

小学校 第3学年 学級活動（2）

第3学年 学級活動（2）指導案（例）

平成 年 月 日（曜日）第 校時
 3年 組
 指導者 学級担任（T1）
 栄養教諭・学校栄養職員（T2）

1. 題材 バランスのよい朝ごはん
 【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】

2. 題材設定の理由
 朝食は一日のうちでも一番大切な食事といえる。しかし、食欲がない、時間がないなどの理由から毎日食べてこない児童がいる。また、朝食はとっていても、パンやごはんなどの主食だけといった、内容に偏りのある場合がある。そこで、今回の学習を通して朝食の大切さを理解させ、バランスよくしっかり食べようとする意欲をもたせたい。

3. 第3学年及び第4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
○自己の生活上の問題に関心を持ち、意欲的に日常生活や学習に取り組もうとしている。	○楽しい学級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、自分にあ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。	○楽しい学級生活をつくることの大切さ、そのためのよりよい生活や学習の仕方などについて理解している。

4. 食育の視点
 朝ごはんの大切さを知り、1日を元気に過ごすために朝ごはんを食べようとする。
 （食事の重要性）

5. 本時のねらい
 自分の朝ごはんを振り返り、栄養のバランスのよい朝ごはんを食べようという意欲をもつ。

6. 本時の展開

	学習活動	指導の留意点	資料	目指す児童の姿と評価方法
導 入	1. 自分の朝ごはんについて振り返る。	T1：学級担任 T2：栄養教諭・学校栄養職員 ○今日、朝ごはんを食べてきたかを聞く。		
展 開	2. 紙芝居「朝ごはん食べたかな」を見て考える。	○紙芝居を見せて、朝ごはんを食べないとどうなるか、気づいたことを発表させる。	紙芝居	
<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 5px 20px;"> バランスのよい朝ごはんを食べよう </div>				

	<p>3. 朝ごはんのはたらきについて考える。</p> <p>4. 自分の朝ごはんを振り返り、どのような朝ごはんを食べたらいいか考える。</p>		<p>○朝ごはんの働きを、絵や写真を使って説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・頭のスイッチ 脳はブドウ糖をエネルギー源としている。 ・体のスイッチ 体温を上げる。元気がでる。 ・おなかのスイッチ 排便をうながす お昼ごはんがおいしく食べられる。 <p>○朝ごはんの例（A・B）を見せ、良い朝ごはんについて気づかせる。</p> <p>○自分の朝ごはんをチェックさせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに自分の食べた朝ごはんを記入させ、黄・赤・緑に分類させる。 ・足りない色を補うために、どのような食品を食べたら良いか考えさせる。 <p>○紙芝居（後半）を読み、朝ごはんを食べることへの意欲を高める。</p>	<p>脳の栄養の絵</p> <p>サーモグラフィーの図等</p> <p>朝ごはんの例食品カード</p> <p>ワークシート</p>	
<p>終末</p>	<p>5. 今日の学習でわかったことやこれから気をつけようと思うことを書く。</p>	<p>○ワークシートに記入させ、今日の授業を振り返らせる。</p>		<p>ワークシート</p>	<p>・自分の生活を見直して元気に過ごすために、黄・赤・緑のそろった朝ごはんを食べようという意欲をもつ。 (関心・意欲・態度)</p>

7. 事後の指導

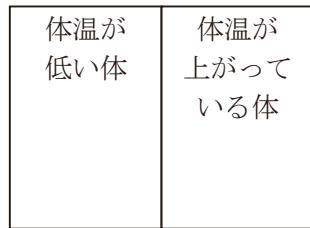
学習後の一週間について、自分で立てためあてや取組について実践できたかどうか、振り返ることができるようにする。

8. 資料（教材、ワークシート、参考画像等）

- ・紙芝居「朝ごはん食べたかな」
- ・ワークシート
- ・脳の栄養の絵
- ・サーモグラフィーの図
- ・おなかのスイッチのイラスト
- ・朝ごはん例（A・B）
- ・黄・赤・緑の説明
- ・食品カード



