

第3学年学級活動(2)学習指導案

特別活動研究室

1 題材名 「お米の力で元気100倍」(望ましい食習慣の形成)

2 題材設定の理由

(1) 題材について

体をよく発達させるために大事な条件として、望ましい食習慣を身につけること、適度な運動をすること、十分な睡眠などが挙げられる。その中でも成長過程の児童にとって、望ましい食習慣を身につけることは、心身の発達に大きく影響する。望ましい食習慣の目標の一つに「食事の重要性」があるが、多くの食材の中でもお米は日本人の主食であり、毎日のように口にする食材の一つである。お米が日本の気候や風土にあった穀物であることから、日本人の体質にあった食物であると言われている。

しかし日本人の食生活の変化に伴い、昨今、お米の消費量が年々減少しパン食が増加するなど、日本人の食生活に変化が見られるようになった。また、「お米を食べると太る」などの誤った認識やおかずばかりを食べる偏った食事の仕方などの現状が問題視されている。また、お米は毎日のように口にするがゆえに、我々は栄養的価値を忘れがちである。しかし、お米は良質な炭水化物やたんぱく質、ビタミンやミネラルを豊富に含み、短時間でエネルギー源に変わる優秀な食材である。具体的な働きとして脳の働きを活発にし、スタミナを保ち、健康維持や成長・活動へのエネルギーには欠かせない栄養素を多く含んでいる。給食の米飯率が以前より増えた理由からも、お米の栄養的価値や日本古来の食文化のよさが見直されつつあるといえる。

お米については、第5学年の社会科で生産や流通を、第6学年の家庭科で炊き方や栄養などの専門的な知識を学ぶ。そこで第3学年で、お米の栄養的価値を知ったり給食に携わる方々の存在を知ったりすることは、高学年への学習の素地になるとともに、心の耕しの一助になるのではないかと考えた。また、食の正しい知識を身につけ、食べ物への感謝の気持ちをもち、学んだことを生かして実践できるような子を育てたいという担任の願いから、本題材を設定した。

(2) 児童の実態(男子16名女子13名、計29名) 11月20日現在

・好き嫌いなく食事をすることは大切ですか。

はい 29人

・好き嫌いをせず、何でもよく食べていますか。

はい 21人 いいえ8人

・給食の中で嫌いな食べ物がありますか。

牛乳 2人 魚 5人 煮物3人 肉 2人 果物1人 野菜 5人 チーズ3人
ごはん(お米) 6人

・お米(ご飯)には栄養があると思いますか。

はい 20人 あまりない 7人 ほとんどない 2人

・お米(ご飯)にはどんなパワー(栄養)があるか知っていますか。

知っている 14人 知らない 15人

本学校は福岡市の中でも残菜率が 0.2 パーセントで福岡市 1 位である。本学級でも残菜率は、ほぼゼロに等しく体調不良などで残す場合を除き、おかずは毎日完食する。1 学期から定期的にとっている食に関する実態調査アンケートからも、給食時間を楽しみにしている子が多く、家庭ではあまり食べない子でも学校ではよく食べる子どもが多いという結果が出ている。しかし、実態調査の結果から、食に関する課題がある児童が全体の 3 割近くおり、偏食傾向の児童が 4 名、小食の児童が 3 名いることが分かった。

食材の好き嫌いのに関しては、3 割近くの児童に好き嫌いがあり、特にお米に対して「べたべたして食べるのが面倒くさい」「味が無い」などの理由で残したり、敬遠したりする児童が見受けられた。児童の中には「お米には栄養がないから、残してもいい」という認識の児童がいた。米飯を完食したのは 2 学期の給食の米飯日 2 2 回中(1 1 月 1 8 日現在) 1 3 回であった。食の大切さを理解し残さず食べようという意識はもっていても、十分実践できていない実態がある。

栄養教諭や給食室の先生の交流活動としては、今までレストラン係やアイデアいろいろ係が係活動の取組の中で、自主的に献立表を使って給食クイズを作ったり、栄養教諭や給食の先生へのインタビューをクイズや新聞にしたりしたことがある。また、子どもたちがつくった図工の作品を給食室の先生が誉めて下さったことをきっかけに、個人的に数名の児童が作品を新たにつくってプレゼントしたり、おいしい給食をつくって下さることへの気持ちを感謝状にしてプレゼントしたりしたことがあった。このような活動を通して、徐々に学級全体の児童が食に関心を持ち、給食の先生に親しみを感じ「給食室の先生」という呼び方から自然に「〇〇先生」と呼ぶようになったり、食缶の返却時に「ごちそうさまでした」「おいしかったです」など感謝の言葉を言ったりする姿が自然に見られるなどの変化が表れてきた。給食時間を活用した栄養教諭の先生の食の指導も受けている。しかし、学級全体として給食室や栄養教諭の先生方との交流活動の経験はない。

