

## 小学校第1学年1組 学級活動指導案

授業者 T1 学級担任  
T2 栄養教諭

### 1 題材名 「いろいろなものを食べよう」

### 2 題材設定の理由

#### (1) 題材観

本題材は、特別活動の学級活動2内容[共通事項](2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全エ「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」を受けて設定したものである。

1年生は小学校に入学して、新しい環境で学校給食を食べている。学校生活にも慣れ、給食に興味のある児童も多い。そこで身近な給食の食べ物を使って、食べることへの興味関心を高め、好き嫌いせずいろいろなものを食べようとする態度を育成したいと考え、本題材を設定した。

#### (2) 児童観

本学級の児童は、給食を楽しみにしているが、好き嫌いをせずに何でも食べることのできる児童は、4分の1程度である。多くの児童が、好き嫌いがある苦手な物を残してしまう様子が見られる。また、食べる量が少ないために盛られた量を減らす児童もいる。量を始めに少なくするが、それでも食べきれないで残してしまう児童が多い。1学期に行った給食残量調査結果では、野菜などの副菜平均残食率は13.3%で、低学年の平均副菜残食率10.9%より多いという結果であった。全校の副菜平均残食率は5.2%である。低学年は小食の児童や体が小さい児童も多いため、中学年、高学年に比べ残食率が高い傾向にあるが、偏食の改善は、低学年ほど効果があるといわれている。また、2学期の始めに実施した好きな食べ物、嫌いな食べ物調べの結果では、好きな食べ物としては、肉、みかん、牛乳が挙がり、嫌いな食べ物には、豆、野菜、魚を挙げた児童が多かった。

成長期の健康な体をつくるためには、好き嫌いなく様々な食品を食べることが大切である。栄養バランスが整った健康的な食生活を送るために、偏食をせず何でも好き嫌いなく食べる態度を育てていかなければならない。

#### (3) 本時の授業

本時では、当日の給食の食材や食べ物の働きの紙芝居を使用し、給食や食べ物に関心をもたせ、いろいろなものを食べようとする実践的な態度を養いたい。

そのために「導入」段階において、食べ物の紙芝居を読み聞かせ、食べ物の3つの働きを知らせて、3種類の食べ物が合わさるよさを伝えたい。

「展開」段階の前半では、元気もりもりな体になるためには、どうしたら良いかペアで話し合う時に、キーワード「赤、黄色、〇〇〇を食べる。」「全部〇〇〇。」「いろいろな物を〇〇〇。」から選んで話し合う。次に出てきた意見を発表させながら、全体に向けて質問し、思考を深めていく。そして、いろいろな物を食べることの大切さに気付かせたい。

「展開」段階の後半では、今日の給食にもいろいろな食べ物が入っていたことを知らせ、実物を見せることで、食べ物に関心をもたせたい。

さらに「振り返り」の段階では、今までの自分の食べ方を振り返り、ワークシートに自分のこれからの給食についてのめあてを書く。自分のめあてが具体的に決められるように支援し、書くのが難しい児童には、「がんばること」から一つ選ばせる。また、授業後に給食ががんばりカードを使い、給食の食べ具合を自分でチェックすることで、いろいろな食べ物を食べてみようとする意欲を高めていきたい。同時に給食の残量調査をすることも伝える。

