

## 小学校第2学年 学級活動(食育)学習活動案

指導者：T1 学級担任  
T2 栄養教諭

### 1 活動名 「見つけよう！おいしい食べ方 - わたしとやさい - 」

#### 2 子供と活動

##### (1) 本活動で求める子供の姿

本活動では、野菜のよさ(価値・必要性)やおいしい野菜の食べ方について考える。その際、自分の食生活に目を向け、「自ら進んで野菜を食べられるようにするには、どのような作戦を取り入れたらよいか」という問いに対する最適解を追求する。このことにより、給食や家庭での野菜をおいしく食べる工夫や調理法を参考に、仲間と話し合いながら自分に合ったおいしい野菜の食べ方を考え、家庭で実践する子供の姿を期待する。

##### (2) 本活動の価値

本活動では、野菜の摂取について考える。市食育推進計画では、「主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2回以上食べている市民の割合」を80%に向上(R4年度現状値64.9%)させることを目標としている。副菜の摂取を向上させるには、野菜を食べようとする意識が重要であり、野菜への興味・関心を高めることが大切である。栽培活動を通じて野菜への興味・関心を高めている2年生にとって、野菜の摂取について考えることは、野菜を食べることで得られる栄養素や、それらの栄養素がもたらす健康への効果を関連付けて思考する資質・能力をはぐくむ価値がある。その際、栄養素(食物繊維・抗酸化ビタミン等)を視覚的に捉えたり、栄養素がもたらす効果(免疫機能の維持や便秘の予防、肥満や生活習慣病の予防)を自らの体験と結び付けて考えたりすることを大切にす。このことにより、野菜の栄養素と効果を関連付けて捉え、自分の食生活を向上させようとする子供の姿が期待できる。

本活動では、野菜の摂取方法を考え、保護者に紹介し、家庭で実践する。またその摂取方法を他の家庭にも紹介し、さらなる野菜摂取への意欲付けにつなげる。生活科の学習で野菜を栽培し、野菜への興味関心を高めている子供に、「野菜のひみつクイズ」の活動を働きかける。野菜のひみつ(野菜の育ち方や食べている部位)について知った子供は、もっと野菜のひみつを知りたいと意欲を高めてくる。そこで、野菜に携わる仕事の方(八百屋さん・青果市場の方)の話を栄養教諭から聞く場を設定する。野菜が自分の口に届くまでの様子や携わる方々の思いを知る一方で、「野菜のひみつはわかったけど、あまり食べたくない。」と本音をもらす子供もいるだろう。こうした声に寄り添いながら、野菜を食べたくない理由を考えたり、野菜のよさ(価値、必要性)について仲間と話し合ったりすると、「野菜を食べるとどのようなよさがあるのか。」がはっきりしなくなってくる。そこで、野菜のもつ栄養素(パワー)とそれらの栄養素がもたらす健康への効果について資料を基に学習する場を設定する。野菜を食べると健康で元気に過ごせることに気付いた子供は「家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦を考えたい」と意欲を高めてくる。そこで、もりもり野菜カードを使って「野菜のおいしい食べ方」について話し合う活動を組織する。「材料の組み合わせ」「味付け」「つくり方」などの調理に関わるポイントのほか、野菜や野菜料理への興味関心が高まるワクワクポイントに気付いた子供は、学んだことを家庭で実践する意欲を高めてくるだ

ろう。以上のような学びを通して、野菜を意欲的に食べようとする子供の姿が期待できる。  
そこで、本活動の中核となる学習内容を以下のようにおさえた。

野菜のよさをいかすためには、自分の考えた作戦で積極的に食生活に取り入れるとよいこと

### 3 本活動における探究的な学び

#### (1) 本活動における子供の「願い」を生む手立て

##### ○野菜のおいしい食べ方を考え、家庭で実践する活動

子供が「野菜のパワーはすごい！もっと野菜を食べたい」と意欲を高めてきたところで、野菜のおいしい食べ方を考え、家庭で実践する活動を働きかける。このことにより、「おいしい野菜の食べ方を考えたい」と願いをもち、その具現に向けて動き出す子供の姿が期待できる。

