

## 第3学年4組 学級活動（2）指導案

1. 日時・場所 平成26年6月11日（水）13：35～14：20 3年4組教室
2. 題材名 食べて、歯と口をけんこうにしよう！ ～歯と口の健康週間を意識して～  
（キ 食育の観点を踏まえた望ましい食習慣の形成）
3. 題材について

### 子どもの実態

男子19名（支援級からの交流児童2名を含む）、女子17名、計36名の学級である。はじめは、新しい担任や友達の様子をうかがいながら硬い表情で過ごしている児童が多い印象だったが、担任側から声をかけたり、子ども同士で話したり顔を見あったりする機会を多くすることで、自然体で過ごせるようになった。人との接し方が穏やかな子が多く、自分の思いなどを担任に進んで話す児童が多い。しかしながら子ども同士のやり取りを見ていると、思うように気持ちを言葉で表現できなかったり、思いが伝わらず言動が荒くなったりする児童も少なくない。全体的には、やるべきことには前向きな気持ちで真面目に取り組み、どの子どもも友達と共に活動することを楽しんでいる。

食に関する指導としては、2年生の時に「バランスよく食べよう」という学習をしている子ども達である。好き嫌いをせず何でも食べることが今後の自分自身の健康につながることを頭では理解していて、給食中の「嫌いでも半分は食べよう。」等の声掛けを素直に受け入れて生活している。実際には一口食べることができるかできないか程度にとどまっているが、それでも食べようと努力している姿を認めながら指導してきた。

今回、健康な歯と口内を維持する手立てという視点から児童と保護者にアンケートを行ったところ、歯磨きや甘いものの食べ方等、むし歯予防に関する手立てへの意識の高さがうかがえたのに対し、カルシウム摂取や噛み応えのある食材を用いた献立等、食生活から歯と口内の健康を考えていこうとする意識は極めて低いことがわかった。特に児童は、今回の授業をきっかけに、歯と口の健康の根本に食生活が関連していることを初めて意識するといつてよい。

### めざす子どもの姿と教師の思い

3年生は、永久歯への生え変わりも進み、健康な歯と口内の維持について意識させるには絶好な学年といえる。アンケート調査から、児童が「健康な歯と口＝むし歯がない、汚れがない、歯並びがよい」ととらえていることと、自分の歯と口について「健康だと思わない」とする児童が半数近くいることがわかった。（アンケート結果については別紙資料参照。）学習する時期が「歯と口の健康週間」と重なったこともあり、今回の学習を通し「健康な歯と口内のためには、歯磨きだけでなく食生活も大きく関連していること」に気付かせたい。また、歯と口の健康維持への意識を大きく変えると共に、毎日の食生活に対する個々のふり返りの機会にしたいと考えた。児童の中には、カルシウムの多い食材や噛み応えのある献立に抵抗を感じる子がいることも予想される。自分の毎日の食事（はじめは給食の場面に限定してわかりやすく食生活への意識化を図る）を振り返り、「歯と口の健康」を切り口に日常の食生活の様子や課題について学習を進める中で、自分に合った解決策や今後のめあてについて考え、実践しようとする子をめざしたい。3年時は給食の場面からスタートし、家庭との連携も図りながら、徐々に個人の食生活へと意識を広げていければと思う。

### 題材観

本題材では、「食べて、歯と口を健康にしよう！」を合言葉に、歯と口の健康維持のための食生活の大切さを、栄養教諭と共に児童に気付かせ指導していく。歯と口の健康週間の行事食を紹介してそのひみつを探ったり、本時に登場する歯のキャラクターの悩みの解決策を考えたりする中で、子どもの目線で歯と口の健康を考えた食生活のポイントをおさえ、自分の食生活の課題から給食時に実践できそうなめあてが1つ設定できるよう進めたい。今まで「歯と口の健康維持＝歯磨き」という意識しかなかった児童が、「毎日の食生活も歯と口の健康にとって大切」との意識を持ち、自分のめあてに意欲的に取り組めるようつなげたい。