### 3 ねらい

食べ物に関心を持ち、いろいろなものを食べようとする実践的態度を育てる。

### 4 食育の視点

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。〈心身の健康〉

### 5 展開

|           | 主な学習内容と活動   | 教師の働きかけ (T)<br>児童の反応 (C)  | ・資料<br>◎留意点  |
|-----------|---|---|--|
| 導入<br>15分 | 1 紙芝居を聞き、いろいろなものを食べないとうなるか考える。  | T 1 今日は、給食のメニューを考えている○○先生と一緒に学習します。<br>T 2 では、これから食べ物についての紙芝居を読みます。しっかり聞きましょう。<br><br>T 1 紙芝居の内容について確かめましょう。<br>C 好き嫌いしている太郎さんの絵が出てきた。<br>C タベルンジャーが出てきた。<br>C 太郎さんが元気になった。 | ・紙芝居 (電子黒板を使用、パワーポイント)<br>・紙芝居の絵を黒板に貼る。<br>赤の食べ物 (筋肉、骨を作る)<br>→肉、豆腐<br>黄色の食べ物 (パワーになる)<br>→ご飯、いも<br>緑の食べ物 (赤と黄色の働きの手伝いをする) →玉ねぎ、にんじん<br>◎3種類の食べ物が合わさるよさに触れる。 |
| 展開<br>22分 | 2 学習課題を知る。(4分)  | T 1 太郎さんは、いろいろなものを食べてどんな体になったの?<br>C 元気もりもり。<br>T 1 太郎さんのように元気もりもりになるには、どんな食べ方をしたらいいかな。   | ◎元気もりもりを共有化する。<br><br>◎元気もりもりになるには、どんな食べ方をしたらいいか考えさせる。   |
|           | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px 5px;">か</span> 元気もりもりになるには、どんな食べ方をしたらいいかな。(T 1)         </div> |   |  |
|           | 3 元気もりもりになるには、どんな食べ方をしたら  | T 1 元気もりもりになるには、どんな食べ方をしたらいいか友達と話し合おう。  | ◎児童からの意見が出ない場合ヒントを与える。<br>キーワードから選   |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <p>良いか話し合<br/>う。(8分)</p> <p>①ペア<br/>②全体</p>                          | <p>C 好き嫌いしない。<br/>C 残さないで食べる。<br/>C 赤、黄色、緑を食べる。<br/>C 全部食べる。<br/>C いろいろなものを食べる。</p>   | <p>ばせる。<br/>・赤、黄色、〇〇〇を<br/>食べる。<br/>・全部〇〇〇。<br/>・いろいろな物を〇〇<br/>〇。<br/>◎出てきた意見を発<br/>表させながら、いろ<br/>いろなものを食べ<br/>る大切さに気付か<br/>せていく。</p>  |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px 5px;">ま</span> いろいろなものを食べる。 (T1) </div> |  |   |  |
|  | <p>4 今日の給食<br/>にも、いろい<br/>ろな食べもの<br/>が入っていた<br/>ことを知る。<br/>(10分)</p> | <p>T2 当日の給食写真を提示</p> <p>T2 今日の給食にも、いろいろな食べもの<br/>が入っていました。<br/>肉、豆腐、ご飯、いも、玉ねぎ、にん<br/>じんが入っていました。皆さんは、全<br/>部食べましたか。</p> <p>C 食べたよ。<br/>C ごはんを残した。<br/>C にんじんを残した。</p> <p>T2 今日の給食で、ごはんやにんじんを食<br/>べなかったら、どんな困ったことにな<br/>るのかな？</p> <p>C 病気になる。<br/>C 元気もりもりにならない。</p> <p>T2 元気もりもりになるには、給食を残さ<br/>ず食べましょう。</p> | <p>・今日の給食の写真を<br/>黒板に貼る。<br/>◎食材の実物を用意<br/>して見せる。黒板に<br/>貼る。<br/>・肉、豆腐、ご飯、い<br/>も、玉ねぎ、にんじ<br/>ん</p> <p>◎給食で実際に残し<br/>た物を取り上げ考<br/>えさせる。<br/>・今日の給食の残食<br/>(電子黒板を使用、<br/>パワーポイント)</p> |
| <p>振り<br/>返り<br/><br/>8<br/>分</p>  | <p>5 今までの自<br/>分の食べ方を<br/>振り返り、こ<br/>れからのめあ<br/>てを決める。</p>           | <p>T1 明日からの給食について、自分でがん<br/>ばりたいことを決めましょう。</p> <p>T1 □のがんばりたいことから一つ選ん<br/>で決めてもいいよ。</p> <p>C ワークシートに自分のめあてを書く。<br/>C がんばりたいことから選ぶ。</p>  | <p>・ワークシートを配<br/>る。</p> <p>◎自分のめあてが具<br/>体的に決められる<br/>ように支援する。難<br/>しい児童は「がんば<br/>りたいこと」から1<br/>つ選ばせる。</p>   |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | T 1 給食のめあてについて、明日から5日間取り組みます。給食の食べ残し調べもします。めあてにむけてがんばりましょう。 | ◎給食で、めあてについて5日間取り組むことを伝える。残量調査があることを伝える。<br>・給食がんばりカード |
|--|---|--|

## 6 評価基準

食べ物に関心をもち、いろいろなものを食べるための自分のめあてを立てることができたか。

## 7 資料

### (1) 紙芝居及び原稿

① 好き嫌いする太郎さん



② スキキラーが近づく



③ 赤は筋肉・骨をつくる



④ 黄色はパワーになる



⑤ 3つそろって元気もりもり



⑥ 原稿 1・2 枚目

1枚目

太郎さんは、1年生。学校の給食が大好きだけれど、好き嫌いが多く、給食に嫌いな食べ物が出ると、いつも残してしまいます。そして、今日も給食に嫌いな食べ物がたくさん入っています。

太郎さん：「あーあ、今日も嫌いな食べ物が入っているなあ。えーい、残しちゃえ！」

2枚目

好きキラー：「俺様の名前は好きキラー。いろいろなものを食べない子どもを見つけては、元気を奪い取って、病気にさせるのが大好きさ。おっと、今日もいろいろなものを食べない子どもを見つけたぞ。よし、あの子の元気を奪い取って病気にしてやる〜」

