする児童が増えたと考える。

また、問1で「はい」と回答した児童が事前の29人から事後は32人と増えた。事前のアンケートで「いいえ」と回答した3名を抽出児童ABCとした。この抽出児童ABCのがんばりカード1・2の記述(表3)を見ると、自己目標の達成を意識して取り組んだことがわかる。

表3 抽出児童のがんばりカードへの記入内容(抜粋)

	がんばりカード1	がんばりカード2
抽出児童A	【目標】 嫌いなものも少しずつ食べる。 【振り返り】 嫌いなものを少しずつ食べると、嫌いなものもほんの少し食べれることがわかった。次に頑張ることは、もう一回少しずつ食べることで、必ず一口は食べることを頑張りたい。	【目標】 嫌いな野菜も一口は食べることを頑張る。 【振り返り】 私は一口でも嫌いな野菜を食べることを頑張ったら、できることがわかった。次に頑張ることは、できれば全部食べて、必ず一口は食べる。
抽出児童B	【目標】 給食を残さずきれいに返す。 【振り返り】 給食自体が食べれなくて、ちょっと悲しかった。次は、少しでも半分は食べるように頑張る。	【目標】 給食を半分は食べる。 【振り返り】 私は大体、野菜を多く残すことがわかった。次は野菜を半分食べることに頑張りたい。
抽出児童C	【目標】 嫌いなものに挑戦します。わけは、私は嫌いな食べ物が多いからです。 【振り返り】 私は嫌いなものに挑戦することを頑張りました。そして、嫌いな食べ物が食べれました。	【目標】 嫌いなものに挑戦する。 【振り返り】 挑戦するのはちょっと難しいけど、嫌いなものがちょっと食べることができてうれしかった。嫌いな食べ物に挑戦して全部食べれるように頑張ります。

4 成果と課題

図1、表3結果のから、意思決定した自己目標達成に向けた食行動の増加や目標達成への喜びが見られた。これは、ガイダンスにおける一人一人が自己目標を意思決定できるような学習過程(表2)の効果と、カウンセリングにおける支援の手立てや、個々のがんばりカードに書かれた自己評価に対する報告者のコメント書きの効果であったと考える。このことから、学活(2)-エで行う食に関するガイダンスとカウンセリングは、児童の食の自己管理能力の育成に効果的であったと考える。今後は、他の食育の視点に基づく題材の授業や他の学年での授業実践を行っていきたい。

主な引用・参考文献

- 稲垣夏子 2014 自己管理能力を育成するための食に関する指導の工夫-給食の時間や関連する教科等での効果的な支援を通して-沖縄県総合教育センター 後期長期研修員 第55集 研究収録 pp.23-33
 文部科学省 2017 小学校学習指導要領 p184, p23
 坂本昇一 1990 生徒指導の機能と方法 p57 文教書院
 脇田哲郎 2020 特別活動の理論と実践 p69 ミネルヴァ書房