

第3学年 学級活動(食育)指導案

平成30年11月15日(木)

小学校3年 27名

指導者 T1 学級担任

T2 栄養教諭

T3 栄養教諭

1 題材 おやつについて考えよう

活動内容(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

2 題材設定の理由

おやつは、乳幼児期の成長が著しい時期には、1日3食で足りない栄養を補うものとしての重要な役割がある。児童期からは体の成長のためだけでなく、楽しみや息抜きで食べるおやつが主となり、心理面を満たす意味合いが強くなっていく。本学級の児童も、おやつの話になるとキラキラと目を輝かせ、おすすめのおやつやおいしいおやつを次々に教えてくれる。しかし、とり方を誤ると1日3食の食事を規則正しく食べられなかったり、糖分・脂肪分・塩分をとりすぎ、肥満傾向を招いたり、生活習慣病につながったりする可能性がある。自らおやつを選択し購入することが増えてくるであろう中学年では、おやつ選びは児童の食においての主体性を表現する機会であり、その機会を通して健康な生活を送るための自己管理能力を養うことにつながると考える。自分の食べているおやつの内容を分類し、好ましいおやつのとり方を考えた経験がこれからの児童の健康な生活に役立つと考え、本題材を設定した。

3 題材の目標

自分のおやつの内容を振り返り、好ましいおやつのとり方について考え、実践しようとする。

4 題材の評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
おやつと健康な生活の関係について関心をもっている。	自分のおやつの内容を振り返り、好ましいおやつのとり方について考えている。	おやつ分類について知り、好ましいおやつのとり方について理解している。

5 食育の視点

- (1) 健康な生活を送るために好ましいおやつのとり方をしようとする。(心身の健康)
- (2) 自分のおやつの内容を振り返り、体によいおやつを選ぼうとする。(食品選択能力)

6 指導計画

- (1) 事前・・・おやつに関するアンケート
- (2) 本時・・・学級活動「おやつについて考えよう」
- (3) 事後・・・振り返りシート

7 本時の学習

(1) 目標

自分のおやつの内容を振り返り、好ましいおやつのとり方について考え、実践しようすることができる。

(2) 展開

学習活動	指導上の留意点		評価規準 (評価方法)
	T1	T2・T3	
1 自分が普段食べているおやつの記録を用意し、どんなおやつが好きか発表する。	○事前におやつアンケートを実施し、授業の前に児童に返却しておく。		
2 おやつに多く含まれる成分や種類から、おやつは分類されることを知る。		○おやつの妖精「おやつっち」を紹介しながら、児童が食べているおやつの成分や種類に着目できるようにする。	
3 自分の普段食べているおやつの「おやつっち」調べをする。 まず自分で考え、その後分からないおやつは班で考える。	○おやつアンケートの拡大版を提示し、「おやつっち」調べの具体的な方法を示す。	○迷ったものは全員で考えさせ、「おやつっち」調べが完了できるようにする。	
4 おやつの適量を考える。		○「おやつっち」からのメッセージを読み、食べ方や適量について知らせる。	
5 自分のおやつの振り返りをし、ワークシートに記入する。	○おやつについて分かったことやこれから気を付けたいことなどが書けるようにする。 ○机間指導をし、参考となる振り返りを発表させる。		おやつの内容を振り返り、分かったことやこれから気を付けたいことについて考えている。 (観察・ワークシート・発表)

(3) 評価及び指導の例

「十分満足できる」と判断される状況	自分のおやつの内容を振り返り、分かったことやこれから気を付けたいことについて考え、実践しようとしている。
「おおむね満足できる」状況を実現するための具体的な指導	自分が普段食べているおやつの中で、多かった「おやつっち」のメッセージをもう一度よく読んだり、友達を発表を参考にしたりするよう助言する。

おやつについて考えよう

名前 ()

	おやつ（食べ物・のみ物）	どの「おやつっち」
1		
2		
3		
4		
5		

朝・昼・夜ごはん以外に食べたり、のんだりしているものを5こ書きましょう。

☆わかったことや気をつけたいこと

最終板書



授業研究会で作成した指導案

(1) 展開		指導上の留意点		評価規準 (評価方法)
学習活動		T1	T2・T3	
1 自分が普段食べているおやつの記録を用意し、どんなおやつが好きが発表す		○事前におやつアンケートを実施し、授業の前に児童に配付してお		「おやつについて考えよう」の学習を通して、児童が自分の食生活について考え、自分の食生活を改善するための行動をとり、健康な食生活を営むことができるようになる。 「おやつについて考えよう」の学習を通して、児童が自分の食生活について考え、自分の食生活を改善するための行動をとり、健康な食生活を営むことができるようになる。
2 おやつに多く含まれる成分や種類から、おやつは分類されることを知る。			○おやつの妖精「おやつっち」を紹介しながら、児童が食べているおやつの成分や種類に着目できるようにする。	
3 自分の普段食べているおやつの「おやつっち」調べをする。 まず自分で考え、その後わからないおやつは班で考える。		○おやつアンケートの拡大版を提示し、「おやつっち」調べの具体的な方法を示す。	○迷ったものは全員で考えさせ、「おやつっち」調べが完了できるようにする。	
4 おやつの適量を考える。			「おやつっち」からのメッセージを読み、食方や適量について知らせる。	
5 自分のおやつの振り返りをし、ワークシートに記入する。		○机間指導をし、参考となる振り返りを発表させる。		
(2) 評価及び指導の例		「十分満足できる」と判断され 自分のおやつの内容を振り返り、わかったことやこれ		(観察・ワークシート・発表)