

小学校第3学年 学級活動指導案

平成28年11月24日(木) 第2校時

〇〇小学校 3年 35名

指導者 T1 教諭

T2 教諭

T3 学校栄養職員

1 題材 「バランスのよい朝ごはんを食べよう」

活動内容(2) キ 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

(1) 教材観

食事は日々、心身ともに健康に過ごすために欠かせないものである。特に朝食は、1日を気持ちよくスタートさせるために重要な食事であり、望ましい食習慣の基礎となるものである。成長期である児童がバランスのとれた朝食をとることは、望ましい食生活を形成するとともに、生涯にわたって健康な生活を送るために大切なことである。

(2) 児童観

6月の水泳学習開始前と9月の運動会前のそれぞれ1週間、「早ね・早おき・朝ごはんチェック」を実施した。その結果、本学級の児童はどちらの期間もほとんどの児童が毎日朝食をとっていた。しかし、朝食の内容について見ると、野菜を食べている児童はどの日においても6~7割程度であり、5割に満たない日もあった。また、主食しか食べていない児童も目立ち、栄養バランスのよい朝食をとっているとは言いがたい状況である。

(3) 指導観

本時の学習では、朝食の役割やいろいろな食品を組み合わせる大切さを知らせる。そして自分たちの朝食について振り返り、よりよい朝食をとるための方法を班で話し合うことにより、自分のめあてを決め、よりバランスのよい朝食をとろうとする意欲をもたせたい。

3 題材の目標

朝食の役割や重要性について理解し、よりよい朝食をとろうとする意欲をもつことができる。

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
自分の食生活に関心を持ち、意欲的に朝食の内容を改善することに取り組もうとしている。	どうすればよりよい朝食を食べることができるのかについて話し合い、自分に合ったよりよい方法について考え、判断し、実践している。	朝食の役割や、朝食を食べることの大切さについて理解している。

5 食育の視点

- ・朝食の役割と、栄養バランスのよい朝食の大切さが分かる。(食事の重要性)
- ・自分の朝食を見直し、よりよい朝食を食べようとする。(心身の健康)

6 指導計画

- ・事前・・・食生活アンケート、朝ごはんチェックカード
- ・本時・・・「バランスのよい朝ごはんを食べよう」

- ・事後・・・朝ごはんチャレンジカードを活用し、自分で設定した目標の達成に向けて努力できているか確認させ、取組が継続的なものとなるよう支援する。

7 本時

(1) 目標

バランスのよい朝食を食べるための、自分に合う方法を考えることができる。

(2) 展開

時間	学習活動	指導上の留意事項	評価規準 (評価方法)
5分	1 本時のめあてをつかむ。	○バランスのよい朝食と悪い朝食の例を示し、バランスのよい朝食はどちらか考えさせる。(T1)	【知識・理解】 食品の3つのグループについて理解できている。(ワークシート)
10分	2 朝食の役割とバランスのとれた朝食の大切さについて知る。	○朝食の役割を知らせる。(T3) ○3つのグループの食品の役割を知らせる。(T3)	
5分	3 自分たちの朝食について振り返る。	○自分の朝食にどのグループの食品が含まれているか考えさせる。(T1・T2・T3)	
15分	4 よりよい朝食を食べるための方法について班で話し合い、発表する。	○班でよりよい朝食を食べるための方法を考えさせる。(T1・T2) ○よりよい朝食を食べるための方法について、具体例を交えながら助言する。(T3)	
10分	5 よりよい朝食を食べるための自分に合った方法を考え、めあてをワークシートに記入し、発表する。	○自分に合った方法を選択できるよう支援する。(T1・T2・T3) ○自分で決めためあてを発表し合い、よりよい朝食にしようとする意欲付けをさせる。(T1)	
			【思考・判断・実践】 よりよい朝食を食べるための自分に合っためあてを具体的に設定している。(ワークシート)

(3) 評価及び指導の例

「十分満足できる」と判断される状況	<ul style="list-style-type: none"> ・健康な生活を送るためには、栄養バランスのとれた朝食が大切であることを理解している。 ・朝食の内容をよりよくするために、自分でできるめあてを考えている。
「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	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食や3つの食品グループの役割については、視覚教材を用いて分かりやすく説明する。 ・班での話し合いで活発に意見交換し、自分に合った方法を見付けられるよう、机間指導等で指導・助言する。

8 教科との関連

- ・体育科 けんこうな生活
- ・給食時間等の指導に加え、「早ね・早おき・朝ごはんチェック」を今後も定期的 to 実施し、継続的に意欲をもって取り組むことができるようにする。

板書計画

バランスのよい朝ごはんを食べよう

朝食の写真
(牛乳・食パン)

朝食の写真
(ご飯・焼き魚・おひたし・みそ汁)

勉強に集中できる

元気に運動できる

おなかのおそうじ

バランスよく食べるヒント

おもにエネルギーのもとになる
黄色のグループ(食品カード)

おもに体をつくるもとになる
赤のグループ(食品カード)

おもに体の調子を整えるもとになる
緑のグループ(食品カード)

一品で2色とれる朝ごはんイラスト
(具だくさんみそ汁・野菜入り卵料理)

一品で3色とれる朝ごはんイラスト
(カレーライス・サンドイッチ)

よりよい朝ごはんを食べるための方法
(児童の意見を書く)

・

・

・

めあて(児童の発表)

・

・

・

ワークシート

バランスのよい朝ごはんを食べよう!

年 番 名前 ()

★自分が朝ごはんを食べたものを書きましょう。
○の中に絵を、()の中に食べ物名前を書きましょう。(みそ汁、サラダ、オムレツ など)

()

()

()

()

()

()

★自分の朝ごはんをふりかえて、自分の朝ごはんに入っているグループに○をつけ、ざいりよつ名前を書きましょう。(たまご、にんじん、みかん、ごはん など)

() 黄色の食べ物

() 赤色の食べ物

() 緑色の食べ物

★バランスのよい朝ごはんを食べるにはどうしたらいいか、話し合ったことを書きましょう。

★話し合ったり考えたりしたことから、バランスのよい朝ごはんを食べるためのめあてを決めて、1つ書きましょう。

朝ごはんがんばりカード

年 番 名前 ()

めあて



★朝ごはんは赤・黄色・緑の食べ物のが食べられたら、それぞれ○をつけましょう。めあてがまもれた日に、はなまる◎をつけましょう。

月日	赤の食べ物	黄色の食べ物	緑の食べ物	めあて
11月 25日 (金)				
26日 (土)				
27日 (日)				
28日 (月)				
29日 (火)				
30日 (水)				
12月 1日 (木)				