

第4学年 「体の成長とわたし」

1 本単元について

本単元は、体の発育・発達について、年齢に伴う変化及び個人差や、思春期に起こる体の変化について理解できるようにすること、また体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方について理解できるようにすること、さらに体の発育・発達に関する課題を見付け、それを解決に向けて考え、自分の生活に活かすことができるようになることをねらいとしている。

4年生のこの時期には、思春期の体の変化が表れている子どもはまだ少なく、発現の程度にも差があるため、変化を実感していない子どもも多い。そのため、体の変化に不安や悩みを持たない子どもにとっては、本単元での学習が自分事とならないことも考えられる。今後、思春期を迎えた時に、自分の体や心に想像していなかった変化が起きたり、他と比較して発育や発達の様子を自覚した時に戸惑いや不安を感じることも予想される。また、子どもたちは、周囲からの助言や生活経験から、すでに「朝ごはんの大切さ」や「しっかり寝た方が体や脳にとってもよい」等といった健康に関することや、体の発育・発達につながるような行動を知っているし、もうすでにそのうちのいくつかは実践している場合も多いだろう。しかし、それらの行動を自分の意志で行っている場合は少なく、自分が普段行っている行動が、健康や発育・発達にどのように影響しているかということまで理解している子どもは少ない。そのため、今後、成長していく中で、環境や状況が変わったりすれば、今まで行っていた発育・発達につながる行動を簡単にやめてしまうことも考えられ、継続していく可能性は低くなる。

そこで、本実践では、これまでの成長に興味をもたせ、成長してきた自分を認識させることで、今後もよりよく成長していくための意欲をもたせていきたい。体の成長はどのような行動が関係しているのかを考えさせ、かかわり合いの中で、行動と体の成長のつながりについて考えていく過程を通して、行動の意味や必要性を理解できるようにする。科学的根拠となる資料を基に、自分や他者の行動を関連付けて考えたり、行動の価値を見つめ直したりすることで、思考が深まっていき、健康に過ごすためにできそうなことを今後も続けていこうとする意欲を高める。そして、自分の目指す姿に近づくためには、これまでの行動を継続していくことの他にも新たにできることはないかと考えることにより、その先の行動変容につなげていく。二次性徴の発現や、その後の成長の過程において、子どもたちはまさに自分の体や心の変化を目の当たりにしながら、課題と直面したり、行動選択を迫られる場面が訪れる。自分自身の感情や行動をコントロールしていく力が必要になってくるであろうし、課題解決を通して主体的に友達や周りの人とのかかわり方を獲得していくことが求められる。他者とのかかわりの中で気持ちを表現したり、一方向ではない互いの気持ちの交流を大切にしたい人間関係が築いていけるように、子どもが、正しい知識のもと、適切な行動がとれるようにする第一歩としていく。

また、近年、性的志向や性自認等の多様性を含めたセクシャルマイノリティ教育についてもより一層注目されるようになり、学校現場でも対応が急務となってきている。発達段階に応じて、多様性についての考え方を取り入れていったり、教師が多様性に配慮した環境づくりを行っていくことを意識していくべきであろう。自分や他の人を大切にする気持ちを育てる観点から、自己の体の変化や個人による発育の違いなどについて肯定的に受け止め、自分らしさを大切にできるような子どもの姿につなげていきたい。

2 単元の構想

今回の実践では、次の2点をポイントとして単元を構想する。

- 思春期に起こる体や心の変化や、自分と他者との違いについて考えていくことで、自他を大切に思う気持ちをもつとともに、大人に近づくための現象であることを肯定的に受け止められるようにする。
- 体の発育・発達や自己実現の土台となる健康を保持増進するための適切な運動、食事、休養等の具体的な方法を、友達とのかかわり合いを通して考え、自分の生活に活かしていけるようにする。

3 研究の視点に沿った具体的取り組み

(1) 健康に関する問題を自分事として捉えるための課題設定の工夫

体の発育・発達に関する知識、興味・関心が個々によって差があることを考慮し、自分の身長や体重のデータを使って友達と比較したり、身長の伸びをテープで示して可視化できるようにし、自分のオリジナルのワークシートを作成したりする。そうすることで、自分のことを見つめる必然性を生み出し、より実践的に理解できるようにする。

また、思春期による体の変化の実感を伴っていない子どもについては、周りの大人と比較し、体の違いに目を向けて考えていくように促し、イメージできるようにする。二次性徴については、養護教諭の専門性を生かし、科学的なメカニズムの視点からも理解できるようにし、命を継承していくこと等にも触れながら、変化が起こる理由を考え、自分にも起こる変化であることを捉えられるようにする。

(2) よりよい自分に近づくための思考を促す、かかわり合いを生み出すための工夫

「思春期の体の変化について悩む様子」や「身長が低いことについて嫌悪感を示す様子」等、具体的な場面を設定し、それに対する適切なアドバイスを考える活動を行う。どの項目を選んだかについては、友だちにも分かるようにしておき、同じテーマについて考えていても、個々によって違う表現をしていることに気付いたり、困り事がでてきたときなど、対話する相手を選択できるようにしておく。自分がかけた言葉によって相手がどう感じたかまで交流することで、自分や周りの人を大切にしていこうという意識を高める、獲得した知識を活用し、表現を工夫したり、よりよい解決法を提案しようとする姿は学級担任や養護教諭が積極的に価値づけ賞賛し、実際の生活に活かしていこうという意欲につながられるようにする。

(3) 健康を見つめ続けるための振り返りの工夫

学級担任と養護教諭との十分な連携のもと、必要に応じて、個別の保健指導等にもつなげていくことで、単なる知識の習得に終わるのではなく、習得した知識を生活の中に生かせるようにしていく。そのために、学んだことを実践化するために生活チェックを行い、自分の生活や健康に対する意識を振り返るとともに、定期的に目標を再考し、再実践する時間を設定する。そこで、養護教諭が専門性を生かして価値づけたりアドバイスを加えたりすることで、継続的な実践へとつなげていく。

また、学習したことや考えたことを、保健通信等で家庭にも保健や健康に関する指導の取組の様子を伝える。子どもの成長を喜ぶメッセージを書いてもらうことで、家族に見守られていることにも気付かせ、保護者と連携を図りながら行動変容へとつなげていく。