第４学年＊組　学級活動指導案

指導者　　幕田　訓子
学校栄養職員　飯川　暁子

１　題材　一日のスタートは朝ごはんから

２　題材設定の理由

(1)　学級・児童の実態（＊名）

本学級の児童は，５月の国語の授業で「かむことの力」を勉強し，その説明文の中で「朝食を食べるとよいこと」について学習した。また朝食を食べてくることは一日を元気よくスタートさせるうえで大切なことであることも知っている。しかし，朝食についての実態は把握していなかったため，以下のようなアンケートを実施した。

実態調査　　（平成 21 年６月１日　実施　＊名）

項　目	回　答
①朝ご飯を食べますか。	毎日食べる＊人　　食べる日の方が多い＊人
②朝ご飯にどんなものを食べていますか。（普段よく食べているものを複数回答）	ごはん 33 人　パン 33 人　みそ汁 26 人 牛乳 20 人　たまご 19 人　ヨーグルト 14 人　ハム 12 人 ふりかけ 10 人　のり 7 人　ソーセージ 5 人
③１，２校時目ころ，あなたの体調はいつもどんな感じですか。（複数回答）	元気 25 人　おなかがすいている 20 人　ねむい 3 人

実態調査をしてみると，朝食は食べてくるが栄養のバランスが偏っていることがわかった。また，質より量，とりあえず何でもいいから食べてくる児童がいることもわかった。

そこで本時では，朝食の役割を知ったり，バランスのとれた朝食をとろうとする意欲をもたせたい。

(2)　支援について

「食生活を考えよう　体も心も元気な毎日のために」の冊子を使って，朝食の役割を知ったり，普段の生活の様子を振り返ったりすることで，朝食の献立を考えるための見通しをもたせるようにしていきたい。そして，栄養職員の支援のもと自分で朝食の献立を考える活動を通して，バランスのとれた朝食への意識を高めたい。

３　ねらい

一日の生活における朝食のはたす役割を知り，進んでバランスのとれた朝食をとろうとする意欲をもたせる。

４　活動の過程と評価規準

(1)　児童の活動と教師の支援

	日時	活動の主体	活動の内容	支援の手だて	評価の観点			
					関	思	技	知
事前	6/1 朝の会	クラス全員	朝食についてのアンケートに答える。	自分の普段の生活をよく振り返るように助言する。	○	○		
	6/23 学級活動	クラス全員	朝ご飯はなぜ大切なのか考える。	朝ご飯の大切さへの意識が高まるように，支援する。	○	◎		○
本時	7/2 学級活動	クラス全員	朝ご飯はどのようにとればいいのか考える。	バランスのとれた朝食への意識が高まるように，支援する。	○	◎		○
事後	随時	クラス全員	望ましい食生活について考える。	よりよい食生活について随時学級活動で支援していく。	◎			○

(2)評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
朝食の大切さ，よりよい朝食とは何かを進んで考えようとする。	自分の朝食のとり方を振り返り，朝食をとることの大切さを考えることができる。	自分の考えを発表したり，友だちの意見をよく聞いたりして，話し合いに主体的に参加することができる。	朝食の役割や大切さを知り，朝食の必要性を理解できる。

5　本時の学習

(1)目標

一日の生活における朝食のはたす役割を知り，自分で朝食の献立を考える活動を通して，バランスのとれた朝食への意識を高めることができる。

(2)食育の視点

・朝食の役割を理解し，バランスのとれた朝食をとることができるように努力する。(食事の重要性)

・自分の朝食を振り返り，よりバランスのとれた朝食にするための手だてがわかる。(食品を選択する能力)

(3)準備物　「食生活を考えよう」冊子，カード，ワークシート，食べ物の絵

	活動の内容	支援の手だて・評価の視点	資料
活動の開始	1　朝食の役割を知る。 ・頭がすっきりとさえる。 ・朝のうちに排便ができる。 ・元気に動ける。 2　テーマを知る。 「朝ごはんはどのようにとればいいのでしょうか」	・朝食の役割や大切さに気づかせ，朝食の必要性を理解させる。 ・朝の生活のあり方や朝食の偏りに気づかせ，本時のめあてをとらえさせる。	①
活動の展開	3　どんな朝食がよいのか考える。 (1)個人で朝食を振り返る。 (2)グループで話し合って，朝食の献立を考える。 (3)考えた献立を発表する。	・栄養職員が中心となって指導する。 ・調べた朝食を３つのグループに色分けさせる。 ・３つの視点から献立を考えられるようにする。 ・朝食は，栄養のバランスがとれていて，おいしくて，簡単に作れるものがよいことがわかったか。 ・生活面を改善することにより，さらにおいしく食べられることも知らせる。 (評)朝食のはたす役割を知り，バランスのとれた朝食を考えることができる。 (観察・ワークシート　思考・判断)	① ② ③
活動のまとめ	4　活動のまとめをする。 (1)家の人にお願いしたいことや感謝の気持ちをまとめる。	・望ましい朝食にするために，家の人にお願いしたいことや感謝の気持ちを書かせる。	③
資料	①冊子　②食べ物の絵　③ワークシート		

6　事後活動への支援

朝食の必要性を今後も継続して考えさせるとともに，食生活に関するアンケートを定期的に行い，児童たちの生活習慣の確立や健康な身体をつくっていけるよう促していきたい。