#### (2) 本活動における子供の「問いの解決」を支える手立て

##### ①もりもり野菜カードを使って、野菜のおいしい食べ方について話し合う活動の組織

子供が「野菜をおいしく食べるには、どうしたらよいか」と問いをもってきたところで、もりもり野菜カードを使って、野菜のおいしい食べ方とわくわくするポイントについて話し合う活動を組織する。このことにより、野菜のよさをいかすには調理に関わるポイントやわくわくするポイントを組み合わせることがよいことに気付き、野菜をおいしく食べる作戦を決めたいと意欲を高める姿が期待できる。

##### ②野菜を食べる作戦を決める場の設定

子供が「野菜をおいしく食べる作戦を決めたい」と意欲を高めてきたところで、野菜を食べる作戦を決める場を設定する。このことにより、自分に合った作戦を決めることができ、家庭でも野菜を食べようと意欲を高める姿が期待できる。

### 4 活動の目標

野菜のおいしい食べ方の作戦を考え、家庭で実践することを通して、野菜のよさをいかすためには、自分の考えた作戦で積極的に食生活に取り入れるとよいことに気付き、学んだことをいかして給食や家庭で野菜を食べようとする意欲を高める。

### 5 活動の追求構想(全2時間)

	子供の学びの姿	留意点・評価
	※生活科において、野菜の栽培活動を行い、野菜について関心を高めている状況	
給食時間 5分	1次 野菜のひみつを調べよう。 ① 野菜は足りているのか考えてみよう(5分) ・家庭で野菜を食べていない人が多いし、お家の人も野菜をもっと食べてほしいと思っているんだな。どうしたら家でもっと野菜を食べられるかな。	○野菜アンケートの結果から野菜の不足について考える場の設定

<p>× 6 回</p>	<p>② 野菜のひみつを知ろう(5分×3)回</p> <p>(1)農家さんは大変な思いをしながら、心を込めて野菜を育ててくれているのだな。</p> <p>(2)市場にたくさんの野菜が集まって、八百屋さんがそれを買って、学校に美味しい野菜を届けてくれているのだな。</p> <p>(3)調理員さんがたくさんの野菜を使って、おいしい給食を作ってくれているのだな。</p>	<p>○野菜に携わる仕事の方の話を栄養教諭から聞く場の設定</p>
	<p>③ 野菜のパワーを知ろう(5分×2)回</p> <p>(1)野菜には病気を防ぐパワーがあるのだな。</p> <p>(2)野菜にはお腹をきれいにしてくれるパワーがあるのだな。</p>	<p>○野菜のもつ栄養素とそれらの栄養素がもたらす健康への効果について資料を基に考える場の設定</p>
	<p>野菜や、野菜に関わる仕事をしている人の話を聞き、野菜のひみつを知ることができた。もっと野菜を食べる方法を考えてみたい。</p>	
<p>② 本 時</p>	<p>2次 おいしい野菜の食べ方を考えよう</p> <p>◎家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦を考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>給食では野菜を食べるけど、家ではあまり食べないことがある。</li> <li>給食ではどうしてたくさん野菜を食べられるのかな。なにか秘密があるのかな。</li> <li>お家の人に協力してもらって、「もりもり野菜を食べよう大作戦」に挑戦してみよう。</li> <li>おいしかった給食の野菜料理のレシピを教えてもらって、お家で作って食べたい。</li> </ul>	<p>○もりもり野菜カードを使って、家でおいしく野菜をたくさん食べる作戦について仲間と話し合う活動の組織</p>
	<p>みんなで話し合ったら、いろいろな方法が考えられた。自分の考えた作戦をお家の人と一緒に挑戦してみたい。野菜を食べる作戦を隣のクラスの友達や全校のみんなにも紹介したい。考えたメニューを給食に出してもらえないかな。</p>	
<p>わ + 宿 題</p>	<p>3次 もりもり野菜を食べよう大作戦を紹介しよう</p> <p>◎自分が考えたおいしく野菜をたくさん食べる作戦をまとめ、紹介しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>食べやすく野菜を小さく切ってスープに入れてみよう。</li> <li>ハンバーグに野菜を入れてソースにも野菜を入れてみよう。</li> <li>給食のレシピを教えてもらって、料理してみよう。</li> <li>スーパーできゅうりやトマトを自分で選んで、自分で準備して食べられるな。</li> <li>食べたことのない野菜の料理を食べてみたい。どんな味がするんだろう。</li> <li>自分が考えた作戦を紹介して、みんなにも野菜をもりもり食べてほしいな。</li> </ul>	<p>○考えた野菜を食べる作戦ややってみた感想をまとめ、紹介する活動の場の設定</p>
	<p>自分が考えたもりもり野菜を食べる作戦や、やってみた感想をみんなに紹介したい。他の人はどんな作戦を考えたんだろう。他の人の作戦もやってみよう。</p>	

