

## 第6学年 学級活動(2)指導案

日 時 平成21年 月 日(月) 第3校時  
 場 所 6年1組教室  
 授 業 者 T1学級担任  
 T2栄養教諭

1 題材名 「バランスのとれた食事について考えよう」  
 ～野菜を必要な量、食べる方法を考えよう～ ((カ) 学校給食と望ましい食習慣の形成)

### 2 題材設定の理由

本学年の児童は、毎日の学校給食や家庭科における食に関する内容、体育科・保健の学習を通して、食と健康に関する知識を身につけてきた。昨年度は食習慣を含む基本的な生活習慣の定着に向けて、「元気の輪生活習慣チェック」や学級活動において食事リズムの見直しを行った。また先月は、家庭科の調理実習では、野菜を積極的に取り入れるなど、栄養バランスを意識した朝食のおかず作りを行うこともできた。

そこで、家庭科で栄養バランスのとれた食事についての学習を終えたこの時期に、日常生活の中でバランスのとれた食事を継続的にとるための具体的な方法について考えさせることにより、実践につなげていきたいと考え、本題材を設定した。

成長期を迎えた児童が具体的な体験や活動を生かし、自分の食生活を見直し、主体的にかかわろうとする意欲を持たせることは、望ましい食習慣を形成していく上で意義深いと考える。

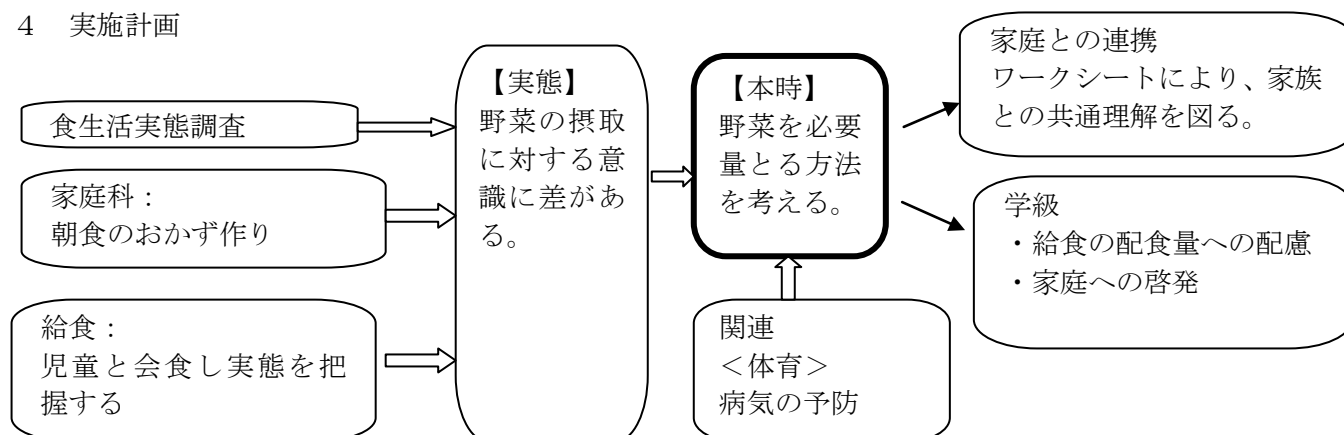
本時は、始めに家庭科の朝食づくりの経験から、栄養バランスをとるためには野菜をとることが必要であることを確認し、本時のめあてにつなげる。

次に、一日に必要な野菜の目標量について、実際に計測させることにより、各自の野菜のとり方についてふり返らせ、積極的にとろうとする意欲を持たせる。さらに、野菜をとるための具体的な方法を、グループごとに話し合わせ、学級全体で発表させ、それぞれの方法の効果を検討し合わせる。これらの活動を通して、各自が、望ましい食行動の実現にむけた目標を設定することが、できるようにさせたいと考える。

