

# 第1学年 学級活動学習指導案

(

## 1. 題材名 「やさいとなかよしになろう」

## 2. 指導を進めるにあたっての基本的な考え方

こんな子どもを
○ 本学級の子どもたちは、毎日給食を楽しみにしている。また、毎日の「今日のこんだてなあに」で給食について興味を持って聞いている。しかし、料理にどんな野菜が使われているか知らなかったり、苦手なものを食べるのに時間がかかったりしている。
○ アンケートの結果から、身近な野菜についてはほとんど知っていることがわかった。また、野菜の好き嫌いがあり、給食によく出る野菜で嫌いな物がある子が多いことがわかった。このような実態から、野菜に目を向けさせ、野菜に関心を持たせることが必要であるとする。

こんな題材で
本題材は、日頃食べている野菜の名前や特徴を知ること、野菜に親しみをもち、いろいろな野菜を食べようという意欲を持つことをねらいとしている。
この学習を通して食生活学習の基礎となる「野菜の名前」を理解させ、食べ物を大切に、嫌いな物でも食べようとする子どもの育成につながっていくと考え、この題材を設定した。
アンケートにより野菜の好き嫌いが多い傾向にあることがわかった。野菜への興味・関心が高まるように、野菜のシルエットや切り口のクイズ、実物の野菜に触れる活動、食生活教材を活用し、野菜のおうちを探す活動などを行うことで楽しませ、野菜に親しみが持てるようにしたい。そして、苦手でも食べようとする意欲を高めたい。

こんな支援で
つかむ段階では、今日の給食を振り返り、どんな野菜が入っていたかあまり考えずに食べていたことに気づかせる。
きづく段階では、子どもたちが苦手な野菜をクイズに入れることによって、名前や特徴を知り、楽しく学習させながら、知る喜びを感じさせる。
ふかめる段階では、調理される前の野菜の色やにおい、手触りなどを体験させる。また、野菜がどこで大きくなるのかを考えさせることは、子どもたちにとって新しい発見となるので、こうした体験により食生活と知識を結びつけ、野菜への関心を高めるようにしたい。
ふりかえる段階では、本時をまとめ、給食時間に給食に登場する野菜が入っているのか見たり、苦手なものでも食べようとする気持ちを持ったりすることができるようにする。

めざす子どもの姿
○ 食べ物に興味・関心を持ち、好き嫌いせず残さず食べることができるようにする子ども。

## 3. 指導目標

指導目標
○ 野菜の名前を知ることによって食べ物に対する興味関心を高める。(態度)
○ それぞれの野菜の名前や特徴を知り、食べ物について知ることによって喜びを感じる。(知識・理解)
○ 苦手な野菜にも興味を持ち、苦手でも食べようとするができる。(思考・判断)

#### 4. 本時学習

(1) 本時 6月16日(金) 公開授業 I

##### (2) 本時の目標

- 野菜の名前を知ることによって野菜に対する興味関心を高める。(態度)
- 嫌いな野菜でも親しみをもつことができる。(思考・判断)
- 野菜の名前がわかる。(知識・理解)

##### (3) 準備

野菜(にんじん, 玉ねぎ, なす, トマト, ピーマン, キャベツ, だいこん, かぼちゃ, ほうれん草, セロリ)  
 シルエット写真, 断面写真, 食生活教材, 学習プリント

#### 5. 展開 (1/1)

段階	学習活動と内容	学習活動に即した支援
つ か む	1. 本時のめあてを確認する。 ○ 今日の給食の献立を思い出す。	※ 今日の給食の献立を提示する。 ※ 給食時間の子どもたちの様子を振り返らせる。
	<b>めあて</b> <b>やさいのことをして やさいとなかよくなるう。</b>	
き づ く	2. 野菜のクイズをする。 ○ シルエットクイズをする。 ・にんじん・なす, だいこん, ほうれん草, セロリ ○ 断面クイズをする。 ・トマト, ピーマン, たまねぎ, カボチャ, キャベツ	※ シルエットクイズを全員が楽しめるようにし, 野菜に興味をもたせる。 ※ 野菜の名前を確かめさせる。 ※ 形や特徴を知ることによって, 野菜を知ることの喜びを感じさせる。
ふ か め る	3. 実物の野菜に触れる。 ○ 手触り, におい, 形, 色などの特徴を発見する。 4. 野菜のお家を探し, 野菜シールを貼る。	※ 班ごとに野菜を用意して自由に体験することができるようにする。 ※ 気づいたことを発表させる。 ※ 食生活教材(10ページ)を使い, 野菜がどこで大きくなるのかを考えさせる。 ※ 食べているのがどの部分なのかを実物を見ながら考えさせる。
ふ り か え る	5. 本時のまとめをし, 今日の学習の感想やこれからがんばりたいことを発表する。	
	<b>まとめ</b> <b>いろいろなやさいを さわったり, たべたりして もっとなかよくなるう。</b>	
	○ 野菜のことがわかった。 ○ 嫌いな野菜も食べてみたい。	※ わかったことやがんばりたいことなどを発表させることで, 野菜のよさに目を向けさせる。 ※ 給食時間にみんなで給食に登場する野菜を確かめることを伝える。

