

## 第2学年 学級活動学習指導案 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）

### 1 題材名 食べものともっと「なかよし」になろう

### 2 題材設定の理由

- (1) 本題材は、学級活動の活動内容（2）「日常の生活や学習への適応及び健康安全」の中の「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」を受けたものである。

現代社会において、正しい食習慣が身に付いていないために食に起因する新たな健康問題が増加しており、偏った食生活が児童の心身の健全な成長に影を落とし始めている。社会の変化に伴い一人一人の食行動の多様化が進む中で、栄養の偏りのない望ましい食事の仕方を知り、それを実践することが日々の健康な生活や心の安定につながっていくことを理解させることは大変重要である。

低学年の児童はまだ食経験も浅く、食に関する知識も十分ではないために、口当たりのよさや自分の好みに左右されバランスのよい食事がとれない児童も少なくない。また、「食べたことがないもの」には手を出さないでいる児童も多く見られる。これらのことから、小学校低学年のうちから食に対しての関心を喚起し、自分と身近な食べものとの関わりを見つめさせ、自分の課題解決に向けてその原因や解決方法を考え、実践することを通して、元気な体をつくろうとする態度を育てることはとても重要であると考え、本題材を設定した。

- (2) 本学級の児童は、素直で優しく、明朗である。外遊びや運動が好きで、元気な児童が多いが、筋力や持久力のない児童、個別の栄養指導の必要な児童も何名かいる。給食に関しては、比較的残菜が少ない学級である。しかし、食べる量については個人差が大きく、多くの児童には好き嫌いがあり、児童によっては嫌いなものは食べないなど偏った食事をしている児童も少なくない。

ほとんどの児童が好き嫌いはよくないという意識を持ち、いろいろな食べものを食べなくてはいけないと分かっている。しかし、なぜいろいろな食べものを食べなくてはいけないのか、食べないとどうなるのかということは理解していない。また、献立の名前や食材の名前を知らない児童も多く、食べたことがないからという理由で給食を減らそうとする児童もいる。

本題材に関わる児童の実態は以下に示すとおりである。

給食アンケート調査の結果 （本学級児童数 男子15人 女子11人）

実施日 9月3日

①給食は好きか ・すき（23人） ・きらい（2人）

②給食を好きな理由（自由記述、複数回答）

○おいしい（20人） ○メニューがいいから（1人）

○おなかがすいているから（1人） ○好きなものが出るから（1人）

●嫌いなものが出るから（2人）

③嫌いな食べものはあるか

・ない（6人） ・少しある（13人） ・たくさんある（6人）

④給食を残さず食べるか

・全部食べる（6人） ・時々減らす（16人） ・いつも減らす（3人）

※残すときはどんなときか

●嫌いなものがあるとき（14人） ●量が多い（4人） ●具合が悪いとき（1人）

⑤嫌いな食べ物が給食に出たときどうするか

・がんばって食べる（7人） ・少し減らす（15人） ・全然食べない（3人）

⑥好きな食べ物、嫌いな食べ物（自由記述、複数回答）

好きな食べ物・果物（6人） あまい、おいしい

・からあげ（5人） おいしい、やわらかい

・果物以外のデザート類（5人） あまい、つるつるしている

・麺類（3人） 食べやすい

・カレーライス（5人）

嫌いな食べ物・ピーマン（2人） 苦い ・えび（2人） くさい

・トマト（2人） すっぱい ・魚（3人） くさい

・ゴーヤ（7人） 苦い ・レバー（2人） 苦い

・生野菜（1人） 味がしない

実態調査から、給食を好んで食べている児童は多いことがわかる。しかし、約20人の児童が「減らすことがある」と回答しており、野菜に苦手意識を持っている児童がたいへん多い。また「口当たり」のよさ、悪さや食材の持つにおいで好き嫌いをしていることもわかる。

- (3) そこで指導に当たっては、食事の量や食べる速さには個人差があることを認めつつ、いろいろな食べ物に目を向けさせ関心を持たせたり、元気な身体をつくるために多くの種類の食材をとることの大切さを理解させたりして、好きな食べ物を増やし嫌いな食べ物を少しでも減らすようにしたい。

①事前指導

- ・食べ物についてのアンケートを実施し、児童の実態を把握する。
- ・日常の給食指導の中で、児童に配布している「今日のこんだてなあに」や「こんだてはいぜんず」を活用して献立や食材への関心を高める。

②本時指導

- ・児童の関心を高めるために、事前のアンケート結果を活用し、「自分たちの共通な問題」として話し合わせる。
- ・学校給食の献立を中心に食べ物の好き嫌いについて話し合うことで、食べ物に興味を持たせ、給食には体を作るための栄養がバランスよく含まれていること、それぞれに役割があり、不足するとどうなるかを理解させる。
- ・クイズを取り入れ、楽しい雰囲気の中で授業を進めながら香りや味、食感など実感を大切にする。
- ・栄養についての正しい知識を与えるために栄養教諭と連携を図り、同じ食材でも見た目や味や香りなど調理によって違いがあること、苦手な食べものも、給食では食べやすいように工夫されていることなどを理解させる。

