

第2学年1組 学級活動学習指導案

平成30年10月26日（金）5校時

指導者 T1 伊藤 結美（学級担任）

T2 篠原 水紀（栄養教諭）

1 題材 「野さいとなかよく」

2 題材について

（1）題材設定の理由

本題材は、新学習指導要領 第1節2学級活動の以下の内容を受けて設定したものである。

（2）日常の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

給食の時間を中心としながら、健康によい食事のとり方など、望ましい食習慣の形成を図るとともに、食事を通して人間関係をよりよくすること。

おいしく楽しく食べることは、人に生きる喜びや楽しみを与え、健康で心豊かな暮らしの実現に欠かせないものである。一方、エネルギーや食塩の過剰摂取、栄養の偏り、食習慣の乱れなど、食べ方が原因で起こる、肥満や生活習慣病の増加・低年齢化が課題となっている。

市内の小・中学生への食生活アンケート（平成29年度）の結果から、朝食は「主食のみ」と回答した児童・生徒が多く、副菜を摂る頻度が少ないことが分かった。また給食でも、野菜料理の残菜が多いことから、児童・生徒の、野菜の摂取量不足が懸念される。

栄養バランスが偏りがちな現代の私たちにとって、体の調子を整える働きを持つ野菜は、ビタミン、ミネラル、食物繊維を豊富に含む大変重要な食品である。また、「栄養摂取状況が良好な児童生徒では、野菜・果実類などの摂取が多く、これらの食品は積極的に摂取することが好ましい。」という報告もある。（日本の小中学生の食事状況調査（厚生労働科学研究・研究班（平成27年度）） 学童期にしっかりと野菜を食べる習慣をつけることは、将来の生活習慣病の予防に役立ち、生涯にわたって健康に過ごす基礎となるものと考ええる。

2年生は、生活科で調理用トマトを栽培し、野菜を育てる大変さや、実ができたときの喜びを経験し、野菜に対する関心が高まってきている。そこで、野菜が体の中でどのような働きをするのかを知り、元気に過ごすためにはいろいろな野菜を食べることが大切であるということを理解させた。そして、本時の学習をきっかけに、野菜の魅力に気付き、今までより一口でも多く野菜を食べようとする態度を育てたいと考え、本題材を設定した。

(3) 考察及び指導観

本学級は、野菜を「好き」「どちらかというと好き」と答えた児童が53%である(設問1)。給食の時間の様子を見ても、「好き」と答えた児童は、野菜料理をほとんど残さず食べている。好きな野菜としては、「きゅうり」「にんじん」「キャベツ」「もやし」などが、「おいしいから」「甘いから」という理由で上位に挙がっていた。これらは給食でもよく使われている野菜であり、食べ慣れていることも好きな要因の一つになっていると考えられる。一方、苦手な野菜としては、「トマト」「なす」「ピーマン」「パプリカ」などが挙がっていた。トマトは「味がいや」「まずい」、その他の野菜は「苦いから」という理由が多かった。児童の舌は、大人よりも苦みを感じやすいため、当然の結果とも言える。しかし、児童は、1年生のときに、ピーマンの種取り活動を行い、種取りをしたピーマンが給食に出たときには、ほぼ全員が「おいしい」といって完食した経験がある。そのことから、野菜を身近に感じる体験が、児童の食べる意欲につながるのではないかと考える。野菜を食べると体に良いということを「知っている」と答えた児童は92%であった(設問5)。しかし、どんな良いことがあるか聞いたところ、「背が伸びる」「大きくなる」など成長に関わるが多く、体の調子を整える働きについては、ほとんど知らないということが分かった。毎日の食事の中で野菜をたくさん食べたいかという問いに、「とてもそう思う」「そう思う」と答えた児童が71%(設問4)、給食に苦手なものが出たら「残さず食べる」「少しは食べる」という児童が90%(設問10)であったが、実際には、教師の声掛けがないと口にしないことも多く、進んで食べているとは言い難い状況である。

これらの実態から、野菜の持つ働きや、野菜の良さを身近に感じる活動を取り入れれば、野菜に対する関心が高まり、野菜をもっと食べようという気持ちにつながると考えた。

2時間扱いの指導計画を立て、第1時では、給食に使われている食材を確認し、食べたものが体の中に入って栄養になることをつかむ。その後、給食で残ってしまうのは野菜が多いことを確認し、どのような野菜が使われているのかを調べることで、野菜に興味関心を持たせる。

第2時(本時)では、野菜の一つとしてにんじんを取り上げ、学習を進めていく。給食でたくさん使われているにんじんを例として、野菜の働きを知り、野菜をもっと食べたいという意欲を持たせていく。ここで取り上げる野菜をにんじんにした理由は、事前に行ったワークシート「野さいの名前を知っているかな」(いきいきちばっ子1・2年生用「そだてたことがあるかな」改)で、全員が名前を知っていて、かつ食べたことのある野菜であったこと、また、好きな野菜の上位にも挙がっているため、食べる活動に抵抗なく取り組めるものと考えたからである。