大変です。なんと、太郎さんは、好きキラーに狙われてしまったのです。太郎さんが危ない！すると、突然、謎の3人組タベルンジャーが現れました。

⑦ 原稿 3 枚目

3枚目

赤レンジャー：「待て！好きキラー！子どもたちの元気を奪い取り、病気にさせるなんて、そんなひどいことは、許さない。」

太郎さん、病気になんかしちゃだめだ。俺たちの力で元気を取り戻して、好きキラーを追い払うんだ。」

太郎さん：「でも、どうやって元気を取り戻せるの？」太郎さんは聞きました。

赤レンジャー：「元気を取り戻すためには、筋肉や骨を作る「赤の食べ物」が必要なんだ。」

「赤の食べ物は、肉、豆腐だ。赤色ビーム！ビビビビ・・・」

太郎さんは少し元気になりました。

太郎さん：「ありがとう。筋肉や骨が丈夫になって、少し元気になったよ。でも、まだ元気が足りないんだ。」

どうやら、赤色のビームだけでは、まだまだ元気が足りないようです。どうでしょう・・・

⑧ 原稿 4 枚目

4枚目

黄色レンジャー：「元気が足りないのは、体を動かすパワーになる黄色の食べ物が必要なんだ。黄色の食べ物は、ごはん、いもだ。」さあ行くよ。黄色ビーム！ビビビビ・・・」

太郎さんは、また少し元気になりました。

太郎さん：「ありがとう。でも・・・筋肉や骨も強くなったし、体を動かすパワーもいっぱいのはずなのに、まだ元気が足りないんだ。」

太郎さんの元気を取り戻すには、一体どうしたらいいのでしょうか。

その答えを緑レンジャーが教えてくれました。」

⑨ 原稿 5 枚目

5枚目

緑レンジャー：「太郎さん、元気が足りないのは、赤と黄色のお手伝いする緑が足りないからさ。緑色の食べ物は、玉ねぎ、にんじんだ。」さあ行くよ。緑ビーム！ビビビビ・・・」

するとどうでしょう。太郎さんの体がどんどん元気になっていきます。赤と黄色のお手伝いする緑ビームの働きで、赤と黄色のビームがしっかりと働き、

太郎さんを元気もりもりにさせたのです。」

好きキラー：「し、しまった。元気な子どもは苦手なんだ。えーい、今日のところはこれでやめとおこう〜」

太郎さん：「ほく、元気もりもりになって、もう病気になんか負けないよ。」

タベルンジャー：「そうだよ。これからは自分の体は自分で守るんだ。そのためには、赤、黄色、緑の働きの3つの食べ物をそろえることが大事だよ。また、好きキラーに狙われるから、気をつけてくれよな。」太郎さん：「分かったよ。僕、今まで、食べ物をたくさん残していたけど、これからは、いろいろなものを食べるよ。約束するよ。」

タベルンジャー：「よし、約束だぞ。おっと、まだどこかで好きキラーが暴れているらしい。よし、行かなくて。さらばだ。」

太郎さん：「ありがとう、さようなら。」こうして、太郎さんは3つの働きの食べ物を全部食べる約束をしました。みんなさんも、好きキラーに狙われないように気をつけましょう。」

(2) ワークシート

**いろいろなものをたべよう!**

1ねん くみ なまえ \_\_\_\_\_

★ すききらいせず いろいろのものを たべるために  
 がんばりたいことを かこう。  
 きめられないひとは したの  から えらんで  
 ばんごうに Oをつけてもいいよ。

.....

.....

.....

.....