## 5. テーマとのかかわり

研究テーマ 伝え合い 認め合い 主体的に取り組む子をめざして

### (1) 中学年部会のテーマ

理由をもとに意見を述べ 友達の意見も受け入れ 協力し合う子

### (2) テーマに迫るための手立て

#### 理由をもとに意見を述べる

本題材では、行事食を食べてみて思ったことから献立のひみつを推理する、自分の食生活のふり返りからできそうなめあてをたてる等、実際の体験や経験を理由に自分の考えを述べることが多い。そこで、行事食を食べて思ったことをその場ですぐに書き留めたり、等身大の自分をふり返ることができるアンケートを活用したりする等、理由を明確にするステップをふんで学習を進めることにした。4月当初は、自分にとってマイナスの要素を認められない児童も見られたが、折にふれ、正直に自分をふり返ることを大切に指導してきたことで、仮にマイナスの要素が含まれていたとしても、そのふり返りを理由に意見を述べたり考えたりすることができるようになってきている。今後も継続していきたい。

#### 友達の意見も受け入れる

感想やふり返りとはあくまで個人的なものなので、そこを理由にして出てくる意見は様々であり、自分と同じ視点ではない意見が数多く並ぶことも予想される。しかしながら、本題材は自分のめあてを立て実践する活動であることから、個々の理由が明確であれば、友達の意見や考えを受け入れやすい題材ともいえる。自分のめあてがなかなか見つけられない児童が、自分と似た理由の児童の意見を参考にめあてを考えるような場面があってもよいし、めあての違う児童同士が個々のめあての理由に共感し励ましあう姿につながれば、その姿も友達の意見(めあて)を受け入れているといえる。理由を明確にするステップは、友達の意見を受け入れることにも関連していると考えます。

#### 協力し合う

「自分のめあて」という点で学級活動(1)とは違い、全員が皆で決めた一つのめあてに向かうわけではない。しかし、個々のめあてが達成できるようお互いが支え合い実践していくことで、学級全体で取り組んでいるという意識を持たせたり、自分の感想やふり返り・めあて等をグループやクラスの人に伝える場面を積極的に設けたりすることで、ともに支え合い実践していこうとする意欲につなげたい。

### (3) 学年共通の取り組み

#### 学級会への意欲を高める手立て

本題材に意欲的に取り組めるよう配慮したことが2つある。一つは児童が等身大の自分を肯定的にとらえられるようにすること、もう一つは、子どもの視点にそったわかりやすい展開と内容で、頑張っている自分への満足感(達成感)を味わえるようにしたことである。食育という観点から伝えたい内容が多々ある中、あえて内容を焦点化し3年生が楽しめる展開にした。みんな苦手なことがあるという視点に立ち、自分のめあて達成に向けて頑張っている自分を、お互いに認め合っていけるようなアンケートやカード類の作成に努めた。

## 6. 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
自己の生活上の問題に関心を持ち、意欲的に日常生活や学習に取り組もうとしている。	楽しい学級生活をつくるために日常生活や学習の課題について話し合い、自分に合ったよりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	楽しい学級生活をつくることの大切さや、そのためのよりよい生活や学習の仕方などについて理解している。

## 7. 活動の実際

### (1) 事前の活動

活動の場	活動内容	評価 (☆) と支援 (○)	資料
5月 23 日(金) ～28 日(水)	3年生の保護者に、「歯と口の健康週間に向けてのアンケート」を依頼する。	・保護者の意識を把握する。 ○歯と口の健康のために食の観点から家庭で行っていることと、「歯と口の健康習慣」が近いことを意識していただく。	・アンケート用紙
5月 28 日(水) 朝の時間	歯と口の健康に関するアンケート	・児童の意識を把握する。 ○「歯と口の健康」に関するこれまでの経験を振り返らせるとともに、意識をもたせる。	・アンケート用紙
6月 4 日(水) 給食の時間	「歯と口の健康週間の行事食」を食べ、気付きや感想を書く。	○普段の献立との違いに気付けるよう、「どんな点が歯と口の健康によいのか」を意識させ、自分の好きな献立等と比較しながら食べるよう促す。 ☆行事食に関心をもって食べているか。(関心・意欲・態度)	・行事食についての気付き&感想カード
6月 5 日(木) 給食の時間	昨日の献立(行事食)と今日の献立を比較しながら、行事食のひみつについてグループごとに意見交換する。	○「行事食が、歯と口の健康のためのとくとく特別メニューなわけ」を合言葉に、行事食のひみつについて話し合うよう促す。	

### (2) 本時の活動

①ねらい ○歯と口の健康によい食事に関心を持ち、カルシウム摂取とよく噛んで食べる献立(食生活)の大切さに気付き、自分の食生活を振り返り自分に合ったためあてをたてる。

