

第1学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 たのしいきゅうしょく

2 ねらい

自分たちが食べる給食は、それを準備してくださっている調理員さんたちの力があつてのことだということに気付き、自分たちが給食当番としておこなっていることが、調理員さんたちの仕事がスムーズに行えるように協力するための活動になることを理解し、よりよい活動にするために、めあてを決めて実践していくことができるようにする。

3 食育の視点

○給食に関わっている人たちに感謝の気持ちを持つ。

○食事を準備することや、後かたづけをすることの大切さに気づき責任を持って活動していこうとする態度を身につける。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 給食について知っていることや、楽しいことを発表する。	・給食について、知っていることを話したり聞いたりすることで不安よりも楽しいことが多くなるようにさせる。
2 他学年の行っている給食の準備や、後かたづけについて事前にとっておいたビデオを見る。	・これから始まる、給食についてただ食べるだけでなく準備や後かたづけ、盛りつけ方法なども自分たちでおこなう様子をビデオを見ることで知り、給食についての興味や関心をもたせる。
3 給食を始めるためには、どんな当番や係が必要なのか考えて決める。	・他学年の様子を参考に、自分たちがおこなう給食活動に必要な当番や係について積極的に考えさせる。
4 給食室の準備や片づけの様子をビデオでみる。	・自分たちがおこなう活動が、保健衛生面だけでなく、給食を作ってくださっている調理員さんたちの仕事にも影響することに気付きががんばって活動しようとする意欲を持たせる。
5 自分なりの目標を決めて、食生活学習教材低学年用の7ページに約束を書く。	・給食に対して自分なりの目標を決め意欲を持って取り組むように支援する。

第 1 学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 がっこうきゅうしょくについてしろう

2 ねらい

給食室や調理員の様子を知り、学校給食への関心を高め、感謝の気持ちをもって食べることができる。また、いろいろな食べ物を残さず食べようという意欲を高め、実践する。

3 食育の視点

給食に関わっている人たちの思いを知り、何でも食べることの大切さを理解して、いろいろな食べ物を残さず食べようとする。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 学校給食は好きかどうか話し合い、その理由を発表する。 ・好きーおいしい、楽しい ・嫌いー嫌いな食べ物が出る、量が多い、食べることがおそい	・毎日の給食を振り返り、発表させる。 ・素直な意見が出るような雰囲気にする。
2 給食室でどのように給食をつくっているか知る。 （１） 学校探検の中で、給食室がどこにあったか思い出す。 （２） 給食は誰が何人でつくっているか。 （３） 給食ができるまでを知る。	・給食室の中はどうなっているか、給食はどのようにして誰がつくるのか、関心が高まるようにはたらきかける。 ・給食室で働く調理員の様子を写真やビデオで見せて給食に興味をもたせる。
3 今日の給食に、いくつ食べ物が入っているか知る。	・給食では、多くの食品を食べていることに気付かせる。
4 栄養士や調理員がどのような気持ちで給食をつくっているか思いを知る。	・元気な体がつくれるように献立を考え、おいしく安全な給食をつくっていることを伝え、「残さず食べる」「ありがとう」の気持ちをもてるようにはたらきかける。
5 本時の学習を振り返り、残さずなんでも食べる意欲をもつ。 ・自分のがんばれそうなことを発表する。	・残さず給食を食べた日は食生活学習教材 4～5 ページの○一つに色をぬることを伝え残さず食べることへの意欲化を図る。

第1学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 たべもののなまえをしよう

2 ねらい

日ごろよく食べている食べ物の名前や形を知り、いろいろな食べ物を食べることが健康につながることを理解する。また、野菜のできている様子を知り食べ物に興味をもつ。

3 食育の視点

○食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解するとともに、いろいろな食べ物の名前や形が分かる。

