

## 仮説（１）の検証 健康に対する認識を深めながら課題を見つけていったA児

### （１）自分の課題を他とのかかわりの中で見直す場

年間指導計画では、2学期に、心の健康に焦点を当てた単元「わたしの心、いきいき大作戦」を展開する予定だったが、1学期の課題設定では、目に見える部分の健康にこだわる子供が多く、体の中や心の健康に目を向けている子供はとても少なかった。

そこで、子供たちの意識の流れを大切にしたいことと、体の健康についてもっと追究を深めてほしいと考えたことから、年間指導計画を修正し、2学期の単元を「わたしの体、すこやか大作戦 Part Ⅰ」とした。そして、1学期の課題を見直す場として、養護教諭に専門的な立場から話をしてもらう時間を設定し、新たな問題意識をもったり、自分が健康であるためにもっと取り組む必要のある課題に気付いたりできるようにした。

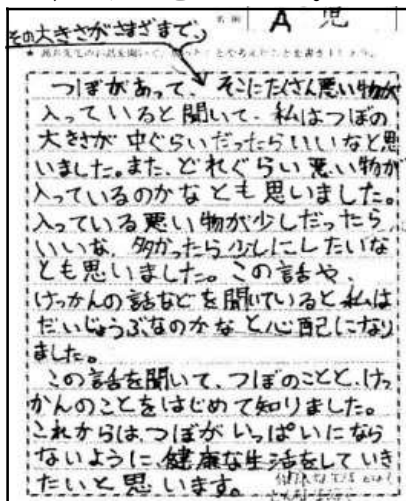
#### 養護教諭の話

夏休みから「すこやか大作戦」にがんばって取り組んでいて、感心しています。でも今の作戦で本当に健康になれるかな？みんなのすこやか検診の結果を見て、心配になりました。みんなの体の中には目に見えない「病のつぼ」があって、体にとってよくないことをすると悪いものがどんどんつぼにたまっていきます。そして、つぼがいっぱいになると、ある日突然重い病気になってしまうのです。悪いものの中には、例えばコレステロールとか・・・（略）



子供たちに話をする養護教諭

子供たちは、『病のつぼ』の話に大変興味関心をもったようで、「つぼから悪いものが溢れてしまうと、どんな病気になるのか」「つぼにたまった悪いものは減らすことができるのか」などと、次々に養護教諭に質問していた。その後、話を聞いて思ったことをワークシートに書いた。これは、A児の感想である。



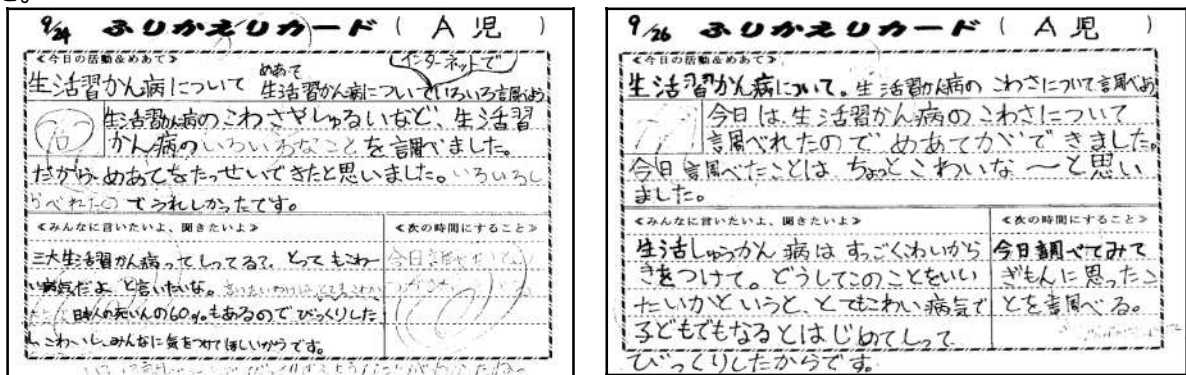
A児は養護教諭の話を書くまで、病気に関して自分は何となく大丈夫だと思っていた。けれども、コレステロールが徐々にたまって血管を塞いでいき、ある日突然脳や心臓の血管が詰まったり破れたりして重い病気になるという話に驚き、「いつか自分も病気になるかも・・・」と初めて健康に対して不安を抱いた。

他の子供たちも同様で、改めてすこやか検診の結果を聞きに来た。中でもコレステロール値が高かった子供は、「このままでは、『病のつぼ』が溢れて、大変な病気になってしまうかも・・・」と、切実な問題としてとらえていた。そこで、「今だけでなく、ずっと健康でいたい」というみんなの願いから、共通課題「一生健康でいられるには、どうすればいい

