

第3学年1組学級活動指導案

日 時 平成29年10月27日(金)

場 所 3年1組教室

指導者 山根 智子(T1)

岩田 緑(T2)

1. 題材名 未来の自分のための食生活習慣
内容(2)ケ 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

2. 生徒の実態と題材設定の理由

(1) 生徒の実態

… <個人情報保護のため省略> …

(2) 題材設定の理由

そのような状況の中で、彼らはもうすぐ義務教育を卒業する。給食によって支えられていた栄養バランスが、卒業後一気に崩れる可能性が高い。そこで、卒業前に今一度自分の食生活を振り返り、自分の健康のために栄養バランスのとれた食習慣を形成することの大切さを考えることにより食生活の改善に繋げていきたい。それが、これから社会を担う世代として、生涯にわたって健康に過ごし、健康寿命を延ばしていくことにもつながっていくと考える。このことについては、国から出された第三次食育推進基本計画でも示されている。

本題材では、実態を調査した上で、保健体育や家庭科、昨年度の学級活動で既習の将来の健康寿命と生活習慣病である骨粗鬆症について想起させ、食の面からその予防が大切であると認識させる。そして、一人ひとりが自分の生活の中で食生活の改善を実践することができるようにしていきたい。1学期末に行った食事調査の結果を踏まえ、休日にほとんど取られていなかったカルシウムについて、事前にチェックを行い、関心をもたせておく。生徒たちのカルシウムチェックの平均値を手がかりに、栄養教諭の専門的な指導からも知識を得て、摂取が十分でない現実を知るとともに、その原因を考えることで問題を自分のこととして受けとめ、より具体的な解決策を自分自身で探り、実行に移させたい。

また、グループ活動にあたっては、QUの結果をもとにし、学習や生活で支援が必要とされる生徒や

意見が出しづらい生徒が、考えを伝えやすい受容的な雰囲気の中で活動できるようグループ編成を配慮している。加えて、生徒たちからの意見も取り入れて班長を選出したり、人間関係にも配慮したりして、学び合いが円滑に進められるように心がけている。

3. 指導のねらい

- ・生涯にわたって健康的な生活を送るために、望ましい食習慣を形成しようとする態度を育てる。

4. 学級活動（2）の評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団や社会の一委員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自己の生活の充実と向上に関わる問題に関心をもち、自主的、自律的に日常の生活を送ろうとしている。	日常の自己の生活における課題を見出し、自己を生かしながら、よりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	集団や社会への適応及び健康で安全な生活を送ることの大切さや実践の仕方、自他の成長などについて理解している。

5. 指導計画（指導の過程）

（1）事前の指導と生徒の活動

日時	活動の内容	指導上の留意点	めざす生徒の姿と評価方法
7月13日(木)	◇食生活調査 ・前日の食事をふり返って調査を記入し、改めて自己の食事内容を見つめる。		
10月3日(火)	◇カルシウムチェック ・日頃の食事や食生活を思い起こして記入する。	・できるだけ正確に記入できるように、必要に応じて補足説明を行う。 ・プライバシーに配慮する。	【関心・意欲・態度】 ・食生活をふり返り、自己のカルシウムの摂取状況に関心をもち。 (観察・カルシウムチェック)

（2）本 時 次頁 6. 本時の学習に示す。

（3）事後の指導と生徒の活動

日時	活動の内容	指導上の留意点	めざす生徒の姿と評価方法
10月28日(土) ～ 11月6日(月)	・目標に向けて取り組むとともに、10日間のカルシウムチェックを行う。	・自分の取り組みを振り返ることができるように、感想が記入できるようにしておく。	【思考・判断・実践】 ・健康的な生活習慣の確立に向けて、栄養やその摂取の機会や食習慣の改善方法を考えて、実践している。
11月7日(火)	・終礼時にその結果について話し合い、カルシウム摂取を含めた食生活全般について見直す。	・お互いの実践の様子を話し合い、良い点を認め合い、継続した取り組みへの意欲を高める。	(観察・チェックカード)

6. 本時の学習

(1) 本時のねらい

- ・今後の健康な生活のために必要なカルシウムの摂取について考えることを通して、食事内容や食習慣の改善をめざし、実践しようとする態度を育てる。

(2) 展 開

過程	学習活動と内容	指導上の留意点および評価		目指す生徒の姿と評価方法	資料
		T 1 (学級担任)	T 2 (栄養教諭)		
導入	<p>○学級のカルシウムチェック表を見て自分たちの実態を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分たちの平均値が低いことに気がつく。 	<p>○食生活をふり返ると、給食をよく食べるようになったが、食生活調査からは気がかりなことがあることを知らせる。理由を説明し、カルシウムの必要性を再認識させる。</p> <p>○この時期のカルシウムの必要量を再確認し、自分たちのカルシウムチェックの結果を知らせ、判定結果が低いことを知らせる。</p> <p>○授業の見通しをもたせる。</p>	<p>○ピークボーンマスのグラフを出して、骨粗鬆症の恐ろしさとこの時期のカルシウム摂取の大切さを伝える。</p>		<p>資料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グラフ 骨の写真 ・カルシウムチェック表
展開	<p>○学級のカルシウムチェック表の平均点をもとに、十分な結果ではなかった原因を考える。</p>	<p>○カルシウムチェック表の平均点が低い原因について、家庭も含めて1日の</p>	<p>○摂取基準を満たすようなカルシウムの取り方を、実際の食品を用いてわかりやすく説明する。</p>		<p>資料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品(実物) ・給食献立のカルシウム量
		<p>めあて : のぞましい食習慣を考えよう ～カルシウムの摂取量を増やそう～</p>			
		<p>よう促す。</p> <p>○出てきた原因をある程度分類してまとめ、提示する。</p>	<p>て献立をつくっていることも伝える。</p>		