(3) 指導観

お米の栄養的価値を知り、摂取すると体にどんな良い影響があるか知るとともに、多くの人が食に携わっており、そこにはいろいろな願いや思いが込められていることを知るができるようにする。そして、自分の食べ方を振り返り、望ましい食習慣を身につけるためにはどんな自己決定をしたらいいか、児童が考えられるようにする。

まず、事前の活動として食に関するアンケートと給食時間の様子の記録を取り、食に対する児童の認識と実態の差「好き嫌いをせず、望ましい食べ方で食べることの大切さは分かっているが、実際は十分に実践できていない現状」を明らかにする。国語科の「姿をかえる大豆」の発展学習で自分が決めた食材について調べる機会を利用し、グループでお米の種類や栄養、農業に携わる人の苦勞など、自分たちで決めたテーマで調べ学習をし、お米への関心を持たせる。

事中(本時)では、子どもたちが調べたことをより専門的な視点で価値づけ、子どもたちが正しい知識を身につけられるように、担任と栄養教諭が連携を図り指導する。その際、児童の生活に密着した場面を想定しながら学習できるように、給食中の食べ方や片づけ方の様子、給食室の先生や委員会の児童からのメッセージなど、視覚的に訴える資料を活用する。学習を通して、子どもたちが自分たちの実態を振り返り正しい知識を身につけ、多くの方々が自分たちの食に関わっていることや、そこにはいろいろな思いや願いが込められていることに気づき、感謝の気持ちを

もてるようにする。これは、単に食べる量を増やし残量をなくするのが目標ではなく、適量を食べることが体にとって大切なことを理解し、やむをえず残す時も食に携わる方の顔を少しでも思いやって残すような気持ちをもつ子どもであってほしいという担任の願いも含んでいる。

事後の活動では、自分の課題にそった具体的な目標を決め、実践できるようにする。また、学習が一過性の授業で終わるのではなく、1月の給食週間の取り組みまで児童の意識を持続できるようにしたい。そこで係活動を中心として「残菜ゼロゼロパーフェクト週間」「今日のぺろり大賞さん」などのイベントを企画したり、給食の先生や栄養教諭へのインタビューを元にしたクイズや紙芝居、感謝状づくりをしたり、給食に関する方々との交流活動が継続、発展できるように支援したいと考える。

3 目標

- 食の課題に関心を持ち、課題を克服するための食習慣に関心をもつことができる。
(関心・意欲・態度)
- 自分の食べ方を振り返り、友達と話し合ったり協力したりしながら自分の食習慣を見直すことができる。
(思考・判断)
- 望ましい食習慣について理解し、自己決定したことを実践することができる。(技能・表現)
- 食の課題を克服するための望ましい食習慣について理解できる。(知識・理解)

4 食育の視点

- 自分の食べ方を見つめ直し、望ましい食習慣を形成しようと努力する。(食事の重要性)
- 食生活は、生産者をはじめ多くの人の苦労や努力に支えられていることを理解する。
(感謝の心)
- 友達と協力することやマナーを考えたりすることは相手を思いやることであり、楽しい食事につながることを理解する。(社会性)

5 活動計画

過程	学習活動と内容	指導上の留意点(○)食育で目指す子どもの姿(●)	日時
事前	1 食に関する実態調査アンケートをとる。	○アンケートを採る日の給食の献立に影響されないように、10月の配ぜん表を見て具体的な献立を想起しながらアンケートを採らせる。	11月2日 帰りの会
	2 他教科との関連を図る。 国語科「すがたを変える大豆」の発展学習 自分で決めたテーマごとにお米について調べ学習をする。	○より実践的な学習になるように、給食や家庭科の先生、農家の方などにインタビューする機会を設ける。 ●お米やについて関心をもつことができる。	11月14日 から20日
事中	題材名	○実態に即した学習ができるように、視	11月20日