のだろう」を話し合っ設定した。そして、一人一人と対話しながら各自の課題も決めた。

A児は、「病気にならないよう、健康な生活をしていきたい」という願いから、最初に「どういう生活をしていると病気になるのか」という課題を設定し、調べて分かったことと逆のことをすれば健康になれると考えた。そして養護教諭へのインタビューで、生活と病気は深いつながりがあることを確信した。また、「生活習慣病～かからず健康に～」という課題で調べ活動をしてきたK児の取組みをA児に紹介したところ、自分の追究したいことと方向性が同じだったようで、生活習慣病に焦点を絞って問題解決に取り組んでいった。

「ふりかえりカード」からも分かるように、深く調べれば調べるほど生活習慣病の怖さを実感していき、改めて生活習慣病の可能性を指摘された「すこやか検診」の結果を真剣に受けとめていた。



そこで、怖いだけで終わらないよう、どうしたら生活習慣病にならないかを問いかけ、自分の課題との関連性を意識させるような助言をした。A児は、養護教諭の話 インタビュー K児の取り組みというかわりの中で、自分の課題「生活習慣病にならない生活をしよう」をはっきりさせていったと同時に、追究も深めていくことができた。

## (2) 地域の方の生き方にふれ、自分の課題を深める場

調べ活動が8～9割程度進んだ段階で、共通課題「どうしたら一生健康でいられるのだろう」について話し合う場を設定した。分かったことを言いたいという子供や、自分の課題について大体調べたことに満足し、健康になったつもりでいる子供が多くなってきて、調べ活動に停滞する様子が見られたからである。

話し合いは2時間設定し、前半は「一生健康でいるために大事なこと」について、分かったことをどんどん発表し合った。2時間目は、みんなが見付けた「一生健康でいるために大事なこと」と自分の実際の生活を比較して、思ったことを話し合った。以下の授業記録は、話し合いの一部である。

～ R児の「睡眠だけちゃんとできなかつたらどうなるの」という発言をきっかけに、見付けた大事なことを全てやらなければ一生健康でいられないのかという話に展開していく。～

A児： 私の調べたことだけど、6このうち3つしかできていない人と全部できている人では、平均寿命が11年も違うのを見付けた。**全部やっていた方が長生きできる。** ...あ

O： 食事は好き嫌いせずがんばって食べればいいし、子供だから煙草やお酒も飲まないし、運動は・・・(略)・・・全て心がければ、簡単にできる。

T： Oさんは、これ全部簡単にできるんだ。他の人は？

C： ほとんどだめかも・・・。特に運動してない。外に出るけど日光にあたるだけで・・・。

C： 運動とかはしているけど、好き嫌いがあるからだめ。

C： バランスのよい食事があまりできていない。運動もそんなにしていない。睡眠は、見たいテレビがあつてだめ。簡単じゃない。

T： 難しいという人  
(挙手17人)

C： 簡単だと思っている人は、自分では簡単かもしれないけど、見たいテレビを我慢できる人もいるし、できない人もいる。人によって簡単と難しいは違う。  
(... 中略 ...)

A児： 私は睡眠があまりできていないから難しい。ついだからとして、**今日だけならいいや、とか言っていてできなくなってしまう。** ...い

A児は、生活習慣と病気の関係について調べてきたので、睡眠・食事・運動等の大切さについてはよく理解している（下線あ）。しかし、健康にとって十分な睡眠が必要だと分かっているにもかかわらず、実際にはなかなかできない自分の姿を素直に語っている（下線い）。他の多くの子供たちも、話合いの1時間目には得意げに健康の秘訣を発表していたが、2時間目に自分の生活をふり返って考えてみると、分かっているにもかかわらず実践することの難しさを実感していた。

そこで、話合いの終末に、毎日夕方になると決まって長岡小のグラウンドを走っている地域のOさんにインタビューした映像を提示した。

T: おじいちゃんのすこやか大作戦を見てどう思った？  
A児: すごいなあ。今までずっと走り続けてこられたことがすごいなあ。  
C: 体力もすごい。  
C: 40年前からずっと走り続けていることがすごい。わたしのばあちゃんも、歩いている。  
T: なんでこんなに続けてこられたと思う？  
C: 我慢とか、一生懸命やろうとか・・・  
C: 健康になりたいからがんばろうとするし、体力もつけたいと思うからすごくがんばっている。  
C: 今では、生活習慣の中に入っている。体力だけでなく、心というか精神力、我慢する心があるから。