○学校給食にでる食べ物の名前が分かり、食べ物に興味・関心をもつ。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 本日の給食の材料について知る。 (1) 材料の絵カードを見て、発表する ・主食 ・牛乳 ・おきなおかず ・小さいおかず ・デザート 2 食生活学習教材 8～9 ページを使って食べ物の名前とはたらきについて知る (1) 食べ物の名前を知り、絵と食品の名前を線で結ぶ。 (2) 食べ物には、3つのはたらきがあることを知る。 ・ねつやちからになる食品 ・ちやにくやほねになる食品 ・からだのちょうしをととのえる食品 3 野菜の名前とできている様子を知る。 ・食生活教材 10 ページに野菜シールをはり野菜のできている様子を知る。 4 本時の学習を振り返り、どんなことが分ったか発表する。	・献立ごとに、絵カードで材料を示し、いろいろな食べ物の名前や形に興味をもたせる。 (使用する食材の現物を見せてもよい) ・給食には、いろいろな食べ物が使われていることを理解させる。 ・絵と名前を線で結び食べ物の名前を理解させる。 ・3つのはたらきがあることやそれぞれに属する食べ物についてふれる。 ・野菜嫌いの児童が多いことをおさえる。 ・学習教材 10 ページの野菜の絵カードを黒板にはり、色や形を見せながら、名前を知らせる。 ・野菜のできている様子を考えさせ、野菜に興味をもたせる。 ・食べ物には、名前がついていて、いろいろなはたらきがあることを確認させる。

第2学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 はしを正しくもとう

2 ねらい

はしの正しい持ち方を知り，はしを使って上手に食事をすることができるようにする。

3 食育の視点

食事のマナーを身に付け，みんなと気持ちよく会食をすることができる。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 食事の仕方は大きく分けると，「手で食べる」，「はしを使う」，「フォークやナイフを使う」の3通りになり，日本人は昔からはしを使ってきたことを知る。 2 自分はどんなはしの持ち方をしているか知る。 ・ 班に分かれ、はしの持ち方を比べる。 3 はしの正しい持ち方を知る。 (1) 鉛筆を持つように1本持つ。 (2) はし先を動かす練習をする。 (3) もう1本を親指の付け根に置く。 (4) 下のはしを動かさずに，上のはしを動かす。 (5) 上のはしを動かしてはし先をあわせる。 4 はしの正しい持ち方を練習する。 (1) 正しい持ち方で，大豆をはさむ。 (2) 大豆を皿から皿に移す。 (3) 豆つかみゲームをする。 ・ はしを正しく持ち，1分間にいくつ豆が，皿から皿に移せるか競う。 5 はしを正しく持つことができるようになると，食べ物をはさんだり切ったりすることができるようになることを知り，家庭や学校で練習しようとする意欲をもつ。	・ はし，フォーク，ナイフを示し、世界では食事のときに使うものが違うことを知らせる。 ・ はしを人数分用意して持たせ，いろいろなはしの持ち方をしていることに気付かせる。 ・ はしの正しい持ち方の模型を使って，正しい持ち方を知らせる。 ・ 自分の持ち方が正しいか確認させる。 ・ 班にはしを正しく持っている児童がいるときは，手本にする。 ・ 大豆20粒と2枚の皿を人数分準備する。 ・ 正しい持ち方をしていない児童を机間指導する。 ・ たくさんつかめても，はしを間違っって持っていてはいけないこと伝える。 ・ 家庭や学校で，食事のときにはしの正しい持ち方を練習することを伝える。 ・ はしの正しい持ち方の資料を家庭へ配布し，家の人に伝えるように話をする。

第2学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 へんしんする食べものについて知ろう

2 ねらい

○給食でつかわれている食材の名前や形を知る。

○魚・牛乳・大豆・肉からできている食べ物には何があるか知る。

3 食育の視点

いろいろな食品の名前や形、あるいはその食品からできている加工食品を知り、食品に興味・関心をもつ。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 給食の食材について知る	・給食献立から食品を用意し、名前や形に興味をもたせる。 ・何の食材からできているか、どこでとれるのかを考えさせる。
2 本日の学習課題を知る。 ・実際の食品を見て、どこでとれるか、あるいは何からできているか予想する。	・1つの食材から形を変えて様々な食品ができていくことについて学習することを知らせる。 ・実際の食品や絵カードを用意し、児童が連想しやすいようにする。
3 食べ物が形を変え、どんな食品になるか考える。 （1）魚・肉・牛乳・大豆からできるものには何があるか考える。 （2）4～5人のグループに分かれ学習プリントから形を変えてできる食べ物を選び、意見を記入する。 （3）仲間分けした食品について発表する。	・主に血や肉になる食品について考えさせる。 ・魚・牛乳・大豆・肉からできている食べ物には何があるか考えさせる。 ・机間指導をし、グループの考えが深まるように支援する。 ・絵カードを黒板に貼らせて発表させる。
4 栄養士のお話を聞く。 （1）仲間分けした食品の答えを聞く。 （2）加工食品についての話を聞く。	・自分の考えと比較して絵カードで確認しながら正解を聞かせる。 ・血や肉になる食品以外の加工食品と加工食品のよい点についての話も聞かせる。
5 学習プリントに分かったことや思ったことをまとめ、発表する。	・2，3名指名して感想を発表させる。