- ・ 友達の体験を聞いたり今までの自分を振り返って、元気な体をつくるために気をつけたい具体的なめあて（自己決定）を一人一人に持たせ実践への意欲づけを図りたい。

### ③ 事後指導

- ・ 自分の決めたことを実践しているかどうかカードを使って自己評価させ、生活を振り返らせるとともに、定着を図る。
- ・ 学習内容、児童が立てた「めあて」や、実践の状況について家庭に知らせ、家庭との連携をとりつつ励ましていく。

## 3 目標

- 給食に関心を持ち、食生活を改善しようとする。（興味・関心）
- 食品には働きがあり、バランスよく食べることが健康な体づくりに大切であることを理解する。（知識・理解）
- 元気な体をつくるために食事のとり方のめあてを考えようとする。（思考・判断）
- 自己決定したことを実践しようとする。（技能・表現）

## 4 食育の視点

- 様々な食品に働きがあり、親しみをもち、よりよい食習慣を身につけることができる。（心身の健康）

## 5 （指導計画＋課外）

	児童の学習活動と内容	指導上の留意点
事前	1. アンケートに答える。	○給食だけでなく家での食事についても考える。
本時	1 アンケートの振り返り 2 食べ物クイズをする。 3 給食に使われている食品について考える。 4 食べ物の働きを知り、食事のとり方のめあてを持たせる。	○アンケート結果を掲示する。 ○食べ物クイズに興味を持つように工夫する。 ○色々な食べ物を食べる意欲を持たせる。
事後	1 家の人に学習カードを見せて自分の立てた目標について話をする。 2 給食時間に登場する食品についてみんな確認する。	○家庭への啓発を行う。 ○給食の食材をカードにしてクラスで活用できるようにする。

## 6 本時

### (1) 目標

- 食品には働きがあり、バランスよく食べることが健康な体づくりに大切であることを理解する。（知識・理解）
- 元気な体をつくるために食事のとり方のめあてを考えようとする。（思考・判断）

(2) 日時 平成21年10月19日(月) 5校時 ランチルーム

7 展 開

	主な学習活動と内容	指導上の留意点	
		T 1	T 2
つ か む	<p>1 給食アンケートの結果から課題の共通化を図るとともに本時学習のめあてを把握する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○アンケートの結果を見て、自分の好きな食べ物、苦手な食べ物を意識する。</li> <li>○「なかよし」を増やすといいことを考える。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・元気になる</li> <li>・病気になるらない</li> <li>・頭が良くなる</li> <li>・体を大きくする</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○アンケート結果を示して児童に自分の問題としてとらえさせる。</li> </ul>	
	<p>食べものともっと「なかよし」になろう</p>		
し ら べ る	<p>2 給食クイズをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○献立の写真を見て、何の食材が使われているか考える。</li> <li>○食材のそれぞれの働きについて考える。</li> </ul> <p>○給食の先生方の工夫を知る。</p> <p>3 食べ物と「なかよし」になるための方法を話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○友だちの「なかよし」になった体験をきく <ul style="list-style-type: none"> <li>・少しずつ食べる</li> <li>・嫌いなものでも一つは食べる</li> <li>・ごはんと一緒に食べる</li> <li>・好きな物と一緒に食べる</li> </ul> </li> <li>・友達と楽しく食べる</li> </ul> <p>○保護者のインタビューを観る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ビデオの準備</li> </ul> <p>○食べるようになった体験を発表させる。</p> <p>○好き嫌いのない児童には「なかよし」をふやす方法を考えさせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ビデオの準備</li> <li>○ビデオの準備</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○身近な給食の献立からクイズを出す。</li> <li>○栄養素について話をする。</li> <li>○給食室の工夫について話す。</li> <li>○実際の調理した食材を準備する。</li> </ul>
ま と め る	<p>4 学習カードに「自分のめあて」を書き、実践の意欲を高める。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習カードに自分のめあてを書く。</li> <li>○友達ががんばることや担任の話聞く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童のめあてに対して励ます。</li> <li>○家で今日の学習のことを話すよう約束する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童のめあてに対して励ます。</li> </ul>

## 8 板書計画

めあて 食べものと もっと「なかよし」になろう		「なかよし」が ふえるといいこと	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養素の資料</li> <li>・献立の資料</li> </ul> など	ほうほうを考えよう
アンケートげっか	「なかよし」な 食べものの絵	うごくため		へらすりょうをへらす
きゅう食はすきで すか? すき きらい		頭をよくするため		きらいでも一つ多く食 べる
きれいな食べもの はありますか? ある ない	「なかよし」で ない食べものの 絵	体を大きくするた め		ごはんといっしょに食 べる
きゅう食はのこさ ず食べますか? はい いいえ		びょうきにならな いため		すきなものといっしょ に食べる
		きんにくやほねを つくるため	友だちと楽しく食べる	