本時では、前時を振り返り、給食の献立表から、野菜が毎日出ていることに注目させる。どうして毎日出ているのかを考え、野菜を食べて調べてみようという呼びかけをする。児童は調理され、味付けされたにんじんを食べることは多いが、生のにんじんや、ゆでただけのにんじんを食べる経験は、少ないと考える。そこで、本時では五感を使って、にんじん本来の味を味わうとともに、にんじんに含まれる栄養素を感じさせるために、「生」「ゆで」「ジュース」の3種類のにんじんを用意する。児童Fは、にんじんが嫌いだと答えており、アンケート終了後質問をすると、「生のにんじんが苦手で、ゆでたにんじん等は食べられる。」と答えた。味付けのないにんじんは、F児以外にも食べることに抵抗がある児童がいると予想されるため、少量でも良いことを伝える。さらに、味覚には個人差があることを伝え、違いを互いに認め合えるように支援をする。味覚の発達段階をふまえ、現時点では「いやだ」「まずい」と感じることも、否定せずに受け止め、「今は苦手でもいつかは食べられるようになる」という見通しを児童に持たせることで、安心して本時やこれからの食事に向き合っていけるようにしたい。

にんじんを試食した後で、栄養教諭が、児童の感想や気付きをもとに、野菜の栄養素(ビタミン、ミネラル、食物繊維)と体の中での働きの説明をする。ビタミンには、病気から体を守る「バリアパワー」、ミネラルには、血液の流れを良くして心臓や筋肉を動きやすくする「さらさらパワー」、食物繊維には、排便を促す「するりんパワー」があることを伝える。その際、掲示物や模型を使って分かりやすく説明し、目には見えない体の中での働きを、視覚的に理解できるようにする。また、にんじんが睦岡地区の特産物であることを伝え、栽培の様子や生産者を知らせることで、「無関心期」「関心期」(※児童の実態調査「行動の変容のステージ」参照)の児童が、にんじんなどの野菜に少しでも興味を持つきっかけとしたい。

今後、生活科で今まで栽培してきた調理用トマトを使つての「トマトクッキング」や、給食の時間を通して、いろいろな野菜に興味を持たせ、今よりも野菜をたくさん食べようという意欲を持続

させていきたい。また、本学習を3年生で行う学級活動「3つの食品群の働き」の学習につなげていきたい。

3 題材の目標

野菜の働きについて知り、いろいろな野菜を食べようという意欲を持つことができる。

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 目指す児童の姿

観 点	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	集団活動や生活への 知識・理解
評 価 基 準	主体的に望ましい食習慣や食生活を実践しようとしている。	給食時の楽しい食事の在り方や健康に良い食事のとり方などについて考え、判断し行動できるようにする。	望ましい食習慣の形成を図ることの大切さや、食事を通して人間関係をよりよくすることの意義などを理解している。
目 指 す 児 童 の 姿	給食に使われている野菜に興味を持ち進んで活動に取り組もうとしている。	今までの自分の食べ方を振り返り、自分の健康と野菜を食べることの関係を考え、判断し、実践している。	食べ物が体の中で栄養になることを理解している。 野菜の働きについて知り、元気に過ごすために、野菜を食べることが大切であることを理解している。

6 指導計画（2時間扱い）

	教科等	活動内容	目指す児童の姿と評価（方法）
事前		・野菜や給食に関するアンケート調査を行う。	○今までの自分の食べ方を振り返り、自分の健康と野菜を食べることの関係を考えている。（アンケート、観察）
1 ／ 2 時	学級活動	「きゅう食にはどのような野菜が使われているのだろう」 ・食べ物が体の中で栄養になることを知る。 ・野菜が多く残ることに気付き、給食にどのような野菜が使われているかを調べる。	○食べ物が体の中で栄養になることを理解している。（ワークシート、観察） ○給食に使われている野菜に興味を持ち進んで活動に取り組もうとしている。（ワークシート、観察）
2 ／ 2 時 （ 本 時 ）	学級活動	「きゅう食に、野さいがまい日出るのはなぜだろう」 ・野菜の一つとして、にんじんを食べて調べる。 ・野菜の栄養や働きについて知る。	○野菜の働きについて知り、体を元気にするために、野菜を食べることが大切であることを理解している。（ワークシート、観察）
事後		・給食で食べられた野菜に色を塗っていく、「野菜ぬりえ」をする。	○自分の健康と野菜を食べることの関係を考え、判断し、実践している。（ワークシート、観察）