第3学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 おやつについて考えよう

2 ねらい

おやつに含まれる砂糖や油・塩の量と食べ過ぎによる弊害に気づき、望ましいおやつの食べ方を実践することができる。

3 食育の視点

おやつの役割を知り、健康に過ごすためには質と量を考えることが大切であることが分かる。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 日頃食べているおやつについて発表する。	- 発表結果から、どんなおやつが多いか表示する。 - 甘いもの・清涼飲料・スナック菓子などが多いことに気づかせる。 「おやつ」という名前の由来を紹介する。 - おやつを食べる理由を発表させ、役割について考えさせる。 - 楽しみ - 三度の食事で不足する栄養素を補う。 - 必ず食べなければならないものではない。
2 おやつの役割を考える。 ・ 楽しくなる。 ・ 元気が出る。 ・ 空腹を満たす。	
3 おやつに含まれる砂糖・油・塩について知る。 (1) ジュース・スポーツ飲料には砂糖が多く含まれている。 ・ 含まれるさとうの量を予想して量りだす。 (2) スナック菓子には油・塩が多く含まれている。 (3) とりすぎるとどうなるかを考える。 ・ 太りやすくなる。 ・ 病気になる。 ・ 虫歯になる。	・ 実物を見せ、砂糖の量を予想させる。 ・ 実際に砂糖を量らせることで、含まれる量の多さをわからせる。 ・ スナック菓子の実物を見せ、食べている時の手のべたつきや飲み物が欲しくなることなどを思い出させる。 ・ 含まれる油と塩の量を用意して見せる。 ・ 好きなように食べてよいと考えさせる。 ・ 一日にとってもよい砂糖・油・塩の量を示し、とりすぎによる弊害を考えさせる。 ・ 砂糖・油・塩は料理にも使われることを付け加える。
4 おやつの上手な食べ方を考える。 ・ 食べる時間 ・ 食べる量 ・ 内容 ・ 組み合わせ	・ おやつは補食であり、基本は食事であることをおさえる。 ・ おやつを食べ過ぎた時の夕飯の様子を思い出させる。 ・ 手作りのよさを知らせ、お菓子だけでなく野菜や果物も望ましいおやつであることを紹介する。 ・ 単品でなく、内容によっては組み合わせて食べるとよいことも付け加える。
5 今日の学習でわかったことや思ったことをワークシートに書く。	・ 食生活学習教材 P12～P14 を参考にする。 ・ 上手なとり方を実践できるように自分なりのめあてを考えさせる。

第3学年 特別活動（学級活動）指導例

1 主題名 食べものはたらきを知ろう

2 ねらい

○食品は働きによって3つのグループに分けることができることを知る。

○栄養のバランスに気をつけた食事が、健康な体づくりに大切であるということに気づく。

3 食育の視点

望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を育てる。

4 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 毎日食事を食べる理由を考え、食べものはたらきを知ろうという課題をつかむ。 2 食品のはたらきについて考える。 (1)食品は、そのはたらきによって3つのグループに分かれることを知る。 (2)各グループに属する食品を知る。 ・本日の給食を例に、使用されている食品を3つのグループに分ける。 ・考えを発表する。 ・正しい分け方を知る。 (3)給食には3つのグループの食品がバランスよく含まれていることに気づく。 ・学習プリントに本日使用された食品を3つのグループに分けて記入する。 3 毎日の食生活で自分の目標を考え学習プリントに記入する。	・児童が発表した意見を板書する。 ・食品のはたらきにより3つのグループに分ける。 ①おもに体を動かすエネルギーになる食品（黄色） ②おもに体をつくる食品（赤色） ③おもに体の調子をととのえる食品（緑色） ・三色列車を紹介する。 ・3つのグループがそろわないと元気にならないことを知らせる。 ・本日の給食で使用されている食品を絵カードで紹介する。 ・給食には他種類食品が使用されていることを紹介する。 ・給食を残さず食べると健康な体になることを気づかせる。 ・考えが浮かばない児童には、給食時間にどうするとよいかを考えさせるなど、助言する。