### 3 「食べる力」との関連

食べる力の要素	○期待する姿
食生活や健康に主体的にかわる	○ 自分の食生活を見直し、野菜をとるための具体的な方法を考え、生活に生かすことができる。

### 4 実施計画



5 本時の目標

野菜の摂取の目標量を知り、野菜を食べる方法を考え、進んで実践しようとする態度を育てる。

- 1日に必要な野菜の目標量を知る。
- 野菜を取るための具体的な方法を考え、発表することができる。
- 自分の食生活をふり返り、各自が積極的に食べていくための方法を考え、実践することができる。

6 展開例

(1) 展開

段階	学習活動・内容	時間 形態	指導上の留意点 ※評価		資料 等
			T 1	T 2	
課題 の 意 識 化	<p>1 本時のめあてをつかむ。</p> <p>① 朝食のおかず作り（家庭科）で工夫した点を発表する。</p> <p>○栄養バランス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・短時間で作れる</li> <li>・あとかたづけが簡単</li> </ul> <p>② 野菜の働きについて栄養教諭より話を聞く。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体を守る</li> <li>・おなかがすっきり</li> </ul> <p>③ アンケート結果より、野菜の摂取量についての意識に違いがあることに気づく。</p> <p>④ 本時の課題を把握する。</p>	10分 一 斉	<p>○ 調理実習で工夫した点を発表させることにより、栄養バランスをとるために野菜を多くとり入れた事を想起させる。</p> <p>○ 野菜をとることは、健康の維持増進の観点から重要であることを知らせ、積極的に取ろうとする意欲を持たせる。</p> <p>○ アンケート結果を提示し、野菜の摂取量についての意識に差があることに気付かせ、「一日の摂取量」の目安について興味を持たせ、めあてにつなげる。</p>	<p>○ 写真を提示することにより、調理実習の様子を想起させる。</p> <p>○ アンケート結果を提示。</p>	写真  アンケート結果のグラフ
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>一日に必要な野菜の量を知り、食べる方法を考えよう。</p> </div>					
課題 の 追 求	<p>2 一日にとる野菜の目標量を知る。</p> <p>① 300g～350g</p> <p>② 実際に計ってその量の多さを体験する。</p> <p>3 野菜を必要な量とるための方法について話し合う。</p> <p>① グループごとに、自分の実践や、考えた方法などについて話し合い、カードに記入する。</p> <p>② グループで話し合った事を発表し、全体でその効果について検討する。</p> <p>③ 野菜をとるための方法を確認する。・3回に分ける</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・量を減らさない</li> </ul>	10分 一 斉   20分 班  一 斉	<p>○ 野菜の必要量について実際の野菜を用いて提示することにより、量の多さを把握できるようにする。</p> <p>○ 児童の話し合いが具体的な視点で進むように助言する。</p> <p>○ 話し合った事を学級全体に広げ、その効果を検討することで、実践への意欲を持たせる。</p>	<p>○ 机間指導し、児童の話し合いを専門的な立場から支援する。</p> <p>○ カードを分類しながら、板書することで、目標設定の際の視点とする。</p> <p>○ 児童の考えた方法について価値づけし、実践への意欲を持たせる。</p>	野菜 秤   画 紙 マ ジ ック
			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>※ 野菜を積極的に取り入れる方法を話し合うことができたか。（発表）</p> </div>		

課題の解決	4 野菜を摂取について、自分なりの考えをまとめ、発表する。 ・ 野菜を減らさない ・ 3回に分けて食べる	5分	○出されたアイデアを、これからの食生活に生かせるよう野菜のとり方について考えた子とをまとめさせる。	○これまでの自分の食べ方を振り返ることができるようにする。	ワークシート
			○机間指導し、発表できる児童を把握しておく。		
			※ 野菜の摂取について、具体的な方法をまとめ、発表することができたか。(発表・ワークシート)		

### 7 評価規準

- 野菜の摂取について見直し、改善または維持しようとしている。(関心・意欲・態度)
- 自分の食生活に応じた具体的な改善策を判断している。(思考・判断)
- 野菜をとるための具体的な方法をまとめることができる。(技能・表現)
- 野菜の必要量や野菜を取る意義について理解している。(知識・理解)

### 8 準備・資料等

- ・ 事前調査「食生活に関するアンケート」
- ・ アンケート結果
- ・ 一日に必要な野菜の量
- ・ 話し合いカード マジック