現在68歳になるOさんは、40年前から週に数回、10年前からは健康を維持するために、毎日持久走に取り組んでおられる。喘息を克服するために走り始めた持久走を、生活習慣の一部になるくらい何十年も続けてこられたOさんの生き方にふれ、子供たちは左記のように驚きと感動の声をあげていた。

A児も、積極的に自分の健康作りに取り組む姿勢やそれを継続することの大切さに気付いたようで、授業後の「ふりかえりカード」には、次のように記入している。

「今日は、前の時間と違ったことも分かりました。ただ分かるだけじゃだめということが分かりました。だから、毎日すこやか大作戦をしていきたいです。」というように、実践への意欲を伴う課題をもつことができた。また、調べ学

習が終わった段階で自分の考えをワークシートにまとめたが、A児自身も自覚しているように、4月の頃に比べ健康に対する認識を深めることができた。

4月の時、健康というのは見た目を決めていて、生活習慣とは関係がないとっていました。でもこの勉強で、生活習慣は健康や病気ととても関係があって、生活習慣次第で生活習慣病を予防できると分かりました・・・(中略)・・・私は今から、食事は1日30種類、睡眠は8時間、運動は1日30分することに気を付けて、生活習慣病にならないようにしたいです。  
(A児のワークシートより)

このようにOさんの事例が、A児をはじめとする子供たちの心をゆさぶったのは、「Oさんの生き方そのものがすばらしかった」からであるが、他にも

- ア) 子供たちは、夏休みに「すこやか大作戦」を通して、続けることの大変さを実感しているからこそ、Oさんの40年間の取組みに感動した。 **経験による共感**
- イ) Oさんは、クラスのO児の祖父という身近な存在であり、子供たちは実際に黙々と走るOさんの努力する姿を見たことがある。 **よく知っている身近な人**
- ウ) Oさんの話で、必要な部分を考えて取捨選択したり、大事な部分にテロップを入れたりするなど、工夫して編集したものを提示した。 **分かりやすく伝える工夫**

のようなことが考えられる。今回の授業を通して、人のすばらしい生き方は、子供たちに大きな影響を与えることが分かったので、今後も地域の人材の発掘とその生かし方の工夫に努めていきたい。

## 仮説（２）の検証 自分の追究に自信をもつことで、学びを深めていったB児

### （１）自分の学びを見つめる自己評価

「ふりかえりカード」の活用

課題を追究する段階では、授業の始めに、その時間の自分のめあてを記入してから各自の活動に取りかかり、活動後にはめあてを達成できたか、ふり返って感想を記入する「ふりかえりカード」を活用した。自分の学びを評価する力や見通しをもって活動する力を育てたいと考えたからである。また、「ふりかえりカード」から一人一人の活動状況や思いをとらえて、個への支援に生かすとともに、かかわりをもたせる場を設定する際にも活用した。

ふりかえりカード ( B 児 )	
<今日の活動めあて> 何言ひ なるべくとわしく言ひよぶ? 今日「体の調子はどんなこと つながっているの？」を言ひよぶ。	
今日「はまたく言ひよぶことができなかった。ぼけんのたかいせいにきいてわからなかった。さんねんでした。ともしてもさんねんでした。でも百山さんいらはたからから生活習かんぼうのことかわかってよかった。すわたしにかんけいあることがあるかも。」	<次の時間にすること> 次の時間もしばば、体の調子はどんなこと つながっているの？を言ひよぶ。
<みんなに言ひたいよ、聞きたいよ> さんねんがけいありまじいよ。	

これは、B児の「ふりかえりカード」である。B児は、明るくしっかりしていて、グループ活動では中心となって進めていく力のある子供である。またチャレンジ精神が旺盛で、夏休みには、一人で3泊4日の宿泊体験に参加した。ところがその時に、体調を崩して、途中でリタイアしてから、お腹の調子が悪くなるが増えた。2学期が始まってからも、不調を訴えることが多く、過敏性腸炎と診断されてからは、いつも腹痛や嘔吐の不安を抱えている様子が見られた。担任・保護者・養護教諭は、B

児を心配して連絡を取り合っていたが、そんな自分の状態を何とかしたいと一番強く思っていたのはB児自身だった。だからこそ、2学期の課題を自分自身と結びつけて、「体の調子を整えるには？」としたのだろう。