#### ②展開

	児童の活動	評価 (☆) と支援 (○)	資料
導 入	1. 「歯と口の健康週間の行事食」を食べた際の気付きや感想、意見交換した結果について話す。 ・牛乳は歯にいいんじゃないかな。でも、献立に毎日入っているから特別メニューではないかも。 ・きっと、歯のためによい栄養が多く含まれているんだと思う。 ・ご飯に合うおかずだったね。 ・かたいものが多いかも。よくかむ感じがしたよ。	○「行事食のひみつ ～歯と口の健康のためのとくとく特別メニューなわけ～」をさがすことで、歯と口の健康によい食事について考えていく動機付けとなるようにする。 ☆「歯と口の健康週間の行事食」の献立をきっかけに、歯と口の健康によい食事について考えようとしている。 (集団活動や生活への関心・意欲・態度)	・行事食(6月4日)の写真と献立名 ・行事食についての気付き&感想カード ・「行事食のひみつ」の推理結果

		食べて、歯と口をけんこうにしよう！	
展 開	<p>2. 歯のキャラクターと栄養教諭との会話から、歯のキャラクターの悩みを解決する方法を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>歯のキャラクターが元気になるには、歯みがきだけでは無理らしい。</li> <li>行事食には、歯のキャラクターが元気になるひみつがたくさん含まれているんだね。</li> <li>歯のキャラクターは、カルシウムという栄養をほしがっていたんだ。</li> <li>噛んで食べるものが歯ぐきを鍛えているなんて知らなかったよ。</li> <li>健康な歯と口は見た目のきれいさだけではないんだね。</li> </ul>	<p>○歯のキャラクターと栄養教諭との会話の中に、必要なアンケート結果(健康な歯と口とは・普段していること心がけていること・自分の歯の健康度)やキーワード(カルシウム・よく噛んで食べる)を織り交ぜ、学習の中で児童が自然に学習のポイントに気付けるような展開に努める。</p> <p>○カルシウム摂取やよく噛んで食べることについて、自分の現状と解決策がわかるような資料を用いる。</p> <p>○噛み応えについては、あえて硬い食材でなくても何度も噛んで食べることに意義を持たせて扱い、毎日の実践に生かしやすくする。</p> <p>☆歯と口の健康のために、カルシウム摂取やよく噛んで食べるのが大切であることを理解している。 (集団活動や生活についての知識・理解)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯のキャラクター(健康な歯くん)</li> <li>事前アンケートの結果</li> <li>行事食の中で注目すべき食材の絵カードとカルシウム量の数字カード</li> <li>6月5日及び6月11日(当日)の献立名とカルシウム量の数字カード</li> <li>歯のキャラクターの大好物リスト(カルシウムの多い食材の絵カード)</li> <li>「好きなのはどっち？」アンケート</li> <li>「一口30回」のカード</li> </ul>
終 末	<p>3. 健康な歯と口のための食生活について、給食の場面におけるこれからの自分のめあてをたて、実践に向けての意欲を持つ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳はカルシウムの王様なんだね。飲みきれないことが多いけれど、なるべく残さないようにしよう。</li> <li>小山先生が教えてくれた来週の給食の献立の中でカルシウムの多い食品を残さないようにしよう。</li> <li>パンの耳を残していたけれど、できるだけ食べるようにしよう。</li> <li>硬いものは好きじゃないけれど、いつも食べているものの噛む回数を多くして食べることはできるよ。一口30回噛むに挑戦してみよう。</li> <li>その日の給食の献立の中で、一番噛み応えのある(硬そうな)食品を残さないでたべろぞ。</li> </ul>	<p>○個々の児童の食生活には保護者の食習慣も大きく関連しており、家庭ではめあてに十分に取り組めない状況も予想される。どの子も確実に実践ができ、児童の意欲が達成感につながるよう配慮し、今回のめあては給食の場面を想定してたてさせる。</p> <p>○一週間の献立の中で、一般的にカルシウムが多いとされている食材と噛み応えのある食材を児童が意識できるように提示し、具体的なめあてがたてやすいようにする。</p> <p>○たてためあてに継続して意欲的に取り組めるよう、グループ内ではげましのメッセージを交換し、個々のめあてを認め合ってスタートできるようにする。</p> <p>☆健康な歯と口づくりのために、自分に合った達成可能なめあてをたてている。 (集団の一員としての思考・判断・表現)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「食べて、歯と口を健康にしよう！」チャレンジカード</li> <li>6月12日～一週間の献立の中に出てくる、カルシウムを多く含む食材や噛み応えのある食品の写真(または絵)。</li> </ul>