1 からたのために もられたものを せんぶたべる。

2 からたのために りょうをへらして せんぶたべる。

(3) きゅうしょくがんばりカード

**きゅうしょく がんばり カード**

1ねん くみ なまえ \_\_\_\_\_

★ あてはまる「かお」にいろをぬろう。

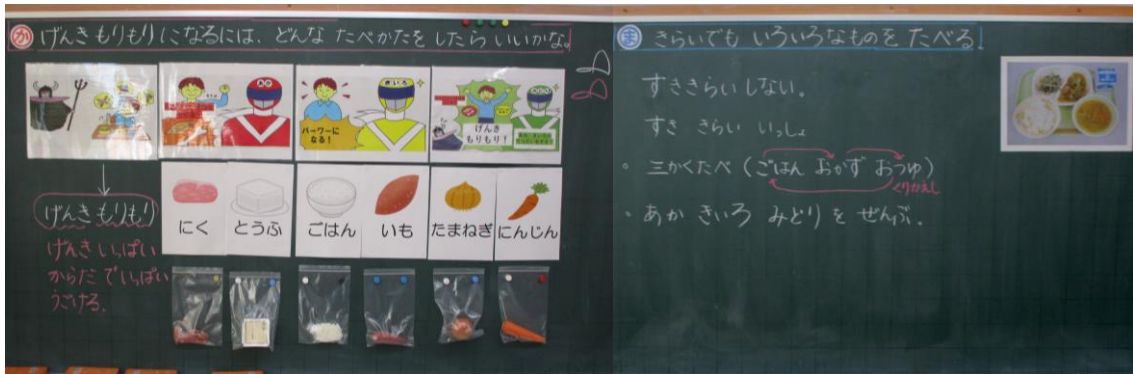
|         |       |           |
|---------|-------|-----------|
|         | できた 😊 | できなかった ☹️ |
| 16日(もく) | 😊     | ☹️        |
| 17日(きん) | 😊     | ☹️        |
| 20日(けつ) | 😊     | ☹️        |
| 21日(か)  | 😊     | ☹️        |
| 22日(すい) | 😊     | ☹️        |

★ かんそうを かこう。

.....

.....

8 板書



9 協議会記録

(1) 授業者より

【T1：学級担任】

導入の紙芝居後の振り返りにおいて、展開で話し合い活動があるので、3つの食べ物が合わさるよさに触れる程度とした。児童は自分から声をかけてペア活動がしっかりできていたと感じた。また、最後の自己決定では、20名中14名の児童が自分でめあてを決めて書くことができ、いつも以上にがんばっている姿が見られた。

【T2：栄養教諭】

展開で実物を提示したことは、児童の興味関心を高めるために有効だったが、関心が食べ物別の方向へ移ってしまっている児童がおり、それを元に戻すことが難しく反省点であった。

### 【質疑応答】

- ・ペア活動は日々行っているか？  
→対話的な学びにつながるので、なるべく授業に取り入れている。児童には「答えが分からなくてもいい。まずは話してみよう。」と常にポジティブに伝えている。
- ・当日の献立はどのような意図で作成したのか？  
→授業後5日間給食をがんばって食べる活動を考慮して取り組める野菜とし、児童の苦手な食べ物アンケートの結果から、上位の玉ねぎ、にんじんを使用した献立にした。魚は物価高騰で取り入れることができなかった。

### (2) グループ協議 (○：成果・よかった点、△：課題・改善点)

協議題1 元気もりもりになるためには、自分たちの給食でどんな食べ方をしたら良いかペアや全体で話し合ったことは、児童がいろいろなものを食べる大切さに気付くことに有効であったか。

- ペア学習から全体へ進んだことで、児童の考えが広がり深めることができていた。
- 具体的な意見が多くあがり、児童が意欲的に話し合っていた。
- △うまく対話できていないペアがいたので、机間巡視している際にもっとサポートしてもよかった。
- △もう少しペア学習の時間を多めに設けてもよかった。

協議題2 自分のめあてを立てるために自分で考えたり、がんばりたいことの選択肢の中から選ばせたりしたことは、有効であったか。

- 児童の実態に合わせた方法（選択可）で、全員が自己決定をすることができた。
- 明日からの給食時間が事後指導となり、児童の行動変容につながるよい授業だった。

### 【その他の教師の支援や児童の姿】

- 担任と栄養教諭による導入の紙芝居は児童の反応もよく、本時の課題をつかむために大変有効な手立てだった。
- 当日の給食の残量写真を準備したことで、給食が生きた教材として活用されていた。
- △対象児童が苦手な野菜は取り入れたが、豆や魚も献立に取り入れることで、給食残量が目立ちクラス全体でがんばって食べようと感ぜられる授業になったのではないか。
- △残量の写真について、もう少し詳しく話してもよかった。
- △ワークシートに保護者欄を設けて、家庭からのコメントをもらってもよかったのではないか。

### (3) 指導・講評

- ・自分の食生活の課題を見つけ、改善していこうという意欲を高めることができた授業であった。
- ・栄養教諭＝給食・食育のスペシャリストであることを、低学年は服装やアイテム等で児童に分かってもらえるように工夫する。高学年は食品ロスやSDGsなどについて授業をするとよりよいのではないか。
- ・授業の中での児童のつぶやきを拾って、共有したり考えを深めたりすることも大切である。
- ・児童が楽しく取り組める授業だったことはとてもよい。
- ・各学年の発達段階に応じて、教科等における食に関する学習を学級担任と栄養教諭が連携して指導に当たっている。一人一人が自分の食生活を改善するための具体的なめあてを決め、意思決定を促すことをとおして自己管理能力の育成を目指している。