

# 第1学年特別活動（学級活動）学習指導案

日時 平成23年2月16日（水）5校時

場所 中央区立久松小学校 1年1組教室

対象 1年1組 児童34名

指導者 中満 麻弥

## 研究主題

### 心と体の健康づくり

—自分やみんなを大切にする児童を目指して—

1 題材名 野菜となかよくなろう（学級活動 活動内容【2】・望ましい食習慣の形成）

## 2 題材について

「食」は人が生きるための基本であり、最も大切で身近である。しかし、近年「食」に関しては、好ましい状況が見られない。スナック菓子やジャンクフードの氾濫による栄養の偏り、肥満や子どもの生活習慣病の増加など、子どもの心や体に様々な影響を及ぼしている。学校生活が初めての1年生は、各家庭によって今までの食生活に差がある。

給食を何でも食べられる子もいるが、今までに食べたことがない食材や料理に出会うと、見ただけで残してしまう子がいる。しかし、口にすることが少ない食材を、給食を通して少しでも口にすることで、子どもたち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。このように、この時期の子どもたちにとって、給食が担う役割は、大変大きい。

そこで、本時では、より野菜を身近に感じるために触れる・味わうなどの五感を使い、本校の食育全体計画に沿って身近にある野菜に興味・関心をもってもらいたいと考えた。

## 3 児童の実態

本学級の児童は、男女とも明るく元気でよく体を動かしている。初めての学校生活を一生懸命に楽しんでいる様子がうかがわれる。毎日の給食も大好きである。しかし、給食の様子を見ると、牛乳は全員が飲めるようだが、野菜のおかずになると、なかなか箸が進まない児童も見られる。「嫌いなものでも、一口は食べよう」「おかずを食べたら、ごはん、次は牛乳・・・というように三角食べをしよう」と日々、指導してはいるが、野菜を中心に嫌いなものが目の前にあると、なかなかうまくいかない子が見られるのが現状である。

学校では、嫌いな物も「一口は必ず食べよう」「量を調節して全部食べきろう」と指導しているが、家では嫌いな物を口にしないという児童が多いようである。しかし入学当初から比べると、少しずつではあるが、嫌いな物も食べられるようになってきていると感じられる。また、給食で初めて食べる物もあるようで、食わず嫌いの物もあることに気づいた児童もいる。初めて口にして「おいしい」「食べられる」といった声も聞けるようになってきた。

片付け後、給食を全部残さずに食べられた児童とハグや握手をする習慣を付け、毎日、全員が給食を完食できるように励ましている。

## 4 研究主題との関連

### (1) 目指す児童像

- だれとでも仲よくし、思いやりのある温かい人間関係を築こうとする子
- 基本的な生活習慣を身に付け、思い切り体を動かして遊ぶ子

以上の児童像から、低学年分科会では食育における目指す児童像を以下のように設定した。

- 【心】** 嫌いな食べ物でも親しみをもち、感謝して食べようとする子
- 【体】** 楽しい食生活を通して、元気な体をつくろうとする子

### (2) 研究主題（児童像）に迫るための手立て

#### **【心】** 食べ物に親しみをもつために

低学年期において、おいしくいただくことに感謝する気持ちを育てていくことも目指していくが、本活動ではまず「食べ物に関心をもつ」ことに重点を置き取り組んでいく。

#### (ア) 事前アンケートの活用

- ・事前に食べ物の好き嫌いアンケートを行い、好き嫌いの有無やどのような食べ物が苦手なのか児童の実態を把握する。導入ではアンケート結果から、好き嫌いについてクラスの実態を確認し、好き嫌いは誰にでもあることに気付き、問題の共通化を図れるようにする。

#### ◎ (イ) 野菜について知る・触れる

- ・食べ物への興味や関心を高めるために「やさいあてクイズ」を行い、楽しみながら食べ物の名前や特徴を知る。
- ・「やさいあてクイズ」・・・ボックスに野菜を入れ、実際に触れながら、野菜の名前と形を結び付ける。

#### ◎ (ウ) 実際に味わう・体感する

- ・新鮮な生野菜と、加熱した野菜を味わい、野菜そのものの味や加熱で増した野菜の甘みを体感する。(イ)の「触れる」とともに実際の野菜を五感（見た目、におい、音、歯触り、味）で体感することにより、食に関する興味や関心を一層高め、望ましい食習慣を身に付けさせていきたい。