脳の栄養



サーモグラフィー

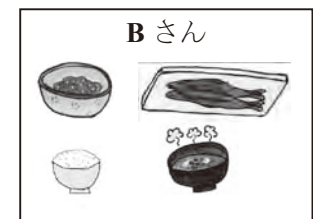


おなかのスイッチ



Aさん

味付けのり



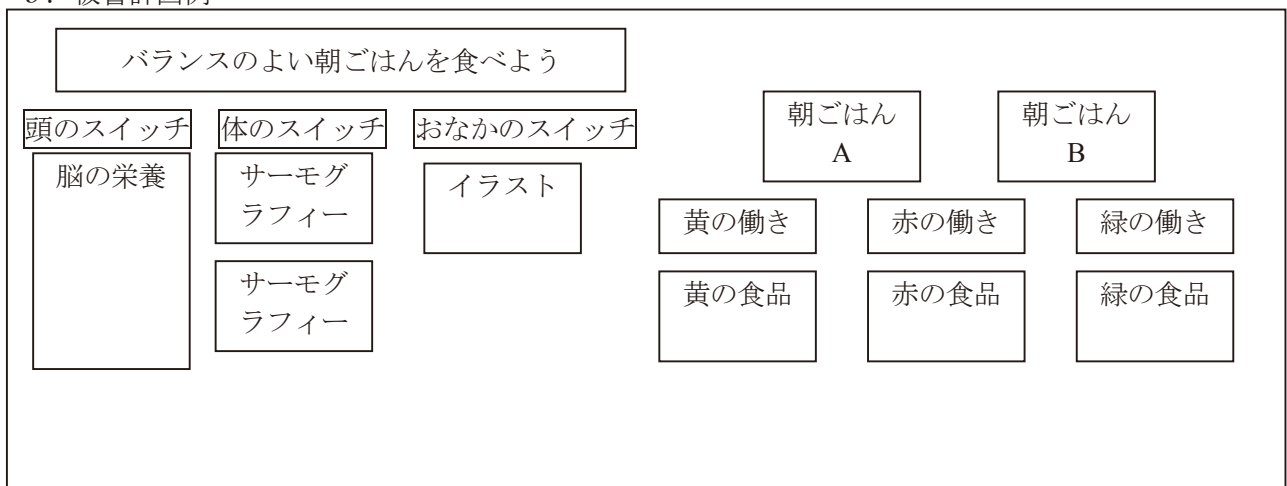
Bさん

朝ごはん例

*紙芝居あらすじ（引用資料：親子で読む新1年生物語「あさごはん 食べたかな？」）

- ①AさんとBさんは1年生。ある朝、Bさんは、元気に学校へ行きましたが、Aさんは元気がない様子。
- ②授業時間です。Bさんは、元気に手を挙げて発表しています。ところがAさんは、いつの間にか、寝てしまっています。
- ③給食の時間になりました。Bさんは、「ぜーんぶ食べちゃうぞ！」と嬉しそうに食べていますが、Aさんは、「給食は、少しでいいよ」と、言ってあまり食べられない様子です。
- ④放課後、Bさんは、友達と公園でドッジボールをしています。Aさんは、家の中でゲームをしています。
- ⑤次の日の朝です。Bさんは、もりもり朝ごはんを食べていますが、Aさんは寝坊しました。前の日の夜遅くまで、テレビを見ていたからです。Aさんは、朝ごはんをたべられるでしょうか？
- ⑥ある日の朝、AさんとBさんは早起きをして、散歩をしました。この日は、Aさんも元気に朝ごはんを食べることができました。

9. 板書計画例



(ワークシート)

バランスのよい朝ごはんを食べよう

3年 組 なまえ〔 〕

1. 朝ごはんの3つのスイッチはなんですか。
(朝ごはんを食べると体にこんな変化がおこるよ)
()のスイッチ・・・「のう」のエネルギーになる
()のスイッチ・・・体温が上がって元気に動ける
()のスイッチ・・・うんちがしたくなる

2. バランスのとれた朝ごはんについて考えよう。

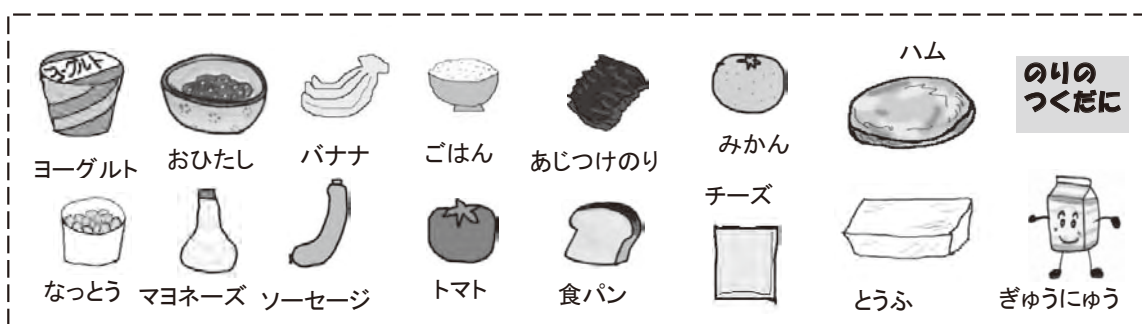
・今日の朝ごはんを書きましょう。

今日の朝ごはん	何が入っていたかな？

・自分の朝ごはんを三つのグループに分けてみましょう。

黄色の食べ物	赤色の食べ物	緑色の食べ物

・三つのグループがそろっていない人は下の食べ物を参考に、バランスのよい朝ごはんになるようにつけくわえてみよう。足した食べ物は()で書こう。



3. 今日の勉強でわかったことや、これから気をつけようと思うことを書きましょう。
