

育 Me 科 学習指導案「バランスよく給食を食べよう」

○ねらい

好き嫌いせず、何でもしっかり食べることの大切さを理解する。

○活動の流れ

	活動内容	進め方・支援	育 Me 科の視点
導入 7分	<p>1 あいさつ</p> <p>2 学習内容の理解</p> <ul style="list-style-type: none"> 給食を選んでいく時の様子を、モデリングを見ながら思い浮かべる。 (例)「ごはんを減らしてください!」「きのこをへらしてください」 「野菜を減らしてください」「汁を減らしてください」 どんなことを考えながら選んでいるか考える。 (例)「こんなにたくさん食べられないな」 「野菜嫌いだから減らそう」「きのこ苦手だな…。」 「肉は大きいのがいいな…」 先生から減らしてもらえなかった時のことを考える。 「もっと減らしてほしいのに…。」 「きっと、たくさん食べて元気になってほしいのかな…」 <p>3 本時のめあての掲示</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>元気に過ごすための給食の食べ方を考えよう。</p> </div>	・モデリング	減らさなかった先生の気持ちを考える
展開 33分	<p>4 バランスよく食べる大切さについて確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ワークシートの3日間の給食写真にどのくらい減らしたかを書き込む。 栄養教諭がどのようなことを考えて献立を立てているかを知る。 「体が大きく成長するように」→肉、魚、卵、豆腐 「元気に活動できるように」→ごはんの量 「かぜをひかないように、元気に過ごせるように」→野菜 3色食品群分類図を提示し、バランスよく食べるとはどういうことかを説明する。 (赤色)体をつくる (黄色)熱や力のもとになる ごはんを減らすとどうなるか… (緑色)体の調子を整える 野菜を減らすとどうなるか… どれか一つを減らすとバランスシートの三角形が崩れる →体調が悪くなったり、大きくなれなかったり、体に害を及ぼす可能性があることを説明する。 <p>5 これからの給食選び方について考える。(ロールプレイ)</p> <ul style="list-style-type: none"> 給食写真を見ながら、どのように選んでいかやってみる。 (例)減らすのを一つだけにしよう 今日は減らさずに食べてみよう 野菜のおかずは減らすけど、汁の具は減らさずに食べよう 苦手だけどがんばって食べてみよう 	<p>・ワークシート</p> <p>・3色食品群分類図</p> <p>・バランスシート</p> <p>・苦手なものを減らしてばかりいると、バランスが崩れてしまうことに気づかせる</p> <p>・献立写真</p>	<p>・「何でも食べよう」参照</p>
まとめ 5分	<p>6 ふりかえり</p> <ul style="list-style-type: none"> ワークシートにバランスよく食べるための目標を記入する。 <p>7 あいさつ</p>	・ワークシート	

**1・2年生
みずばしょうで学習**