(本時)	<p>「お米の力で元気100倍」</p> <p>3 お米の栄養的価値や食に携わっている人々の存在や思いを知る。</p> <p>4 学習の振り返りをする。 (自己決定と感想)</p>	<p>覚的な資料を効果的に活用する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お米のよさや食に携わる方々の存在をしり、感謝できる。 ●発表や話を聞いて、自分の考えをもつことができる。 	
事後	<p>5 自己決定したことを実践する。</p> <p>6 実践したことを振り返る。 (自己評価と感想)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 計画的に実践できるように、時間や場所、方法などを決め、一人一人が計画・実践・記録できるようにする。 ○ 家庭への理解、啓発を促すために事前に学級だよりや懇談会などで、保護者の理解を得ておく。 ○ 事後活動後も意識を継続、発展できるように、係活動などを活用し、実践や取組を広げ深めるようにする。 ● 食に携わる方々への願いを知り、感謝の気持ちを持つとともに、自己決定で決めたことを実践することができる。 ● 食に携わる方々に進んで関わり食への関心を深め、実践しようとする態度を育てることができる。 	11月下旬から約3週間

6 本時の目標

- 食の課題に関心をもち、課題を克服するための食習慣に関心をもつことができる。(関心・意欲・態度)
- 自分の食べ方を振り返り、友達と話し合ったり協力したりしながら自分の食習慣を見直すことができる。(思考・判断)
- 望ましい食習慣について理解し、自己決定したことを実践することができる。(技能・表現)
- 食の課題を克服するための望ましい食習慣について理解できる。(知識・理解)

7 本時の展開

平成19年11月20日(火) 5校時

学級活動と内容	指導上の留意点 (○) 評価(●)
<p>1 事前にとったアンケートの結果を振り返り、めあてについて話し合う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>めあて お米の力(よさ)を知って自分の食べ方をふり返ろう。</p> </div> <p>2 お米について調べたことを①栄養グループ ②農家の人の大変さグループが発表し、栄養教諭の先生に補足説明(児童が調べたことを専門的な視点から価値づけ)して頂く。</p> <p>3 食に携わる人(給食室の先生・栄養教諭の先生・お米をつくっている人・給食委員会)からのメッセージを聴き、一粒のお米にはいろいろな願いや思いが込められていることを知る。</p> <p>4 自分の課題を振り返り、今日の授業で学んだことを生かした自己決定をする。</p>	<p>○ 自分たちの問題を明確にできるように、児童の実態と意識のずれに気付かせる。</p> <p>● お米や携わっている人々に関心をもつことができる。(関心・意欲・態度)</p> <p>● お米のよさやお米に携わる人々の存在や願いを理解することができる。(知識・理解)</p> <p>○ 児童が具体的にイメージしやすいように、ビデオやグラフなど視覚的にわかる資料を活用したり、体験活動を入れたりする。</p> <p>○ 給食室と栄養教諭の先生だけでなく、農業に携わる人々や委員会の先輩など、いろいろな人が関わっていることに気付くようにする。</p> <p>○ 相手意識をもった事後の活動ができるように、自分の課題だけでなく食に携わる方々を意識した自己決定ができるよう支援する。</p> <p>○ クラス全員がめあて達成に向けて実践できるように、教師の期待を伝えとともに本時の頑張りを賞賛し、実践への意欲づけをする。</p> <p>● お米のよさを理解し、お米に携わる人々の存在や願いを考えながら話し合い、自分の考えをもつことができる。(思考・判断)</p>

8 評価

(1) 学級活動から

- 食の課題に関心を持ち、課題を克服するための食習慣に関心をもつことができたか。
(関心・意欲・態度)
- 自分の食べ方を振り返り、友達と話し合ったり協力したりしながら自分の食習慣を見直すことができたか。
(思考・判断)
- 望ましい食習慣について理解し、自己決定したことを実践することができたか。
(技能・表現)
- 食の課題を克服するための望ましい食習慣について理解できたか。
(知識・理解)

(2) 食育の視点から

- 自分の食べ方を見つめ直し、望ましい食習慣を形成しようと努力する。
(食事の重要性)
- 食生活は、生産者をはじめ多くの人の苦労や努力に支えられていることを理解する。
(感謝の心)
- 友達と協力することやマナーを考えたりすることは相手を思いやることであり、楽しい食事につながることを理解する。
(社会性)