※ **わ** …わかくさ 25 (昼休みと 5 限の間に設定している 25 分間の学習活動)

6 本時の計画 (全 2 時間 本時 1 / 2)

(1) 主眼

「家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦」について、もりもり野菜カードを使って仲間と話し合う中で、野菜のよさをいかすためには、調理に関わるポイントやわくわくポイントを組み合わせるとよいことに気付き、自分に合った作戦で野菜を食べようと意欲を高めることができる。

(2) 展開の概要

過程	子供の学びの広がり・深まり	留意点
	<p style="text-align: center;">＜子供の追求＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食では野菜を食べられているが、家では野菜が足りていない。</li> <li>・いろいろな人の思いが詰まっている野菜を食べたい。</li> <li>・野菜のパワーをゲットして、健康に過ごしたい。</li> </ul> <p>野菜のもつ健康へのパワーや野菜に関わる人の思いを知って、もっと野菜を食べたいと意欲を高めている。</p>	<p>〈スタートの意識〉</p> <p>もっと野菜を食べたい。</p>
<p>つかむ 10分</p>	<p><b>T1 野菜をどれくらい食べたらよいでしょうか？</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家の人をもっと野菜を食べてほしいと願っている。</li> <li>・野菜をたくさん食べたほうがいい。</li> <li>・給食はおいしくてたくさん食べられているから、給食くらい食べるとよい。</li> </ul> <p>家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦を考えたいと意欲を高めてくる。</p>	<p>○資料を基に家での野菜の摂取状況や給食の野菜料理の工夫について話し合う活動の組織</p> <p>評：家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦を考えたいと意欲を高めているか (発言)</p>
<p>／</p>	<p><b>◎ 家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦を考えよう。</b></p>	
<p>さぐる・見付ける 20分</p>	<p><b>T2 もりもり野菜カードを使って、家でおいしく野菜をたくさん食べられる作戦を考えよう。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・○○先生から給食の作戦をいろいろ教えてもらった。</li> </ul> <p>給食の作戦はいろいろあるな。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・もりもり野菜カードで野菜を食べる作戦を考えたい。</li> <li>・スープにすると野菜が柔らかくなり、おいしく食べられる。</li> <li>・おいしそうな料理の名前にしたら、わくわくして食べられる。</li> </ul> <p>野菜のよさをいかすには調理に関わるポイントやわくわくするポイントを組み合わせることがよいことに気付き、野菜をおいしく食べる作戦を決めたいと意欲を高めてくる。</p>	<p>○もりもり野菜カードを使って家でおいしく野菜をたくさん食べる作戦について話し合う活動の組織</p>

