

小学校第5学年1組 学級活動(2)指導案

日 時 令和4年7月7日(木) 第5校時
 指導学級 鳴門西小学校 第5学年1組 21名
 指導者 T1 学級担任 ○○ ○○
 T2 栄養教諭 ○○ ○○

1 題材 バランスの良い朝食について考えよう

学級活動(2)エ 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

2 題材設定の理由

学童期の子どもたちにとって、栄養バランスのとれた毎日の食事は、心身の成長に大変重要なものであるとともに、望ましい食習慣を身に付けておくことは、将来にわたって健康を保つために必要であると考えます。

本市学校食育推進委員会では、毎年生活習慣調査を実施している。今年度の5年1組の結果を見ると、「朝食を毎日食べている」と答えた児童が86%、「週に4～6日食べない」、「いつも食べない」児童が5%いた。また、朝食の内容については、「主食(パン・ごはん等)のみ」と答えた児童は48%であった。朝食で野菜をほとんど食べない児童も多く、朝食の摂取頻度や内容は、どの学年でも共通した課題となっている。朝食は、1日を元気にスタートさせるために大切であることを理解させ、子どもたちから望ましい食習慣を身に付ける必要があると感じている。

そこで、家庭科学習の始まる5年生を対象に、朝食の役割や重要性についての学習を効果的に進めたい。また、ペア学習での話し合いをもとに、バランスのとれた朝食を考えさせることで、自分の朝食を振り返らせ、改善していこうとする態度を育てたいと考え、本題材を設定した。

3 活動の流れと指導助言及び評価規準

	活動内容	時間	指導上の留意点	評価規準
事前の活動	生活習慣調査	6/20(月) 朝の学習の時間	・朝食の摂取や内容などを調査し、表やグラフにまとめる。 ・これまでの朝食を振り返る時間を設け、課題への意識を高められるようにする。	◎自分の朝食を進んで振り返ろうとしている。 (主体的態度)
本時	バランスの良い朝食について考えよう	7/7(木) (本時)	本時の活動に記載	
事後の活動	・チェックシート ・食育通信配布による家庭への啓発 ・朝ごはん日記	7/8(金)～7/11(月) 7/20(水)	・事後に振り返る機会を設定し、実践化に向けて継続した取組になるように助言する。 ・食育通信を配布して家族で取組を話し合う機会を設けたり、朝ごはん記録を付けたりすることにより実践の継続を図るようにする。	◎毎日の生活における朝食についての見通しをもち、自己の課題を改善しようとしている。 (主体的態度)

4 食育の視点

栄養バランスの良い朝食の大切さを理解し、自ら望ましい食習慣を身に付ける。
(心身の健康)

5 本時

(1) 目標

栄養バランスのよい朝食の大切さを理解し、より良い朝食とするために自分にできることを考え、実践しようとすることができる。

(2) 展開

時間	主な学習内容と活動	指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
5 分	1 朝食と体調の関係について考え、本時の学習の課題をつかむ。(つかむ)	○朝食のとり方によって体調が異なることに気付くようにし、本時の学習に対する意欲を高める。(T1) ○生活習慣調査結果を提示し、朝食のとり方に対する問題意識がもてるようにする。(T1)	
バランスの良い朝食について考えよう			
15 分	2 バランスの良い朝食の大切さを知る。(さぐる)	○バランスの良い朝食には、3つのスイッチがあり、これらが元気に過ごすために必要であることを知らせる。(T2) ○3つのスイッチを入れるために、必要な食べ物とその働きを知らせる。(T2)	
15 分	3 ペアでバランスの良い朝食の献立を考え、発表する。(見つける)	○3つのスイッチが入る食べ物がそろっている朝食を考えられるようにする。(T1・T2) ○既習の学習や、給食の献立・料理カードなどをヒントにし、量や栄養バランスを意識するように助言する。(T1・T2)	
10 分	4 本時の学習を振り返り、各自が今後の食生活のめあてを考える。(決める)	○学習したことをもとに、実践できる自分のめあてを考えられるようにする。(T1)	

6 他教科との関連

家庭科 「はじめてみよう クッキング」「食べて元気に」