ところが、課題が漠然とし過ぎていて、何をどう調べていったらいいのか見通しがもてずに悩んでいた。そこで、「まず、体の調子は何と関係あるのか調べてみて、その中から特に興味をもったことに焦点を当てて追究していったら？」と助言した。早速B児は、養護教諭にインタビューに行ったが、曖昧な質問の仕方だったからか、はっきり答えてもらえず、非常にながかりした気持ちを「ふりかえりカード」に表現している。しかし、簡単にあきらめないのがB児のよいところで、カードを書くことによって気持ちを切り替え、次時への意欲を高めている。そうしたB児の様子を行動観察や「ふりかえりカード」からとらえることができたので、B児と話し合い、アンケートを採ってみることにした。B児はようやく見通しがもてたことに喜び（左記のカード）、

ふりかえりカード ( B 児 )	
<今日の活動めあて> 自分の知っていること、言ひよぶことの中にしりいれる	
今日「アンケート用紙も30まいできてとてもうわししかたなせかというわたしは、かたひがおくあかいからなにを言ひよべといいかよくわかりませんでした。だからみんなにきいてかんたんな言ひよぶかたをたづねるかも。」	<次の時間にすること> アンケートのけか、まじめる？かんじよる。
<みんなに言ひたいよ、聞きたいよ> 聞きたいよ。アンケートのけか、みんなかにいにくれるかな。	

家族・教師・友達へのアンケート依頼や回収、結果の整理などの活動に意欲的に取り組んでいった。また、「体の調子が悪いのはどんな時ですか」という質問に対して、朝食を抜いた時・寝不足の時・忙しい時など、いろいろな回答が集まったが、その中でも、ストレスがたまった時とか、嫌なことや心配なことがあった時といった「心と体のつながり」に興味をもち、心を窓口にして追究を進めていった。そして、心と健康の関係について理解が深まるにつ

れて、B児の体の調子も落ち着き、不思議なことに宿泊学習が終わった頃には、不調を訴えるこ

とは全くなくなった。夏休みの初めての宿泊体験でリタイアしたことがトラウマになっていて、学校の宿泊学習が不安だったのかどうか、不調の原因ははっきりわからないが、何かを乗り越える際に今回の学習が少しでも役に立っていたのならばとてもうれしい。

B児は、Oさんの生き方にも感動し、大きな影響を受けた。調べ活動が終わった時点で自分の考えをまとめたワークシートには、「**健康になるには、自分の『健康になりたい!』という気持ちと、自分自身の努力が必要だと私は考えています**」と書いている。

B児が、自ら学んで実感したからこそ分かることだと思う。

### 「総合あゆみカード」の活用

2学期の学習に入る前に、1学期の総合的な学習の時間でどんな力が身に付いたかを「総合あゆみカード」を使って自己評価し、2学期にどんな力をのばしたいかを子供自身にはっきり自覚させるようにした。それによって、これから取り組んでいく2学期の「総合的な学習の時間」への学習意欲を高めたり見通しをもたせたりした。

~ 総合あゆみカード ~  
4年 **B児**

★1学期の総合の時間をふり返ってみましょう。  
あてはまるところに○をつけましょう。もしも 大きできた よくできた

評価項目	もしも	大きできた	よくできた
なぜ？おもしろそう！調べてみたい！やってみてみたい！というふうに心が動きましたか。		○	
自分で取り組みたい課題を見つけることができましたか。		○	
追究の内容・方法・順序などの計画を立て、学習の見通しをもつことができましたか。		○	
毎時間、その時間のめあてをしつかりもって活動することができましたか。		○	
本や新聞記事、インターネットなどで、調べることができましたか。		○	
インタビューやアンケート、見学など、人にはたらきかけて調べることができましたか。		○	
調べたことをわかりやすく整理することができましたか。		○	
調べたことに対して自分なりの考えをもつことができましたか。		○	
友達の意見を参考にして、より深く調べたり活動を広げたりすることができましたか。		○	
すこやか大作戦の記録用紙を工夫してつくることができましたか。		○	
夏休み中のすこやか大作戦に一生けんめい取り組みましたか。(ひとこと)		○	

チェックして気づいたことや思ったことを書きましょう。  
「よくできた」とつじがなかつたからわたしの力を全部はききまわしたいことがわかりました。だから2学期は、もう一回がんばります。2学期はぜひ自分の力を存分に発揮してがんばりたいです。