板書計画

アンケート結果 (黒板横の TV に授業の流れを 追って表示して いく。)	<p>「歯と口の健康週間の行事食」の 献立名と注目すべき食材</p> <p>「行事食のひみつをさがせ」 ～歯と口の健康のための とくとく特別メニューなわけ～ *児童の考えを提示する。</p>	<p>食べて、 歯と口をけんこうにしよう！</p> <p>◎カルシウム ◎よく噛んで食べる</p> <p>6月12日～の一週間の献立に出て くる カルシウムの多い食材・噛 み応えのある食材</p>	<p>カルシウムが多く含 まれている食品</p> <p>「好きなのはどっ ち？」アンケート (噛み応えの比較)</p>
---	---	--	---

(3) 本時の授業の視点

- ① (テーマに迫るための手立て) 自分なりの理由をもとに発言し、お互いのめあてを認め合っていたか。
- ② (学年共通の取り組み) 扱った内容や授業の展開が児童にわかりやすく、意欲につながっていたか。
- ③ (子どもの姿・その他) 自分に合っためあてをたてることができたか。また、実践に向けての意欲が感じられたか。

(4) 事後の活動

活動の場	活動内容	評価(☆)と支援(○)	資料
6月12日(木) ～18日(水) 給食の時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分のめあてを実践し、結果を「食べて、歯と口を健康にしよう！」チャレンジカードに記入する。</li> </ul>	<p>○児童の意欲が持続するよう、子ども同士が励ましあう雰囲気の中で実践できるよう促す。 ☆めあてを意識して実践している。 (集団の一員としての思考・判断・表現)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「食べて、歯と口を健康にしよう！」チャレンジカード</li> </ul>
6月19日(木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チャレンジシートのふりかえり欄に、感想を記入する。</li> <li>・栄養教諭の話を聞く。</li> </ul>	<p>○今後もめあてを意識し、給食だけでなく家庭でも同じように取り組めるよう、動機づけをする。 ☆一週間の給食中の実践を振り返り、家庭でも取り組もうとしている。 (集団活動や生活についての知識・理解)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保護者アンケートからのレシピ(保護者の願い)</li> </ul>
6月23日(月)	<p>*3年生の保護者に、児童の学習の様子と保護者アンケートで寄せられたレシピを載せたお知らせを配布する。</p>	<p>○今回の学習内容と経過をお知らせし、児童のめあてが日常の食生活でも生かせるよう、各家庭にむけ協力を呼びかける。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アンケート結果</li> <li>・児童のチャレンジカード</li> </ul>

3年 組 名前

\*「食べてる?」:好き◎・ふつう○・ちょっと苦手△・のこす▲をつけましょう。

《 「カルシウム」が多い食品 》

牛にゅう( ) チーズ( ) ししゃも( ) さんま( )  
じゃこ( ) さくらエビ( ) わかめ( ) こんぶ( )  
ひじき( ) やきのり( ) きりぼ だいこん切干し大根( ) こまつな( )  
たまご( ) とうふ( ) だいず( ) 白いりごま( )

《 かみごたえのある食品 》

はっが発芽げん米( ) とり肉( ) ぶた肉( ) さけ( )  
ししゃも( ) じゃこ( ) やきのり( ) こんぶ( )  
たくあん( ) ごぼう( ) きりぼ だいこん切干し大根( ) こんにやく( )  
えのきだけ( ) エリンギ( )

\*「すきなのはどっち」:すきなほうを○でかこみましょう。(どちらかに○)

1	とんかつ	ハンバーグ
2	フランスパン	ロールパン
3	とんじる	みそしる
4	やきししゃも	<small>しろみざかな</small> 白身魚のフライ
5	スティックやさい	レタスのサラダ

《 一口・  回以上かんで食べよう! 》

# 「食べて、歯と口をけんこうにしよう！」チャレンジカード

## 3年 組 名前

\* あしたから、給食きゅうしょくのときに気にして取り組みたいのはどれですか。(1つに○)

カルシウムを多くとる      かみごたえのあるものを食べる      何回もよくかんで食べる

≪ **自分のめあて** ≫ (上で○をしたことに、あなたはどのように取り組みますか?)

--

\* 友だちから

≪ **チャレンジの記録** ≫

6月 日( )	がんばり度 チェック	・ひとことメモ (特にがんばったこと、感想など)

\* がんばり度チェックは、

◎(かんぺき!)・○(だいたいできた)・△(あと少しでできる)

で つけてみましょう。

≪ **やってみて思ったこと** ≫

---

---