7 本時の指導

(1) 目標

野菜の働きを知り、元気に過ごすために、野菜を食べることが大切であることを理解できる。

(知識・理解)

(2) 展開 (2/2)

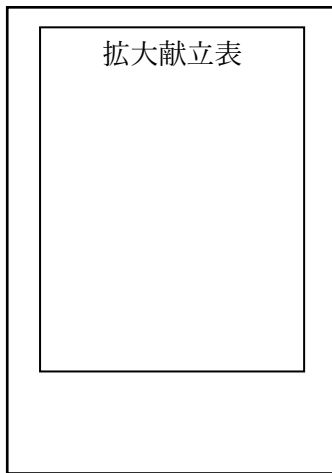
時 配	学習活動と内容	○指導上の留意点 ☆支援 ◎評価 (方法)		資料・ 教具
		T1	T2	
2	1 前時の給食調べを想起させ、給食には、野菜が毎日出ていることを確認する。	○にんじん、ほうれん草、トマトなど、野菜がたくさん使われていることが分かる掲示物を提示し、視覚的にイメージできるようにする。 ○給食には毎日野菜が使われていることを確認し、本時のめあてへとつなげる。	○前時で印をつけた拡大献立表を指し示し、前時の学習を想起できるようにする。	拡大献立表
	きゅう食に 野さいが まい日出るのは なぜだろう			
3	2 給食に野菜が毎日出る理由を予想し発表する。 ・体にいいから ・体が元気になる ・栄養があるから	○あまり意見が出ない場合は、普段の生活体験を想起させたり、野菜を食べることの良さを考えさせたりする。	○児童から出た意見をわかりやすく板書する。	
20	3 野菜の中の一つとして、にんじんについて調べる。 ◆3種類(生・ゆで・ジュース)のにんじんを試食する。 ①「生のにんじん」 ・ポリポリする。 ・土のにおい ②「ゆでのにんじん」 ・あまい。 ・やわらかい。 ・生より色が濃い。 ③「にんじんジュース」 ・ざらざら。 ・どろどろ。	○児童から出た予想が合っているかどうかを確認するために、一つの野菜を調べることを伝える。 ○はてなボックスから、にんじんの葉だけを見せ、児童の興味関心を高める。 ○にんじんを食べて調べることを知らせる。 ○試食の前にアルコール消毒をし、清潔な手で食べさせる。 ○配付を速やかに行うことで、児童が食べたいという意欲を持ったまま活動に取り組めるようにする。	○食材はクーラーボックスに入れ、衛生面に留意して保管する。 ○生のにんじんとゆでたにんじんで切り方を変え、見分けがつくようにする。 ○生のにんじんは、においを感じやすく、ゆでたにんじんは、色や甘みを感じやすい。また、にんじんジュースでは繊維を感じやすいため、3種類のにんじんを用意する。 ○調べるための食べ方として「色」「におい」「食べた感じ」「味」の4つを意識して、じっくり試食するよう伝える。	葉付き にんじん はてな ボックス ワーク シート 食べ方を 示した掲 示物 生・ゆで にんじん 水 コップ にんじん ジュース 回収用 トレー

		○机間指導をしながら、にんじんを食べることに抵抗がある児童や、うまく呑み込めない児童には、必要があれば水分をとることを勧めたり、エチケットボックスを渡したりする。 ○調べて分かったことを、4つのポイントごとにワークシートに記入させる。 ☆何を書いていいか分からず困っている児童には、「生活科ことば辞典」にのっている言葉をヒントに、ワークシートに記入できるよう支援・助言する。	○味付けしていないにんじんは、F 児以外にも食べることに抵抗がある児童がいると予想されるため、全てを食べなくても良いことを伝える。 ○机間指導をしながら、にんじんを食べることに抵抗がある児童や、うまく呑み込めない児童には、必要があれば水分をとることを勧めたり、エチケットボックスを渡したりする。 ○調べて分かったことを、4つのポイントごとにワークシートに記入させる。 ☆何を書いていいか分からず困っている児童には、「生活科ことば辞典」にのっている言葉をヒントに、ワークシートに記入できるよう支援・助言する。	
10	◆調べて分かったことを発表する。 4 野菜に含まれる栄養と体の中での働きについて知る。（栄養教諭の話） ・3つのパワーについて知る。 ビタミン＝バリアパワー 皮膚や粘膜を強くして、病気から体を守る。 ミネラル＝さらさらパワー 血を流れやすくして、心臓の動きをよくする。	○3つのパワーに結びつけるために児童から出た意見を板書し、線を引く。 ○野菜の栄養と働きが分かるように、整理をして板書にまとめる。 ○栄養教諭の話に合わせて、野菜の栄養と働きのカードを、ホワイトボードに貼っていく。 	○味覚には個人差があることや成長によって変わることを伝え、自信を持って感想を発表できるようにする。 ○色に注目させ、掲示物を用いて、体を病気から守る働きについて分かりやすく説明をする。 ○「におい」や「味」に注目し、ミネラルの働きについて説明をする。 ○にんじん畑や生産者の様子を掲示物で示し、にんじんが陸岡地区の特産物であることを知らせるこ	バリアパワーの 掲示資料 さらさらパワーの 掲示資料 にんじん畑の 掲示物 するりんパワーの 掲示資料 模型教材

