小学校第６学年　学級活動指導案

指導者　　T1　学級担任

T2　栄養教諭

1. 題材

『　一日に必要な野菜を食べるにはどうしたらよいだろう　』

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. 題材について

　　野菜を食べた方がよいということを知っている児童は多いが、実際にどのくらいの量を食べたらよいのかを知っている児童は少ないと考える。毎日の給食の残菜を見ても、野菜を使った料理の残量は比較的多い。

そこで、一日に必要な野菜の量を３００ｇとして設定し、その量を手ばかりで量る方法を知らせ、必要な量の野菜を食べるためにはどうしたらよいかを考えることにより、よりよい食習慣を形成させたいと考え、本題材を設定した。

1. 小学校・・・第５学年及び第６学年の評価規準

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 |
| 自己の生活上の充実と向上にかかわる問題に関心をもち，自主的に日常の生活や学習に取り組もうとしている。 | 楽しく豊かな学級や学校の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。 | 楽しく豊かな学級や学校の生活をつくることの大切さ，そのための健全な生活や自主的な学習の仕方などについて理解している。 |

４．食育の視点

　・健康の保持増進のために、必要な量の野菜を食べようとする。（心身の健康）

５．事前の指導

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 活動時間 | 児童の活動 | 指導上の留意点 | 目指す児童の姿と評価方法 |
| 給食時間 | 野菜の働きについて知る。  給食にはいろいろな野菜が使われていることを知る。 | 野菜の働きについて確認しておく。  給食にはいろいろな野菜が使われており、それぞれの野菜の働きが違う事をおさえる。 | 【知識・理解】  野菜の働きについて理解している。 |

６．本時の展開

（１）本時のねらい

　　○一日に必要な野菜の量を知る。

　　○一日に必要な野菜を食べるにはどうしたらよいかを考え、野菜を食べようとする意欲を持つ。

（２）展開

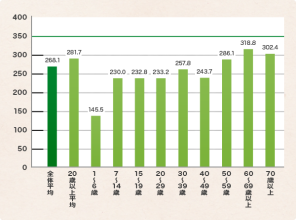
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 児童（生徒）の活動 | 指導上の留意点 | | 教材・教具等 | 目指す児童の姿と評価方法 |
| Ｔ１ | Ｔ２ |
| 導入１０分 | １、野菜摂取に関するアンケート結果を見る。  ２、全国的な野菜摂取量のグラフを見る。    ３、野菜の働きについて思い出す。  ４、本時の学習内容を知る。  一日に必要な野菜を食べるにはどうしたらよいだろう？ | 自分の普段の食生活について振り返らせる。  全体的に国民の野菜の摂取量が不足していることに気付かせる。  野菜の働きのポイントをおさえる。  ・体の調子を整える  ・病気になるのを防ぐ  ・おなかの中をそうじする |  | アンケート結果  野菜摂取量のグラフ（国民健康・栄養調査の概要より） | 【関心・意欲・態度】  アンケート結果・グラフから野菜摂取について考えている。（観察） |
| 展開２５分 | ５、一日に必要な野菜の量を知る。  ６、必要な量の野菜を食べるための方法を考え、話し合う。 | 児童に野菜を持たせる。（3人）  まず自分で考えさせる。  ・嫌いなものを食べることではなく必要な量を食べる工夫という事に注意させる。 | 一日に必要な野菜の量を見せる。  一日に必要な野菜の量は両手に3杯。  給食１食の野菜の量は約100ｇ。  給食の残菜についても触れる。 | いろいろな野菜を合わせて300ｇ  手ばかりの掲示物  給食の残菜の写真  ワークシート | 【知識・理解】  ・一日に必要な野菜の量について理解している（観察） |
|  | ７、話し合った内容を、ホワイトボードにまとめて発表する。 | 班で話し合わせる。  班ごとに発表させる。  ・ポイントを絞って発表させる。 | 班ごとの良い点を助言し、キーワードを確認する。  調理法によるかさの変化にもふれる。（ゆでる・炒める） | ホワイトボード  家庭科教科書 | 【関心・意欲・態度】  グループで必要な量の野菜を食べるための方法を考えることができる。  （観察）  【関心・意欲・態度】  他のグループの発表を聞き，参考にしようとしている。  （観察） |
| まとめ  １０  分 | ８、自分のめあてを決め、ワークシートに記入する。 | 自分の食生活を見直し、具体的に考えさせる。  ・数人に発表させる。 | 机間指導 | ワークシート | 【思考・判断・実践】  自分にできることを考え、決めることができる。（ワークシート） |

７．事後の指導

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 活動時間 | 児童の活動 | 指導上の留意点 | 目指す児童の姿と評価方法 |
| 家庭 | ・学習したことを家庭に伝え、取組に協力してもらうとともに、めあてや取組の様子について一言書いてもらう。自分で決めた目標に5日間とりくみ、チェックする。 | ・給食時間も意識してきちんと食べるよう声かけを行う。 | 【思考・判断・実践】  ・自分の目標を実践している。（ワークシート） |

８．板書計画

一日に必要な野菜を食べるにはどうしたらよいだろう



野菜をしっかり食べるためにグループで考えた方法

給食の

写真

残食の

写真

キーワード

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　・

グループで考えた方法

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　・

一日に必要な野菜の量

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　・

３００ｇ



両手に３ばい

**野菜に関するアンケート**

**６年　組　　名前**

＊当てはまるものに丸をつけましょう。

１、毎食野菜を食べていますか？　　　　　　はい・いいえ

２、家で食べる野菜の量は、給食で盛りつけられる量とくらべてどうですか？　　　　　　　　　　多い・同じ・少ない

**【ワークシート】**

**一日に必要な野菜を食べるにはどうしたらよいのだろう？**

　６年　組（　　　　　　　　　）

①　一日に必要な野菜の量（　　　　　ｇ）⇒両手に（　　　　ばい）

②　野菜をしっかり食べるための工夫

③これからの自分のめあてを決め，一週間実行してみましょう。

☆めあて☆

めあてについておうちの方より

④めあての達成度を，○（できた），×（できなかった）で評価しましょう。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日にち | 日（月） | 日（火） | 日（水） | 日（木） | 日（金） |
| 評価記号 |  |  |  |  |  |

⑤一週間を振り返っての感想や反省を書きましょう。

家庭から

栄養教諭から

担任から