	<p>○原因に を、個人さ えて、発表</p> <p>学び合い：必要なカルシウム量を取るための改善方法を考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人で改善方法を考えてみる。 ・各グループごとに課題を決め、話し合っ てボードに記録する。 ・T2の説明も参考にし、より具体的な改善方法を話し合う。 ・全体で発表する。 	<p>的で自分たちに実践できるものを提案するよう伝える。</p> <p>○生徒の発表した改善方法について、助言する。</p>	<p>【知識・理解】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・望ましいカルシウム摂取ができる食事内容や食生活をするための方法を理解している。 <p>(発言・話し合いの観察・発表ボード)</p> <p>【思考・判断 ・実践】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康的な生活習慣の確立に向けて、栄養やその摂取の機会や食習慣の改善方法を考え、具体的な課題解決のための実践目標をたてている。 <p>(ワークシート)</p>	
<p>ふりか えり</p>	<p>○自己チェ らい、自 取について各自でふり返り、具体的な課題解決のための実践目標をたてる。</p> <p>食生活で必要なカルシウムを取るための自己実践目標を立てよう</p>	<p>ることを促す。</p> <p>○ある日の昼食調査結果について触れ、給食が無くなる卒業後の食生活が懸念されることも伝え実践を促す。</p> <p>○プライバシーにも配慮する。</p> <p>○発表についてコメントする。</p>	<p>○未来の望ましい食習慣への展望と願いを伝える。</p>	<p>【関心・意欲 ・態度】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の食生活の課題に関心をもち、改善の必要性を感じ、実践に向けて意欲をもっている。 <p>(ワークシート)</p>

	<p>・「チャレンジウィーク」について話を聞き、実践目標を記入する。</p>	<p>○本時の活動を振り返って評価するとともに、家庭での自主的な働きかけや、今後の自分での取り組みに励ましの言葉をかける。</p>			
--	--	---	--	--	--

(3) 授業研究の視点

- ①自己の実践目標をより具体的に設定するため、配慮して編成したグループでの活動は有効であったか。
- ②カルシウム摂取方法について栄養教諭の専門的な立場からのアプローチの仕方は有効であったか。

望ましい食習慣を考え、カルシウム摂取量を増やそう！

3年（ ）組（ ）番 名前（ ）

☆食生活に必要なカルシウムを取るため食生活を見直し、自分自身で取り組める具体的な実践目標をたてよう！

--

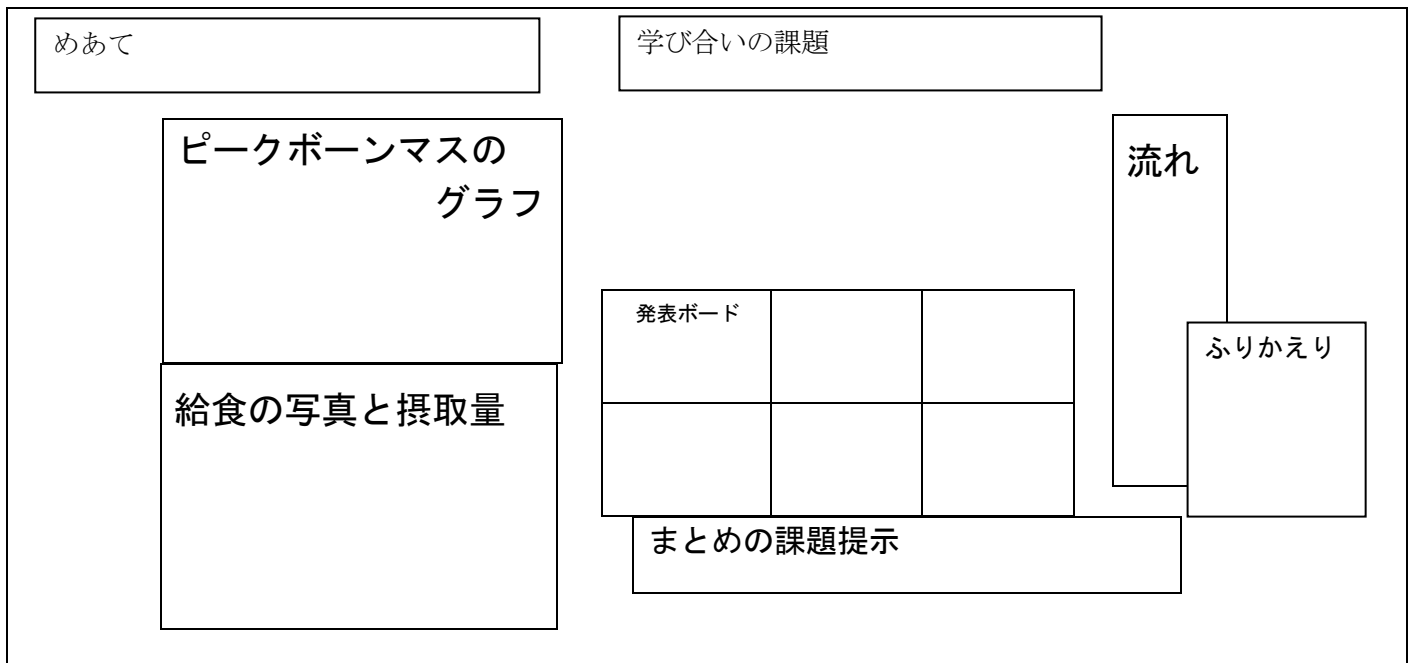
今日の授業を終えて(感想)

--

CHALLENGE WEEK *目標（ ）

取り組み日	土	日	月	火	水	取り組みの感想
チャレンジ						
取り組み日	木	金	土	日	月	
チャレンジ						

板書計画



ホワイトボード

