

## 題材

# なんでもたべて、げんきもりもり大さくせん！ ～栄養のことを考えて給食を食べる～

◇ 日 時 令和6年 10月25日（金） 2校時

◇ 学年・組 第1学年2組 （27名）

## 1 題材 「なんでもたべて、げんきもりもり大さくせん！

～栄養のことを考えて給食を食べる～」

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

本学級の児童は、給食を楽しみとしており、「今日の給食は何だろう。」と献立を見たり、好きなメニューだと「やったあ。」と喜んだりしている。しかし、食べたことのないものや、苦手なものは残してしまう児童もいる。

給食についての事前アンケートをすると、給食が好きであると答えた児童の割合は85%であるが、そのうち苦手な食べ物がある児童は74%であった。苦手な食べ物は野菜が一番多く、乳製品や魚介類が少数いることがわかった。また、苦手な食べ物が出たときは、食べようと頑張る児童が多いのだが、見た目や食感、味、家庭との調理方法の違いに戸惑って食が進まない様子であり、食べ物の栄養や自分の健康を考えて食べている児童は少ない様子である。

給食についての実態調査

| 項目                       | 割合  |
|--------------------------|-----|
| 1. 給食は好きである。             | 85% |
| 2. 苦手な食べ物がある。            | 74% |
| 3. 苦手な食べ物がでたとき、どうしていますか。 |     |
| 全部食べている                  | 63% |
| 減らして食べている                | 11% |
| 少し食べて残す                  | 15% |
| 食べない                     | 11% |

### （2）題材選定の理由

小学校の6年間は成長も著しく、多くの栄養摂取が必要な時期である。しかし、小学校1年生は、まだまだ食体験が少なく、偏食する児童も多い。ゆえに、今の時期に学校給食を通して家庭では口にする事のない食材や料理を食していくことで、児童の食体験は広がり、将来数多くの食品を楽しめるようになることを考える。この時期に食べ物に興味を持たせ、食べ物には栄養があり、それが自分の体の健康や成長のために必要であることを知り、望ましい食習慣を身に付けていくことが大切である。このことから、食べ物にはいろいろな働きがあることを知り、いろいろな食べ物を食べるようにこの題材を設定した。

そこで、学校栄養士から食べ物の栄養やその働き、健康で元気な体をつくるには栄養バランスのよい食事が大切であることについて説明を聞くことにより、自分の健康のために苦手なものも食べようという知識と理解を深め、実践につながる具体的な自己決定の一助となるようにしたい。

### （3）指導上の留意点

（事前）○アンケートで、給食での好きな食べ物や苦手な食べ物などについて尋ね、児童のこれまでの給食の食べ方の実態を把握する。

○給食時間の献立放送を意識するように促したり、献立表に目を向けるように促したりして、日常的に食への関心を高める。

- (本時) ○栄養士が給食に使われている食材の栄養やいろいろな働きを説明することで、栄養のことを考えて食べることの大切さについて知識・理解を深める。
- グループでの意見や栄養士の指導を参考に、いろいろな食べ物を食べると良いわけを考え、行動選択・意思決定をすることができるようにする。
- (事後) ○実践カード「きゅうしょくぱっくん げんきカード」を活用する。自分で考えた目標を達成するために1週間取り組み、その成果を自己評価することで自分の成長を実感できるようにする。

### 3 話し合い活動のねらい

- いろいろな食べ物を食べると良いわけを考えるために、積極的に話し合いに参加している。  
【主体的に学習に取り組む態度】
- 話し合い活動で見つけた意見を参考にしながら、これから自分が取り組みたい給食の食べ方について行動選択・意思決定をすることができる。  
【思考・判断・表現】
- 食べ物にはいろいろな働きがあることや、自分に合った給食の食べ方を考える活動を通して、栄養のことを考えて食べることの大切さを理解することができる。  
【知識・技能】

