

第5学年〇組 学級活動（2）指導案

日 時：令和2年7月〇日第〇校時

場 所：5年〇組教室

指導者：担任・栄養教諭

1. 題材

「望ましいおやつを食べ方について考えよう」

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. 題材について

（1）児童の実態

良いことや決められたことを素直に受け止めることができ、呼びかけ合いながら行動しようとする児童も多い。他方で、望ましい生活習慣（食習慣）が身につけていなかったり、すぐに意識が薄れ、活動を継続できなかつたりする児童もみられる。おやつについては、スナック菓子やチョコレート、アイスクリームなどを好んで食べている児童が多い。

（2）題材設定の理由

おやつは子ども達にとって楽しみの一つであり、栄養的にみても補食という意味で大切な食べ物である。しかし、砂糖や油の多いお菓子の食べすぎは、生活習慣病につながる可能性も考えられる。第2大臼歯が生え始め、歯列が完成に近づく5年生の時期は、仕上げ磨きや間食の選択等、保護者の手が離れていく時期でもある。そこで、正しいおやつを食べ方や選び方について理解し、健康的におやつと付き合いおうという意欲をもつことができるようにしたいと考える。

3. 第5学年及び第6学年の評価規準

観 点	よりよい生活や人間関係を築くための知識・技能	集団の一員としての話し合い活動や実践活動を通じた思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
評 価 規 準	日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全といった、自己の生活上の課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解するとともに、そのために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	自己の生活上の課題に気づき、多様な意見を基に、自らの解決方法を意思決定し、実践している。	自己の生活をよりよくするために、他者と協働して自己の生活上の課題の解決に向けて粘り強く取り組んだり、他者を尊重してよりよい人間関係を形成しようとしていたりしている。

4. 事前の指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
・アンケートに記入する。	・1週間に実際に食べたおやつを記録する。	・アンケートを記入し、これまでの自分のおやつの選び方や食べ方について考えることができている。(思考・判断・表現)

5. 本時のねらい

菓子里に含まれる砂糖や油の量を調べたり，それらのとりすぎが体に及ぼす影響を考えたりすることを通して，砂糖や油の量にも気を付けておやつを食べることの大切さに気づき，望ましいおやつの食べ方や選び方を考えて実践することができる。

6. 本時の展開

	児童の活動	指導上の留意点		資料	目指す児童の姿と評価方法
		T1 (学級担任)	T2 (学校栄養士)		
導入 つかむ	1 事前のアンケート結果をもとに，おやつのよいところと，悪いところを話し合う。 2 おやつの食べ方や選び方によって起こる問題点を考える。	<ul style="list-style-type: none"> 自分達が食べているおやつは，ポテトチップスなど油や塩分の多い物やチョコレートやアイスクリームなど，砂糖が多く含まれているものが多いことをとらえさせる。 太る，ご飯が食べられない，むし歯になる，病気になるなど，多くの問題が起こりうることをおさえる。 	<ul style="list-style-type: none"> 児童から出なかった問題点を説明する。 	アンケート結果の集計	
展開 さぐる 見つける	3 お菓子の箱から，それぞれのお菓子に含まれる油や砂糖の量を調べる。 4 普段食べているおやつの量をふりかえる。	<ul style="list-style-type: none"> お菓子の箱には，そのお菓子に含まれる油や砂糖の量が表示されていることを説明する。 普段食べているおやつの種類や量では，砂糖や油をとり過ぎていることをおさえる。 	<ul style="list-style-type: none"> グラフをもとに，お菓子の食べすぎは，砂糖と油のとり過ぎにつながることを説明する。 おやつで摂取する砂糖や油の目安の量を示す。 	食品に含まれる油・砂糖の量 (グラフ) お菓子の箱 (3種)	<ul style="list-style-type: none"> 表示の見方やおやつとして摂る砂糖や油の目安を理解することができる。 【学習カード・発言】 (知識・理解)
	課題：よいおやつの食べ方，選び方を考えよう。				
	お菓子によっては，多くの油や砂糖がふくまれています。箱の表示も見ながら，おやつを選んだり，食べる量を考えたりすることが大切です。				
終末 決める	5 よいおやつの食べ方を考える。 6 本時の学習から，自分のめあてや実践方法を決める。	<ul style="list-style-type: none"> まわりと意見を交流し，よいと思う方法を出させる。 出された意見をもとに，自分が実践可能な方法を選ばせる。 	<ul style="list-style-type: none"> 児童から出なかった方法を紹介する。小袋を買う。夕食の2時間前までに食べ終わる。ジュースは時々にして，お茶や牛乳を飲む。 		<ul style="list-style-type: none"> 自分に合った実践可能な方法を考えることができる。 【学習カード・発言】 (思考・判断・表現)

7. 事後の指導

関連する教科・・・家庭科 「食べて元気！ご飯とみそ汁」

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
・自分の決めた方法や実践状況を振り返る。	・チェックシートを使って状況を把握させる。 ・通信を通して、学習内容や取り組みの様子を家庭と共有する。	・望ましいおやつを取り方を身に付けるために、自分の決めた方法で継続的に取り組んだり、仲間の取組を参考にして方途を見直したりすることができる。 【実践カード】（主体的に学習する態度）