

## 第3学年学級活動指導案

1. 日時・場所 平成24年6月13日(水)

2. 題材名 「きゅう食のひみつ～バランスよく食べよう～」

3. 題材について

男子18名、女子16名、計34名の学級である。全体的に、素直で明るく幼さが残る児童が多い学級である。給食中の様子は、友だちとなかよく話しながら食べ、とてもにぎやかである。おかわりをする児童もいるが、苦手なものがあると食べずに減らしたり、残してしまったりする児童も多い。また、カレーやグラタンなど、好きなおかずは、たくさんおかわりをしても、野菜やパン、ご飯類は残ってしまうのが現状である。

本題材では、給食に出る献立の栄養のバランスについて考えていきたい。今までの生活経験から「元気に大きくなるためには、好き嫌いなく食べることが大切である」ということは、感覚として理解している児童も多い。しかし、具体的に、どのように食べたらよいのか、食べ物の中にはどんな分類があるのか、そしてどんな効果があるのか、というところまで理解している児童は少ない。そこで本題材では、食品は体の中のはたらきにより、3つの仲間(おもにエネルギーのもとになる・おもに体をつくるもとになる・おもに体の調子をととのえる)に分けられることを知り、その食品をバランスよく食べることが大切であるということに気がさせたい。本題材を通して、児童一人ひとりが食への興味をもち、栄養のバランスを意識しながら、苦手な食べ物も残さずに食べられるようになってほしいと願っている。

4. 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
食品は、3つの働きに分けられていることに関心を持っている。	3つの働きについて理解し、栄養のバランスについて考えている。	自分の食事を振り返ってめあてを書いている。

5. 活動の実際

(1) 事前の活動

活動の場	活動内容	評価( )と支援( )
朝の会	・アンケートをとり、自分の給食の食べ方や食べ物の好き嫌いについて考える。	今月の給食のメニューをもとに、好きなもの苦手なものを理由を考えて書かせるようにする。 自分の食べ方を振り返りながら、アンケートを書いている。 (集団活動や生活への関心・意欲・態度)

(2) 本時の活動

ねらい 健康な身体をつくるためにバランスよく食べることの大切さに気付き、どのように食べていけばよいか自分なりにめあてをもつ。

活動計画


	学習活動	評価( )と支援( )
導入	<p>1. 事前に行ったアンケートの結果を見て、気がついたことを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食を好きな人が多い。</li> <li>・でも野菜やご飯が残ることもある。</li> </ul>	<p>アンケートの結果を見やすくまとめ、提示する。</p>
展開	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <p>きゅう食のひみつ～バランスよく食べよう～</p> </div> <p>2. はてなボックスから取り出された食品の名前を発表する。</p> <p>3. 取り出した食品を3つに分けながら黒板に掲示していく。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物の色で分けてる。</li> <li>・作っているところで分けてる。</li> <li>・働きで分けてる。</li> </ul> <p>4. 赤・黄・緑の3つの色の意味を知る。</p> <p>黄 体温や身体を動かすもとなる</p> <p>赤 筋肉や歯や骨のもとなる</p> <p>緑 身体を丈夫にして病気を予防する</p> <p>5. 3つの仲間にはどんな食べ物が入るのかを知る。</p> <p>黄 米 小麦 いも さとう 木の实</p> <p>赤 肉 魚 大豆 牛乳 かいそう</p> <p>緑 やさい くだもの</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食には3つの仲間がすべてそろっていることに気づく。</li> </ul> <p>6. バランスよく食べるとよいということを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コマのまわり方を確認し給食もバランスよく食べることが大切であることに気がつく。</li> </ul>	<p>当日の献立に使われた食品(絵)を用意する。食品の働き別に3枚の模造紙の上に分けながら黒板掲示していく。</p> <p>どういう決まりで分けられて掲示されているのか考えようとしている。(集団活動や生活への関心・意欲・態度)</p> <p>食べものの3つのはたらきとそれぞれの食べ物を説明する。</p> <p>3つの働きにはいる食べ物の仲間を黒板に掲示しながら説明する。</p> <p>毎日の給食の手紙を拡大し、どの色の食べ物も含まれていることを確認する。</p> <p>三色にぬられたコマを2つ用意し、3色のバランスがよいものはよく回るが、バランスが悪いコマは長く回らないことを実際に確認する。</p> <p>バランスよく食べるとよいことを理解している。(集団の一員としての思考・判断・実践)</p>
終末	<p>8. 本時をふりかえり、これから給食を食べる時にどんなことを気をつけたらよいのか考え、自分のめあてをたてる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・トマトが苦手だけど少しだけ頑張ってみよう。</li> <li>・ご飯をたくさん残していたけどバランスよく食べるように気をつけてみよう。</li> </ul>	<p>食べ物は3つの仲間に分類されることを理解し、バランス良く食べようめあてを立てている。(集団活動や生活についての知識・理解)</p>

板書計画


きゅう食のひみつ～バランスよく食べよう～

アンケート  
結果


赤




黄



緑





給食献立の  
拡大

めあて  
(給食のめあて  
を考え板書す  
る)

からだをつくる

肉 魚 大豆

牛にゅう

からだを動かす

エネルギー

米 こむぎ いも

からだのちょうしを  
ととのえる

やさい くだもの

## 6. 事後の活動

活動の場	活動内容	評価( )と支援( )
朝の会 帰りの会	きゅう食バランスカードを使い、食べられたものに印をつけていく。 最後に自分のめあてを達成できたか記入する	めあてに向かって苦手なものも、チャレンジしている友達を見つけ合い、互いに励ましあいながら楽しく給食を食べられるようにする。 自分のめあてに向かって努力しようとしている。(集団の一員としての思考・判断・実践)