

- 1 題材名 体に良いおやつを選び方を知ろう
(2) 日常生活や学習への適応及び健康や安全に関すること
(カ) 学校給食と望ましい食習慣の形成

2 題材設定の理由

(1) 題材について

食についての選択肢が増え、大変豊かな時代になっている。しかし、昔に比べて食の中身が本当に豊かになったとは考えられない。おやつに関しても、児童達は手作りよりも買い与えたスナック菓子やジュースなどを好み、親も忙しさに紛れてつい市販のものに手を出しがちである。そういう現実の中で、子供たちにとってはおやつに関しても、何を選んで良いのか、どう組み合わせればよいのかを考えることがとても大切になってくるのではないかと考える。そこで、これから体が作られて大人になっていく過程の子供たちに、正しい知識を与えることが自己管理能力の育成につながり、健康な生活を営む上でとても重要なことであると考え、本題材を設定した。

(2) 児童の実態

実態調査(平成20年6月9日 調査人数 男子13人 女子19人 合計32人)

○ おやつを食べますか。	・食べる 20人	・時々食べる 12人
○ どんなものをおやつに食べますか。また、飲みますか。(複数回答)	・アイス 13人 ・スナック菓子 10人 ・あめ 7人 ・チョコレート 5人 ・せんべい 4人 ・クッキー 4人 ・ガム 3人 ・麦茶 11人 ・牛乳 5人 ・水 4人 ・炭酸飲料 4人 ・ジュース 2人 ・紅茶 2人 ・カルピス 1人 ・お茶 1人	
○ どんなおやつを食べたいですか。また、飲みたいですか。(複数回答)	・アイス 5人 ・ケーキ 5人 ・果物 5人 ・あめ 5人 ・ガム 3人 ・クッキー 3人 ・かりんとう 1人 ・クレープ 1人 ・炭酸飲料 13人 ・麦茶 7人 ・紅茶 3人 ・お茶 3人 ・ジュース 2人 ・アイスココア 1人 ・ヨーグルトドリンク 1人 ・カルピス 1人 ・水 1人 ・スポーツドリンク 1人 ・なし 1人	

(3) 指導にあたって

児童のおやつは、市販のスナック菓子や炭酸飲料が多いだろうという予測の元にアンケートを取ってみた。結果はやはり手作りの物より買った物の方を食べている児童が多いことが分かった。そこで市販の物をおやつにするとしても、単に食べたい物を好きなだけ食べるのではなく、体に良いおやつを選び方を知ること、栄養のバランスを考え、意識して食を選べる子供に育つように指導したい。

3 本時までの経過

	期日	活動の内容	評価規準
事前	6月9日 放課後	・TTとの打ち合わせ 授業内容について	
	6月10日 朝の会	・アンケート用紙記入	
	6月12日 放課後	・TTとの打ち合わせ 指導案検討・役割分担	
本時	6月26日 学級活動	・体に良いおやつを選び方を知ろう	・体に良いおやつを選び方について考え判断している。(思考・判断) ・体に良いおやつを選び方を理解している。(知識・理解) ・栄養と健康の関係を考え、体に良いおやつを選んで食べようとしている。(関心・意欲・態度)
事後	6月26日～ 7月2日	・体に良いおやつを選んでいるか、自己評価をする。(個人)	・体に良いおやつを選んで食べることができる。(技能・表現)

4 本時の活動

(1) 目標

スナック菓子の特徴を知り、体に良いおやつの選び方を理解することができる。

(2) 学校目標との関連

体に良いおやつの組み合わせを理解し実践をすることが、体の成長を助けることにつながり、「自らの力でたくましく生きる児童」を目指した学校目標に迫れるものとする。

(3) 準備・資料

- ①アンケートの絵グラフ ②ポテトチップス ③ティッシュ ④ポテトチップスに入っている油
⑤ポテトチップス成分表 ⑥皿 ⑦ペットボトルの砂糖 ⑧飲料 ⑨コップ ⑩カード
⑪おやつの絵カード ⑫おやつの写真 ⑬ペットボトル ⑭ワークシート ⑮おやつ調べカード

(4) 展開

時間	学習活動及び内容	資料形態	教師の支援及び評価(評)
1	<p>クラスの友達がおやつとして食べているものには、何が多いかを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>体に良いおやつのえらび方を知ろう</p> </div>	一斉 ①	<ul style="list-style-type: none"> アンケート調査を実施した結果を知らせる 絵グラフを一緒に見ることで、おやつの選び方についての問題点に気づかせる。(T 1)
5	<p>2 体に良いおやつの選び方について知る。</p> <p>(1) ポテトチップスについて考える。</p> <p>(2) 甘い飲み物について考える。</p>	<p>グループ ②③ ④⑤ ⑥</p> <p>一斉 ⑦⑧ ⑨ ⑩</p>	<ul style="list-style-type: none"> ポテトチップスを1枚ずつ手に持ち、手触りや気づいたことを発表する。 ポテトチップス1袋にはどのくらいの油が入っているか目で確かめさせる。(T 2) 入っている塩や袋の裏面の品質表示、おやつとしての適量についても軽く触れる。(T 2) ペットボトルに入っている砂糖の量を提示することで視覚から砂糖の多さを理解させおやつとしての適量について知らせる。(T 2) 体に良いおやつの選び方について話をする(T 2) <p>◎ 体に良いおやつの選び方を理解している。(観察)</p>
20	<p>3 自分たちで組み合わせを考えて、理想のおやつの絵カードを選ぶ。</p> <p>(1) いくつかの種類の絵カードから、組み合わせを考えてカードを選ぶ。</p> <p>(2) 選んだ組み合わせの理由を発表する。</p>	個人 ⑪ ⑫ ⑬ ⑭	<ul style="list-style-type: none"> 体に良いおやつの選び方を確認し、絵カードを使い、体に良いおやつの組み合わせを各自が考え、選んでいく。 何に気をつけて絵カードを選んだのか、理由をワークシートに記入し、自分なりに考えた理由を発表する。 机間指導をし、上手な選び方を褒める。 良い観点からおやつを選んだ児童を選び、発表させる。(T 1)
40	<p>4 本時のまとめをする。</p> <p>(1) おやつ調べカードに自分のめあてを書く。</p>	個人 ⑮	<p>◎ 体に良いおやつの選び方について考え、判断している。(ワークシート)</p> <ul style="list-style-type: none"> 良いおやつの組み合わせを考えて一週間おやつ調べをすることを勧める。(T 1) <p>◎ 栄養と健康の関係を考え、健康に良いおやつを選んで食べようとしている。(カード)</p>

5 事後の活動への配慮

(1) 家庭との連携

- 本時の学習内容について学級通信で家庭へ伝え、家庭での啓発を図る。
- おやつ調べカードに一週間記入することで、保護者との連携を図る。

(2) 個別指導

- 肥満気味のA児・B児には、毎日声をかけることにより継続指導する。