# 第3学年 学級活動学習指導案

## 1. 題材名 「食について考えよう」

## 2. 指導を進めるにあたっての基本的な考え方

こんな子どもを
○ 本学級の子どもたちは、給食時間を楽しみしている。しかし、好き嫌いがある子が多く、献立によっては食べる量が少なかったり、時間内に食べ終わらなかったりする子どももいる。
○ アンケートの結果から、健康には、食べることが、大切であるとほとんどの子どもが理解していた。しかし、現在、自分の食べ方が、健康によい食べ方だと思っていない子どもも少数いた。このことから、食べ方が大切であることは理解しているが、実践に結びついていないと考える。

こんな題材で
本題材は、学校給食における自分の食べ方を考えることを通して望ましい食習慣の形成をねらいとするものである。家庭での食事はどちらかと言えば子どもの嗜好に合わせて作られることが多い。そのため、食事は肉料理が中心となり、魚や野菜等を使った和風料理が少なくなっていることがある。心身ともに健康な体を作るために、好き嫌いをしないで食品をバランスよく食べることが大切である。そこで、今までの自分の食事を見直し、食べ物が健康の維持や体の成長のために大きな役割を果たしていることを気付かせていきたい。また、嫌いな物でも少しずつ食べられるようにすることが、自己管理能力の育成につながっていくと考え、この題材を設定した。

こんな支援で
本題材の指導にあたっては事前に、排便は運動や規則正しい生活と関係していることを理解させている。また、規則正しい生活については、食事も含んだ内容であると意識付けをさせている。
本時では、排便のアンケート結果を利用しながら、既習学習を生かし、食べ方について考えさせる。食べ物は、いろいろな種類に分かれており、それぞれが健康な体づくりにとって大切な要素であることや成長に必要なことに気づかせる。
そして、それらをもとに、自分の食生活について考え、健康になるための食べ方を理解することができるようにする。さらには、理解したことをもとに、今後の食べ方への改善へとつなげるようにしていく。

めざす子どもの姿
○ 食べることに興味・関心をもって、自分の食生活をふり返ろうとする。
○ いろいろな種類の食べ物やそれらが健康にとって大切な働きをしていることが分かり、毎日の食事の仕方を考えたり、工夫したりする。
○ 自分の食生活、をふり返って、どんな食べ方をすれば健康にとってよいのか考えようとする。

## 3. 指導目標

○ 色々な種類の食べ物やその働きが分かりバランスよく食べることが大切であることを理解させる。 (知識・理解)
○ 食事のとり方や生活の工夫を考え、実践しようとする意欲を高める。(思考・判断)

#### 4. 本時学習

(1) 本時 6月16日(木) 公開授業 I

##### (2) 本時の目標

- 健康な身体を作るには、いろいろな食べ物を食べようという意欲をもつ。(知識・理解)
- 色々な種類の食べ物を組み合わせて、バランスよく食べることが大切であることを知る。(態度)