### 4 事前の指導

| 日時              | 児童の活動       | 指導上の留意点                                                                                                                                                                                                              | 目指す児童の姿と評価方法                                                         |
|-----------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 8月26日(月)<br>朝の会 | アンケートに記入する。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>給食の好きな献立や、給食の食べ方のもっと良くしたいところなどについて考えさせる。</li> <li>①給食の中で好きな献立は何か。</li> <li>②苦手な食べ物はあるか。</li> <li>③苦手な食べ物があるときどうするか。</li> <li>アンケート結果を分かりやすくまとめ、学級の実態をつかむようにする。(本時)</li> </ul> | <p>アンケートを記入し、これまでの給食の食べ方について振り返ることができる。(アンケート)</p> <p>【思考・判断・表現】</p> |

## 5 本時の展開（本時 1／1）

### （1） 本時の目標

食べ物のいろいろな働きが分かり、栄養のことを考えて食べることの大切さを理解することができる。（知識理解）

栄養士の指導や友達の考えを聞く活動を通して、いろいろな食べ物を食べると良いわけを考え、実践しようとすることができる。（自己決定）

### （2） 学習の展開

| 学習活動<br>○児童の思考や反応                                                                                                                                                                                                                                                               | ◇指導上の留意点<br>◆「努力を要する」と判断した<br>児童への指導と手立て                                                                                                         | 評価規準<br>(評価方法)                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| <p><b>つかむ(現状の把握)</b></p> <p>1 給食アンケートの結果を見て、好きな食べ物や苦手な食べ物がある状況について知り、苦手なわけや思ったことなどを話し合う。</p> <p>2 今までの自分の給食の食べ方を振り返る。</p>                                                                                                                                                       | <p>◇ランキング形式で紹介し、児童の給食への興味・関心を高める。</p> <p>◇苦手な物が出たときの食べ方について、イラストや写真、動画を提示しながら振り返り、問題を自分事として捉えられるようにする。</p>                                       |                                                                  |
| <p>めあて：すききらいをせず、きゅうしょくをたべるわけをかんがえよう。</p>                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                  |                                                                  |
| <p><b>さぐる(原因の追求)</b></p> <p>3 なぜ苦手な物を食べるのか考える。</p> <p>○もったいないから。<br/>○作った人に悪いから。<br/>○栄養があるから。</p> <p>4 給食の献立に使われている食材を調べ、栄養士から、食べ物の栄養やその働きについて話を聞く。</p> <p>○トマトは病気にならないようにしてくれるんだ。<br/>○にんじんにも体に良いわけがあったんだな。<br/>○目に良いものや髪に良いものなど、いろいろな栄養があるんだな。<br/>○給食をたくさん食べると、元気になれるな。</p> | <p>◇給食にはたくさんの食材が使われていること、また全ての食材には栄養があることを捉えることができるようにする。</p> <p>◇食べ物の3つの栄養について、それぞれ体によい働きがあること、給食には毎日3つの栄養がすべて入っていることを伝えることで健康な体になることをおさえる。</p> |                                                                  |
| <p><b>見つける(解決方法の話し合い)</b></p> <p>5 健康な体になるための給食を食べる方法を話し合う。</p> <p>○苦手なものでもちょっとでも食べる。<br/>○苦手な食べ物を好きな食べ物と一緒に食べる。</p>                                                                                                                                                            | <p>◇栄養士の説明や、これまでの給食の食べ方などの自分の経験を振り返りながら、話し合うようにすることで、自分に合っためあてを決めやすくする。<br/>◇話し合うことで、苦手な食べ物</p>                                                  | <p>○いろいろな食べ物を食べることが大切な理由を理解している。<br/>(発言、ワークシート)<br/>【知識・技能】</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div data-bbox="164 369 549 405" data-label="Section-Header"> <p>決める(個人目標の意思決定)</p> </div> <div data-bbox="164 409 691 515" data-label="Text"> <p>6 なんでも食べるといいわけを考えながら、給食を食べるときのめあてを決める。</p> </div> <div data-bbox="175 553 292 584" data-label="Text"> <p>〈めあて〉</p> </div> <div data-bbox="186 589 517 694" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> <li>○毎日全部食べる。</li> <li>○苦手な物も一口食べる。</li> <li>○苦手な物を先に食べる。</li> </ul> </div> <div data-bbox="175 732 264 763" data-label="Text"> <p>〈わけ〉</p> </div> <div data-bbox="186 768 676 909" data-label="List-Group"> <ul style="list-style-type: none"> <li>○給食をたくさん食べると、元気な体になるから。</li> <li>○苦手なトマトは病気になりにくくしてくれるから。</li> </ul> </div> <div data-bbox="164 949 601 983" data-label="Text"> <p>7 自分で決めたことを発表する。</p> </div> <div data-bbox="164 1093 517 1126" data-label="Text"> <p>8 本時の振り返りをする。</p> </div> | <p>が無い児童も苦手な食べ物がある児童に、食べ方をアドバイスしたり、めあてを共有して、より良いめあてを考えたりできるようにする。</p> <p>◆書き出せない児童がいるときは、個別に声をかける。</p> <p>◆苦手な物が多い児童には、無理のないめあてになるように配慮する。</p> <p>◇友達から励ましの言葉をかけてもらう活動を推奨することで、取組への意欲を高められるようにする。</p> | <p>○全体で話し合ったことを参考にしながら、これから自分が取り組みたいことについて意思決定・行動選択している。<br/>(発言、ワークシート)<br/>【思考・判断・表現】</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|