~ 総合あゆみカード ~  
4年 **B児**

★2学期の総合の時間をふり返ってみましょう。  
あてはまるところに○をつけましょう。もしも 大きできた よくできた

評価項目	もしも	大きできた	よくできた
なぜ？おもしろそう！調べてみたい！やってみてみたい！というふうに心が動きましたか。		○	
自分で取り組みたい課題を見つけることができましたか。		○	
追究の内容・方法・順序などの計画を立て、学習の見通しをもつことができましたか。		○	
毎時間、その時間のめあてをしつかりもって活動することができましたか。		○	
本や新聞記事、インターネットなどで、調べることができましたか。		○	
インタビューやアンケート、見学など、人にはたらきかけて調べることができましたか。		○	
調べたことをわかりやすく整理することができましたか。		○	
調べたことに対して自分なりの考えをもつことができましたか。		○	
友達の意見を参考にして、より深く調べたり活動を広げたりすることができましたか。		○	
自分の追究を工夫して表現することができましたか。		○	
みんなの解で分かりやすく、伝えることができましたか。		○	
友達の影響を自分の追究とくらべながらしっかりと聞くことができましたか。		○	

2学期の総合をふり返って、がんばったことや思ったことを書きましょう。  
1学期より2学期の方が、健康になりたいという気持ちと力が発揮できたと思います。今まであまりやらなかったアンケートをしたことや、自分の考えをもつことができて、よかったです。1学期より2学期の方が、健康になりたいという気持ちと力が発揮できたと思います。今まであまりやらなかったアンケートをしたことや、自分の考えをもつことができて、よかったです。2学期はぜひ自分の力を存分に発揮してがんばりたいです。

このカードの特徴は、各評価項目に付けた を線で結ぶことによって、子供たちにも自分はこの力が付いていて、もっと伸ばしたい力は何かということが、一目で分かるようになっていることである。また、単元終了時にもこのカードを活用し、比較することで、自分自身の成長に気付かせることもできる。

B児の場合、2つのカードを比較すると、「よくできた」の数が多くなっている。また、単元終了時のカードに、「**1学期より2学期の方が、健康になりたいという気持ちと力が発揮できたと思います。今まであまりやらなかったアンケートをしたことや、自分の考えをもつことができて、よかったです**」と書いているように、自分自身で学びの深まりを自覚することができたようである。毎時間毎の自己評価だけでなく、長いスパンで自分の学びをふり返らせる自己評価も大切だということが分かった。

### (2)一人一人の追究の歩みをとらえる評価

「個人カード」を活用した適切な声かけ

教師による声かけは、教師の評価をタイムリーに直接子供に返すことができるので、できるだ



ることも、意欲的な追究を支える一つの要因になっていたのではないかと思う。以下は、クラス全体の集計結果である。

4月から今までに、総合的な学習のことについてお子さんから話を聞いたことがありますか。

よくある 23%	少しある 68%	ない 9%
----------	----------	-------

健康について学習をしてきたことで、お子さんが以前より健康について関心をもつようになったと思われませんか。

思わない 5%

思う 77%	分からない 18%	
--------	-----------	--

思う に を付けた方は、どのようなことからそう感じられましたか。

・ 健康に関するテレビ番組を見るようになった。	4人(19%)
・ 健康や病気のことについて話すようになった。	14人(67%)
・ 家族の健康を気づかい、声をかけるようになった。	12人(57%)
・ 食事や栄養について気にするようになった。	9人(43%)
・ 好き嫌いせず食べようと努力するようになった。	7人(33%)
・ 家で運動するようになった。	6人(29%)
・ 睡眠をしっかり取るようになった。	3人(14%)

また、子供たちの変化を自由に記述してもらったところ、次のような回答があった。

・ 牛乳を飲むよう努力するようになった。
・ 健康に関することをいろいろ教えてくれる。
・ 新聞の健康に関する記事を見るようになった。
・ 食べ物の栄養について、語ったり聞いたりしてることが増えた。
・ 健康に関する本を読むようになった。
・ パソコンの検索をしたいため、ローマ字を積極的に学んでいた。

予想していた以上に、家庭においても学習の成果が見られたので驚いている。やはり、健康というテーマは日常生活と密接なつながりがある、生活に生かしやすいからであろう。また、家の人にとっても身近な問題だからか、興味をもって子供たちの話を聞いていただけただようである。