##### (3) 準備

うんち調べの表, 食べ物カード

#### 5. 展開 (1/1)

段階	学習活動と内容	学習活動に即した支援
つかむ	1. 既習学習内容を思い出し、本時のめあてをつかむ。 ○ うんちの大切さを思い出す。 ○ 健康に暮らすためにはいいうんちをすることが大切だという事を確認する。	※ 事前の学習後に行った、アンケートを提示する。
	いいうんちをするために、他に大切なことはないだろうか。 ○ 固いうんち, 柔らかいうんちになる原因を考える。 ○ めあてを確認する。	※ アンケート結果を想起させ、うんちと食べ方の関わりに気づかせる。
<b>めあて</b> <b>けんこうになるためには、どんな食べ方をしたらよいか考えよう。</b>		
きづく	2. 自分自身どんな食べ方をしているか、発表する。 ○ 食べる量が多い・少ない ○ 好きなもの, 苦手なものがある(野菜, 肉, 魚, チーズが嫌い・甘い物が好き)	※ 自分自身の食べ方について学習プリントに書きまとめさせる。(書く活動) ※ クラスの好き嫌いの実態を示し、色々な食べ方をしていることに気づかせる。
	3. 好き嫌いばかりをしているとどうなるのかを考え、発表する。	※ 学習前の子どもたちの知識を確認する。
ふかめる	4. 食べ物には、いろいろな働きがあることを知る。 5. 自分の好きな物, 嫌いな物は、どの仲間なのかを確認する。 6. 健康になるための食べ方について話し合う。	※ 食べ物の働きを示した掲示物を見せる。 ※ 食べ物の働きを知ることで、好き嫌いをするのはバランスのよい食べ方でないことに気づかせる。 ※ 健康についてそれぞれの考えを交流させることによって、健康になるための食べ方について考えさせる。
	7. 本時のまとめをする。	※ 学習して分かったこと, 気づいたなどを書かせる。
ふりかえる	<b>まとめ</b> <b>けんこうになるためには、好きな物も、にがてな物も、いろいろなしゅるいを食べる。</b>	

(資料) 事前学習 (保健・体育)

(1) 本時 6月9日 (木) 5校時

(2) 本時の目標

- 便が健康かどうかを知る一つの目安となることを知る。
- 健康に過ごすためには食事と運動と規則正しい生活が大切であることを知り、健康によい生活を実践しようとする意欲をもたせる。

(3) 準備

ワークシート, うんちカード, 内臓の図をプリントした T シャツ, うんち調べカード

(4) 展開 (1 / 1)

段階	学習活動と内容	学習活動に即した支援
つ か む ・ き づ く	1. めあてをつかむ。 ○ 「たまる君からの手紙」を聞く。 (便秘で悩んでいるという内容) ○ 用語教諭から便についての話を聞く。 ・ 便は健康のバロメーターであること ・ 便にはいろいろな種類があること ・ どのような弁がよい便であるか ○ めあてを確認する	※ 便について困った経験を思い出させることで自分の生活と結びつけて考えられるようにする。 ※ 便には色々な種類があることを捕らえさせるために、便の形状ごとのイラストカードを用意する。
	<b>めあて</b> <b>毎日よいうんちをするためには、どんな生活をしたらいいか考えよう。</b>	
ふ か め る	2. どんな生活をしたらいいかを考え、交流する。 ○ 自分の生活経験をもとに予想した考えをワークシートに記入する。 ○ 考えをクラスで交流する。 3. 養護教諭から体の仕組みの視点での話を聞く。 ○ 便が出来るまでの仕組み ○ 便を出すには体を動かすことが大切であること ○ 便を出すには規則正しい生活が大切であること ○ 便を出すには規則正しい生活が大切であること。	※ 内臓の図をプリントした T シャツを使うことで便が出る仕組みを視覚的に捉えられるようにする。 ※ 指示棒の先に食物の状況を図にして取り付け、T1の着ている T シャツの内臓の図にそって、食べ物がどのように変化してうんちになっていくかを説明する。(T2)
ふ り か え る	4. 本時のまとめをする。	
	<b>まとめ</b> 毎日、よいうんちをするためには運動と規則正しい生活をするよ。	
	○ 今日の学習で分かったこと、今後自分のできることをワークシートに記入する。	※ 自分の便に目を向けさせるために、うんちの調査を行うことを伝える。

## 第5学年 学級活動学習指導案

### 1. 題材名 「朝ごはんメニューを考えよう」

### 2. 指導を進めるにあたっての基本的な考え方

こんな子どもを
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 本学級の子どもたちは、これまでに体をよりよく発育・発達させるためには多く種類の食品からバランスよく食事することが必要であるということを保健の学習の中で学んできている。また、毎日の給食時間に「献立食材色分け紹介」の活動をしており、栄養バランスについての関心が高まってきている。</li> <li>○ 朝ごはん調査の結果を見ると、「毎日食べる」と答えた児童が 93. 8%であり、朝食を食べる習慣が身についている児童は多い。しかし、朝ごはんの内容を見ると、バランスの良い食事食べてきている子どもは 25%であり、主食だけを食べてきている子どもは 34. 4%という結果であった。朝ごはんを食べる習慣は身につけているが、朝ごはんの内容まで考えて食べている子どもは少ない。</li> </ul>