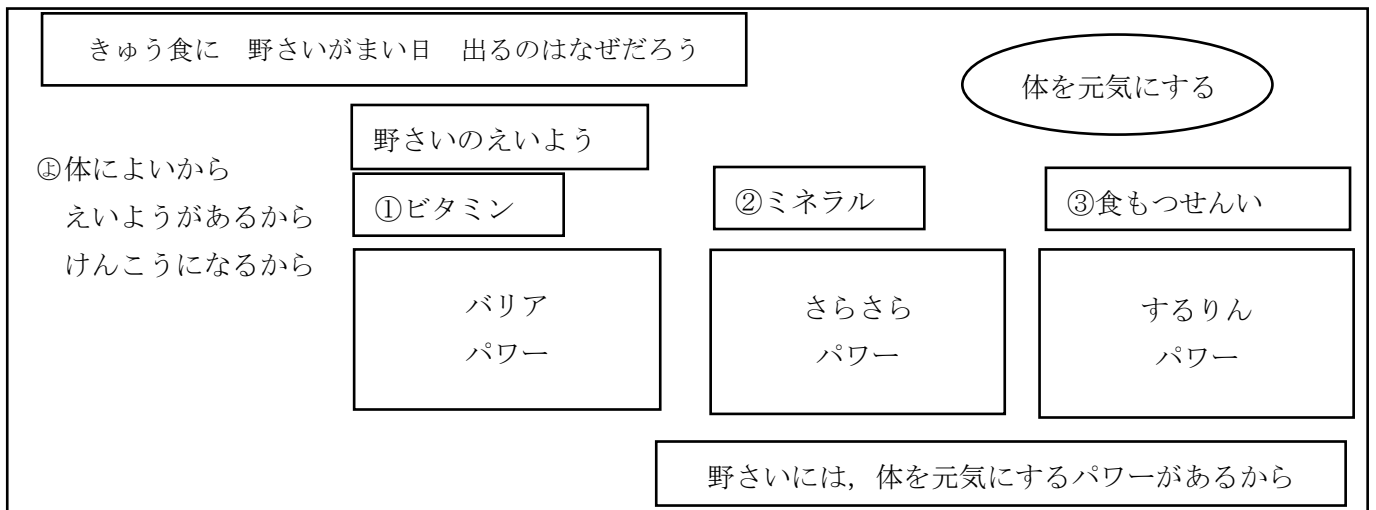
	食もつせんい＝するりんパワー おなかの中をきれいにし て、いいうんちが出る手 伝いをしてくれる。 ・他の野菜にも、同様のパ ワーがあることを確認す る。	 ○にんじんの3つのパワ ーを確認し、さらに、他 の野菜についても同様の パワーがあるのかを考え させる。 ◎体を元気にするために、 野菜を食べることが大切 であることを理解できた か。 (ワークシート、観察)	とで、児童の興味関心を 高める。 ○腸の模型を使い、食物せ んいの働きによって、す っきりとうんちが出る様 子を見せることで、する りんパワーを実感させ る。 ○実物の野菜を提示し、全 ての野菜に、体を元気に するパワーがあることを 知らせる。 ◎体を元気にするために、 野菜を食べることが大切 であることを理解できた か。 (ワークシート、観察)	ほうれん草 かぼちゃ トマトなど ワーク シート
	野さいには、体を元気にするパワーがあるから			
10	5 本時のまとめをし、分 かったことや思ったこ と、これから頑張りたい ことを、ワークシートに 記入して発表する。	○分かったことや思ったこ と、これから頑張りたい ことを、ワークシートに 記入させ、行動化への意 欲を持たせる。 ○机間指導をしながら、良 い意見を書くことができ ているワークシートに朱 を入れ、発表への意欲を 高める。	○野菜によって得意なパワ ーが異なることを知ら せ、いろいろな野菜を食 べようという行動化への 意欲を持たせる。 ○机間指導をしながら、良 い意見を書くことができ ているワークシートに朱 を入れ、発表への意欲を 高める。	

(3) 板書計画

○導入時（ホワイトボード①）



○展開～まとめ（ホワイトボード②）



○活動時（黒板①）