この学習が、親子の会話を増やし、さらに総合的な学習について理解を深める機会にもなり、成果を感じることができた。

## 7 明らかになったこと

### 【自ら課題を見付ける力を高める】 ……仮説1に関して

- ・ 「中学年においては、自ら課題を見付ける力を養うことが重要である」ということを教師がしっかり認識し、子供の心をゆり動かすような「課題との出会いの場」を工夫したり、そこで生まれた子供の思いや願いを一人一人との対話によって見通しをもった課題にしたりする等、課題づくりにじっくりと時間をかけて取り組むことで、一人一人が本当に追究したいと思える課題を見付けることができる。
- ・ 課題に対する追究意欲は、調べ活動が進んで知的好奇心が満たされるにつれて低下していくことがある。しかし、友達の考えや学び方にふれることのできる話し合い、専門家によるアドバイスや新たな視点の提示、感動的な人との出会いなどといった子供の心にひびく場をタイミングよく設定することによって、子供たちはさらに深まった調べ活動の課題を見付けたり、調べ

活動の課題を実践への課題へと発展させたりすることができる。

- ・ ある程度追究が進んだ段階で、自分の考えをじっくり書く活動を取り入れると、自分の考えが整理され、新たな課題が見つかることがある。
- ・ 調べて終わるだけの課題ではなく、実践につながったり生き方にかかわるような課題に発展させていくことが大切である。そうした課題をもてたとき、子供たちは主体的に追究し、自分自身を成長させていく。

#### 【主体的な学びの連続を生み出す評価】・・・仮説2に関して

- ・ 一人一人がどのような学習状況にあり、どのような思いでいるのかということをしてできるだけ詳しく把握し、それを生かして個に応じた適切な支援をすることで、子供たちは見通しをもって活動していくことができる。
- ・ 毎時間行う自己評価は、子供がその時間の自分の学習をふり返って次時の活動への見通しをもったり、教師が子供の実態を把握して適切な支援を行ったりするのに必要である。さらに、長いスパンで自分の学習の歩みをふり返らせる自己評価も併せて取り入れることにより、自分の成長やがんばりに気付かせることができ、それが次の学習への意欲につながる。
- ・ 人から励まされることやよさを認められることは、子供たちにとって活動のエネルギーになる。友達や担任だけでなく、担任以外の教職員、家庭や地域の方といったいろいろな人による評価の機会を効果的に取り入れることで、子供たちは満足感を味わい、自信をもって追究していくことができる。

## 8 今後の課題

- ・ 今回初めて「健康」をテーマにした総合的な学習を展開したが、実践してみてこのテーマのもつ難しさを実感した。まず第一に、「学習への動機付け」である。突然病気になったかのようにみえるが、実際は体によくないことをしていることで、じわじわと健康が損なわれている場合が多い。だからこそ、普段から自分の健康に関心を持ち、健康的な生活を送ることが大切なのだが、病気の症状が出ていなくて今は健康な子供たちに、健康になりたいという意欲をもたせることは難しかった。第二に、「意欲の持続」である。健康づくりそのものは、決して楽ではない。健康であり続けようとするならば、様々な欲求に対して自分を制したり、嫌なことでも我慢して取り組んだりということを努力し続けなければならない。だから、苦勞を伴う健康づくりの活動において、子供たちの活動のエネルギーになる「楽しい」とか「おもしろい」といった思いをどのようにもたせるかという点で悩んだ。第三に、「学習の成果」である。健康づくりに取り組んだからといって、すぐに健康になったことを実感できるわけではない。長年取り組み続けることでわかるため、成果が現れるまで時間がかかる。そのため、どのような点で学びの成就感や満足感を味わわせるかということも問題だった。

そうした「健康」というテーマのもつ特性から、場の設定など、学習の展開において教師が前面に出てしまうことがあった。もっと子供たちが、自ら課題を連続させ、活動をダイナミックに広げていくような学習をつくっていくには、上記の三つの問題点にどのようにアプローチし、単元を構成していけばよいのか考えていきたい。

- ・ 今回一人一人の追究の歩みをとらえる評価として作成した「個人カード」は、教師が支援のためだけに活用したが、例えば各評価項目についての達成度を数値化して子供にも分かりやすく表し、学習のあゆみを子供にも伝える役割をもたせるなど、「個人カード」の工夫改善にも取り組んでいきたい。
- ・ 教科では、国語の「体を守る仕組み」と保健の「育ちゆく体とわたし」、学校行事では、「すこやか検診」・「生命科学館への社会見学」・「学習発表会」と関連を図って学習を進めた。しかし、それぞれの学習で育てる力を、どのように互いに生かしていくかということについての吟味は十分でなかった。今後は、他教科との関連もしっかり単元構想に位置づけ、効果的な関連についても研究を深めていきたい。