こんな題材で
<p>本題材は、自分が食べている朝ごはんを振り返ることで朝ごはんの献立内容に着目し、元気な体をつくっていくために栄養バランスのとれた朝ごはんを食べることが大切であるという意識を高めていくことをねらいとしている。育ち盛りのこの時期にこの題材を通して、朝ごはんのもつ大きな役割や望ましい食事のとり方について考え、朝ごはんが自分の健康につながることを理解することは、必要なことであると考え。本題材の指導にあたって、朝ごはんの大切さや役割、栄養バランスのとれた朝ごはんについて理解させるとともに、自分の朝ごはんを振り返らせ、自分の課題に気づき、改善する方法を考えさせることで自らの食生活に関心をもたせたい。</p>

こんな支援で
<p>つかむ段階では、朝ごはんアンケートの結果から、普段食べている朝ごはんの栄養バランスが偏っていることを振り返らせる。</p> <p>きづく・ふかめる段階では、朝ごはんの役割を表す資料をもとに、朝ごはんを食べると元気になる理由を考えさせたり、つかむ段階で提示した朝ごはんにどんなおかずを足したら栄養のバランスが良くなるかについて考えさせたりする。そのことにより、朝ごはんを食べる役割が赤・黄・緑の食べ物と関連していることに気づかせ、赤・黄・緑の食べ物を組み合わせて食べる事が大切であることをおさえる。</p> <p>ふりかえる段階では、本時をまとめる中で、これからの自分の生活に生かしていこうという意識を高めることができるようにする。</p>

めざす子どもの姿
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分の食生活について、進んで考えようとする子ども</li> <li>○ 栄養のバランスのとれた食事の大切さが理解できる子ども</li> <li>○ 自分の食生活について考え、生かそうとする子ども</li> </ul>

### 3. 指導目標

指導目標
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 朝ごはんを毎日きちんと食べることの大切さに気づき、生活に生かそうとする。(態度)</li> <li>○ 赤・黄・緑の食品がそろった朝ごはんメニューを考えることができるようにする。(思考・判断)</li> <li>○ 朝ごはんの役割を知り、バランスのとれた朝ごはんの大切さを理解する。(知識・理解)</li> </ul>

#### 4. 本時学習

(1) 本時 6月16日(木) 公開授業Ⅱ

#### (2) 本時の目標

- 朝ごはんの役割を知り、朝ごはんの大切さを理解する。(知識・理解)
- 赤・黄・緑の食品がそろった朝ごはんメニューを考えることができる。(思考・判断)

#### (3) 準備

学習プリント、資料1～3の掲示物(体温変化のグラフ・生活リズムの時計・腸の働きの絵)、アンケート結果の掲示物、メニューカード

#### 5. 展開(1/1)

段階	学習活動と内容	学習活動に即した支援
つかむ	1. 朝ごはんアンケートの結果を振り返り、気づいたことを話し合う。 ○ アンケート結果の朝ごはんを1日で元気に過ごせるかを考える。 ○ めあてを確認する。	※ 朝ごはんアンケートの結果から多かった朝ごはんの例(主食のみの朝ごはん)を紹介する。
<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <b>めあて</b>  <b>元気になるためには、どんな朝ごはんを食べたらよいか考えよう。</b> </div>		
きづく・ふかめる	2. 朝ごはんを食べると元気になる理由について考える。 ○ 3つ資料をもとに、朝ごはんを食べると元気になる理由を予想し、発表する。  3. 3つのパワーには食べ物が関係していることを知り、組み合わせて食べることで体が元気になることを理解する。  4. 赤・黄・緑の食品がそろった元気になる朝ごはんのメニューを考える。 ○ 班で朝ごはんのメニューを考えて元気になる理由も話し合う。 ○ 考えた朝ごはんのメニューを発表し、交流する。	※ 出てきた予想を3つの観点に分けながら板書していく。  ※ 3つのパワーと赤・黄・緑の食品が関連していることをおさえ、元気な体をつくるためには赤・黄・緑の食品がそろった朝ごはんを食べることが大切であることをきづかせる。  ※ 導入で提示した献立にどんなおかずを足せばバランスが良くなるかを考えさせる。 ※ それぞれの班の共通点や相違点を交流させることで、栄養バランスの大切さにきづかせる。
ふりかえる	5. 本時のまとめをする	
<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <b>まとめ</b>  <b>赤・黄・緑の食品がそろった朝ごはんを食べるとよい。</b> </div>		
	○ 今日の学習で分かったことや考えたこと、これからやっていきたいことを書き、発表する。	※ これからの自分の生活に生かしていこうという意識をもっている子どもの感想を取り上げ、広めていく。