#### (エ) 栄養士（学校栄養職員）との連携

- ・栄養士の専門性を生かして、給食時に食に関する基礎的な内容を発達に合わせて話してもらうとともに、児童が感謝する心をはぐくみ、好き嫌いなく食べることの大切さに気付いていけるよう日常的に取り組んでいく。さらに、毎日のランチニュースを通して、食べ物への関心を広げる。

【体】元気な体をつくるために

(ア) 好き嫌いなく食べることと元気な体の関係を理解できるようにする

- ・何でも好き嫌いなく食べると、疲れにくく、風邪をひかない丈夫な体や毎日力一杯体を動かしたり、走ったりすることができる元気な体をつくることにつながることを理解できるように指導する。

◎ (イ) 楽しい雰囲気づくり

- ・苦手なものに挑戦してみようという気持ちをもつためには、グループのみんなと一緒に楽しい雰囲気の中で食べることが大切である。日頃からよりよい人間関係を築き、互いに認め合い励まし合える学級経営に努めるとともに、温かい声かけをしているグループを賞賛する。友達と励まし合ったり、苦手な食べ物を食べることができて認められたりすることでさらに自信にもつながっていくと考える。楽しい雰囲気の中で食事をすると食が進み、時には苦手なものも口にできることがあり、健康な体・元気な体づくりにもつながる。

5 指導計画（全1時間扱い）

	ねらい (○) 学習活動 (・)	指導上の留意点◇ 評価【 】
本時	<p>○野菜を五感で体感することで、野菜に対する興味・関心を高める。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・食べ物アンケートの結果について振り返る。</li><li>・やさいボックスクイズを行い、食べ物の特徴を知る。</li><li>・野菜を試食する。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◇好き嫌いの多少がわかりやすいようにまとめる。</li><li>◇実物に「触れる・においをかぐ・味わう」ことを体験できるようにする。</li><li>◇野菜そのものの味や加熱で増した甘みを体感させる。</li></ul> <p>【関】野菜の特徴を知り、食べることに興味・関心をもとうとしている。</p>

## 6 本時の指導

### (1) 目標

- 野菜を五感で体感することで、野菜に対する興味・関心をもとうとしている。

### (2) 本時の展開

	学習活動 (・)	指導上の留意点 (◇) 指導の手だて (→)
導入	<p>1 本時のめあてをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・事前アンケート「きれいなたべものがありますか」の結果を振り返る。</li> </ul>	<p>→嫌いな食べ物が「ある・ない」をまとめたグラフを提示する。</p> <p>→人数の多い方がどちらか考えさせる。</p> <p>◇多くの児童が好ききれいのあることを確認し、その中でも嫌いな食べ物に「野菜」をあげている児童が特に多いことを伝える。</p>
展開	<p style="text-align: center;">やさいとなかよくなるろう</p> <p>2 やさいが大好きになる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜の感触を確かめる。</li> <li>・手に触れて感じたことや、なぜわかったかをワークシートに書く。</li> <li>・特徴を説明しながら予想した野菜を発表する。</li> </ul> <p>3 野菜を試食する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・試食する野菜(かぶ)を触ったり、においをかいだりする。</li> <li>・生野菜と蒸した野菜を試食する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>手で さわったかんじ 大きさ いろ かたち におい あじ たべたときの おと</p> </div>	<p>◇やさいボックスの中に、野菜を入れる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> <p>かぶ・キャベツ・にんじん・ピーマン</p> </div> <p>◇手触り、形、大きさから特徴をつかみ、予想するよう助言する。</p> <p>◇ワークシートに「色」「形」「大きさ」「手触り」「におい」「味わう」を観点に、気付いたことや感想を書くよう促す。</p> <p>◇しっかりと噛んで食感や味を確かめるよう助言する。</p> <p>◇生野菜は事前によく洗い、衛生面を配慮する。</p> <p>→生野菜とは違った食感を知るために、蒸し野菜も試食する。</p> <p>→生野菜を食べる前に、においを嗅ぐ。</p>
まとめ	<p>4 学習の感想を書く。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習感想の発表をする。</li> <li>・給食チェックシートの取組について知る。</li> <li>・挨拶をする。</li> </ul>	<p>◇机間指導を行う。</p> <p>→ワークシートに本時の感想がかけるように支援する。</p> <p>→完食チェックの取組を通して、意欲的に野菜を食べることができるよう意識付けを図る。</p> <p>【関】野菜の名前や特徴を知り、野菜について関心をもつことができたか。</p>