		評：野菜のよさをいかすには調理に関わるポイントやわくわくするポイントを組み合わせることがよいことに気付いているか（記述，発言）
決める 15分	<p><b>T3 おいしく野菜をたくさん食べる作戦を決めよう。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べると元気がでる「元気もりもり野菜たっぷりスープ」にしよう！</li> <li>・自分で選んだ野菜で作ったサラダにしよう！</li> <li>・給食の人気レシピを教えてもらって，家で作ってみよう！</li> <li>・楽しく食べられる「星とハートのラッキースープ」にしよう！</li> </ul> <p>自分に合った作戦で野菜を食べようと意欲を高めることができる。</p>	<p>○野菜を食べる作戦を決める場の設定</p> <p>評：自分に合った作戦で野菜を食べようと意欲を高めているか（記述，発言）</p>

7 板書



8 ワークシート

**もいもい やさいカード** 2年 くみ なまえ

おいしくやさいを たくさん食べられるさくせんを考えよう！

《わくわくポイント》

**もいもい やさい大さくせん！**

2年 くみ なまえ

**【わたしのさくせん】**  
イラストもつけてOK。さくせんをわかるように伝えよう！

さくせんのせつめい

大さくせん！

【さくせんを考えたりゆづ】

さくせんをおこせたらかんぞう

お家の人のコメント

## 9 協議会記録

### 【授業者より】

- 学級担任：日々の給食の様子を写真に撮り、食べられるものだけでなく食べられないものもあるということに気付かせる。本時の二週間前から、毎日給食振り返りシートを使い、野菜が食べられないのはなぜかを考え、自覚できる取組を行った。国語「どうぶつ園のじゅうい」で獣医の仕事の単元から栄養教諭の仕事に置き換え紹介した。また、野菜を育てた経験から栄養教諭の存在を身近に感じることができた。
- 栄養教諭：今までの実践から本時を考えていたが、子供たちの思考時間が少ないとのご指導から、5分×6回の給食時間の指導を組み込んだ。「苦手な野菜を食べる」というテーマでは子供たちが前向きで楽しいと感じる考えにならないのではないかと思い、「野菜の摂取量を増やす」ことで本時の展開を決めた。継続的な野菜摂取に向けての取組をするために、各家庭で実践し、取組を紹介することで横に広げていくことと、給食の人気メニューを発信することを考えた。本時までには、子供たちの参考になるようなメニューを給食に意図的に取り入れたり、農家の方の動画を視聴したりした。担任が取り組んでくれた給食振り返りシートの効果は大変大きかった。

### 【協議】

- 振り返りシートが効果的だったと思う。どんな内容だったのだろうか。  
→今回は野菜に特化した感想を記入した。食べやすかったかどうか、プラス一言程度。
- もりもりやさいカードを給食を参考に広げていく姿、大きくせんカードは仲間の意見を参考に  
にして決定する姿が見られた。
- 給食と同じ量を食べるのは難しいという児童がいる中で、よいカードだったと思う。
- おうちの方に求めることは？  
→子供たちが積極的に食べられるものを共有してほしい。
- △調理法と料理、食品の区別をつけられずに記入する姿があった。給食のわくわくポイントから考えさせてもよかったのではないか。
- △記入の仕方が難しくなかなか進まない児童がいたので、カードについての説明がもう少しあるとよかった。

### 【指導者より】

〈授業改善について〉

なぜ、どのようにして改善していくのか。→平成29年度指導要領改訂による、主体的学びとなるよう、興味関心をもたせる。今回の授業ではそのための4つの手立てとして、①生活科の学習とのつながり（野菜から見える情景）②給食そのものを教材に（適量理解のために実感）③目に見えないものを視覚的にとらえる（ビタミンC・食物繊維等）④地域、外部も資源として活用することがあげられる。自己課題の解決に向けて、各教科の特質を生かした活動で解決方法を探り、家庭とも連携を図る。

〈思考をつなげる〉

給食での工夫＝作戦としたが、わくわくポイントも作戦と必ずつなげるとよかった。作戦を考えた理由について記入する欄があったため、今何を求めているかをはっきりとさせる板書と設問が必要である。苦手の克服でなく、楽しく食べてほしいという願いのある授業だった。