実践事例５

「いろいろなたべものをたべよう」（第１学年　学級活動）

T２栄養教諭

１　題　材　　いろいろなたべものをたべよう

２　題材設定の理由

　　 成長期の子どもたちにとって心身ともに健康な体を作るためには、偏食をせずバランスよく食べることが大切である。栄養バランスを知るために３つの食品群が用いられるが、この３色食品群は食に関する指導において基礎的な内容である。

本題材は、いろいろなものを食べることの大切さを理解させ、健康な体のために、嫌いなものでもがんばって食べてみようと思う心を育てたいと考え、設定した。

１年生が給食を食べている様子を見ると、何でも食べられる児童がいる反面、偏食が多かったり、食が細かったりする児童もおり、何でも残さず食べようという意識は低い。その理由として、健康な体づくりには、バランスのとれた食生活が不可欠であるということを、十分に理解していないことが考えられる。

　　　本学級は、活発な児童が多く、欠席する児童も少ない。事前に給食指導を通じて何でもおいしく残さず食べることの大切さを指導するとともに、本時では、担任と栄養教諭のティームティーチングにより、いろいろな食べ物に含まれる栄養素や健康な体を作る働きをより効果的に知らせる。

本日食べた献立を取り上げ、食べたものを思い出させながら、食品の絵カードを貼ることで、給食にはいろいろな食品が使われていることに気づかせるようにし、また、栄養教諭が行う指導では、人形を使うことにより、食品が３つの食品群に分けられることを視覚的にとらえやすくする。

そして、それぞれの食品には働きがあることを知ることで、健康な体をつくるためにいろいろな食品をとることが大切であることに気付くとともに、これまでの自分の食生活を振り返り、今後は嫌いなものでも少しずつがんばって食べようとする意欲を持つことができるようにしたい。

また、事後には給食便りを発行し、家庭で保護者といろいろな食べ物を食べる効果等について話し合えるようにしたい。

３　目　標

　　　食べ物の３つの仲間やそれぞれのよさに関心を持ち、いろいろな食べ物を食べようとする意欲を持つことができる。

４　食育の視点

　　○　食品の名前や働きがわかり、興味関心を持つ。（食品を選択する能力）

　　○　元気な体を作るために好き嫌いなく食べようと努力する。

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（食事の重要性）（心身の健康）

５　指導計画

|  |  |
| --- | --- |
| 事前指導 | クラスの給食の残量調べ |
| 本　　時 | 学級活動｢いろいろなたべものをたべよう｣ |
| 事後指導 | ｢なんでもたべるとげんきがでるよ｣（食生活学習教材小学校低学年用） |
| 学級通信で家庭に知らせ、実践につなげる。 |

６　展開　　　　　　　　　　　　　　　　　　　T1･･･担任T2･･･栄養教諭

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 学習活動・内容 | 教師の支援 | 評価〔観点〕（方法）資料等 |
| １ 給食にどんな食品が使われていたか考える。２　なぜたくさんの食材が使われているのか考える。たべものにはどんなひみつがあるのかな３　食品の秘密について考える。４　身近な食品の中で自分がよく食べるものとあまり食べないものを認識する。５　クラスの給食の食べ方について考える。　６　まとめをする。 | T1　今日の給食を思い出させ、食品の絵カードを貼ることで、給食にはたくさんの食品が使われていることに気づくことができるようにする。T1　たくさんの食品が使われているのはなぜかと問いかけ、食品には何か秘密があるのではという思いを持たせるようにする。T2 今日の給食に使われている食品の絵カードを元気くん人形に食べさせ、仲間分けする活動を通して、食品が３つの分類されることに気づくようにする。T2　仲間分けされた食品とそれぞれの働きについて説明する際、３つの食品群の呼び方を工夫することで、親しみが持てるようにする。赤の食品：からだぐんぐん黄の食品：ちからもりもり緑の食品：げんきるんるんT2　身近な食品を提示する。　　自分の生活を振り返りよく食べるものとあまり食べないものを認識させる。これらを３つの食品群に仲間分けする。T1　３日間の給食の食品を３つの食品群に分けたものを示し、残食調べからどの色の食品がよく残っているか振り返らせ、その色の食品が残るのはなぜか考えさせる。T1　本時の学習でわかったことや自分の食生活を振り返ってこれからがんばることを書かせ、代表的なものを発表させる。　・あまり食べていないものをどうするか考えさせる。　・前向きな意見を紹介、称揚し、意欲を持たせる。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | ○給食の写真○食品の絵カード○元気くん人形○食品の絵カード◆食品には３つの大切な働きがあることが理解できる。〔知識・理解〕（発表）○食品の働きカード○食品の絵カード○食品群分類図◆いろいろな食べ物を食べようとする意欲が持てる。〔関心・意欲・態度〕（発表） |

◆評価　○資料・準備物