(本時のルーブリック)

|   | 関連付けて考える力                                                           | 伝わるように表現する力                    |
|---|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| A | 自分の給食との関わりと栄養士の話に関連付け、いろいろな食べ物を食べることのよさを理解し、これからの給食の食べ方のめあてにつなげている。 | 自己の課題に沿った解決方法を考え、理由をつけて発表している。 |
| B | 自分の給食との関わりと栄養士の話に関連付け、いろいろな食べ物を食べることのよさに気付いている。                     | 自己の課題に沿った解決方法を考えたり、発表したりしている。  |

(板書計画)

めあて

すききらいをせず、きゅうしょくをたべるわけをかんがえよう。

つかむ

アンケート結果 (にがてなもの)

1

2

3

4

5

みつける

【げんきなからだになるために、どのようにきゅうしょくをたべる？】

・にがてなものでもちょっとでもたべる。

・すきなものといっしょにたべる。

・ぜんぶたべる。

さぐる

【なんでもたべるわけ】

たべものには、それぞれはたらきがある。

3つのなかまがそろると、げんきなからだになる。

きめる

【じぶんのめあて】

○トマトをひとくちでも食べる。

【どうしてかという】トマトはびょうきになりにくくしてくれるから。

○まいにち、ぜんぶたべる。

【どうしてかという】きゅうしょくをたくさんたべると、げんきなからだになるから。

きゅうしょく  
ぱっくん げんき  
カード

6 事後の指導

| 日時                         | 児童の活動                                                       | 指導上の留意点                                                                                                                                                            | 目指す児童の姿と評価方法                                                                       |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 10月25日(金)<br>～<br>11月1日(金) | 意思決定・行動選択したことについて、自分の実践を振り返り、実践カード「きゅうしょくぱっくん げんきカード」に記録する。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>給食献立表にある3つの栄養を掲示し、思い出せるようにする。</li> <li>帰りの会で振り返る場を設定し、継続的に実践できるようにする。</li> <li>1週間の実践後も自分で決めたことを引き続きできるように声をかける。</li> </ul> | 友達の意見を参考にしながら立てた具体的なめあてや実践方法に、進んで取り組んでいる。<br>(実践カード・観察)<br><b>【主体的な態度】</b>         |
| 11月4日(月)                   | 「きゅうしょくぱっくん げんきカード」に振り返りを書いて、発表し合う。                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>自分のめあてに沿って粘り強く取り組んだことを認め合う。</li> <li>「きゅうしょくぱっくん げんきカード」掲示し、見合ったり、振り返ったりできるようにする。</li> </ul>                                | これまでの取り組みを基に、次の具体的なめあてや方法を考え、これからのめあてを持ち、取り組もうとしている。<br>(実践カード)<br><b>【主体的な態度】</b> |