第３学年　　学級活動学習指導案

平成２７年１１月９日（月）　　　　指導者　（Ｔ１）担任　　（Ｔ２）栄養教諭

１　題材名　「お魚も大好き！！」

２　目標

　○　魚と肉のそれぞれのよさに気付き，バランスよく食べようとする意欲をもつことができる。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　　　　 （関心･意欲･態度）

　○　自分の食生活を見直すことができる。　　　　　 　　　　　(思考・判断・実践)

　○　魚と肉のそれぞれのよさを知り，バランスよく食べることが大切であることを理解することができる。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（知識･理解）

３　食育の視点　文部科学省「今後の学校における食育の在り方について」（平成25年12月）より

1. 食事の重要性（食事の重要性，食事の喜び，楽しさを理解する。）
2. 心身の健康（心身の成長や健康の保持増進の上で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身に付ける。）

1. 食品を選択する能力（正しい知識・情報に基づいて，食物の品質及び安全性等につい

　　　　て自ら判断できる能力を身に付ける。）

４　指導計画

事前　リザーブ給食の希望調査（６月実施）

本時　「お魚も大好き！！」

同じ赤の食品グループの魚と肉でも，それらに含まれる油の成分の違いやそれぞれのよさを知り，赤の食品グループの肉ばかり食べるのではなく，バランスよく食べようという思いをもてるようにする。

事後　給食時間には，継続的に上手な魚の食べ方の確認をしたり，魚のよさを伝える声かけを継続したりして，抵抗なく魚を食べられるよう励まし支援する。

５　指導上の立場

(1)　題材について

本題材は，小学校学習指導要領特別活動編の内容「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」より設定したものである。心身共に健康な体をつくるためには，好き嫌いなく，バランスのよい食事をとることが大切である。しかし，魚より肉を好む児童は圧倒的に多い。そこで，魚と肉をバランスよく食べないと体にどのような影響があるのかを理解することによって，苦手な魚を食べようとする児童や，魚と肉のバランスを考えて食べようとする児童を育てたい。

授業の中では，魚の油と肉の脂の特性を生かした様々な実験をしたり，魚と肉のよさを知ったりすることを通して，児童に今後の食生活を考えさせたい。また，魚を上手に食べる方法を指導することにより，魚への抵抗感を減らすきっかけをつくっていきたい。

(2)　児童の実態

本学級の児童は毎日の給食をとても楽しみにしており，よく食べ，残菜はほとんど

ない。業間休みには，「今日の給食は何だろう。」や「だしのいいにおいがする。」などと，給食をとても楽しみにしている姿が見られる。係活動では，給食のあいさつ前にその日の献立やおすすめメニューを聞くこと，給食中には，給食クイズが出題されることを楽しみにしている。「なすがとろけておいしい。」「今日はシンプルな味で野菜の味がよく分かるね。」などと味わって食べている児童が多い。しかし，肉のメニューの時とは打って変わって，魚のメニューになると，おかわりをする児童が少なかったり，量を減らしたり，食べるスピードが極端に遅くなったり，箸が止まったりと違いが顕著に表れる。味や香り，骨が苦手で，魚を嫌がる児童が多い。肉料理と魚料理のどちらかを選ぶリザーブ給食の希望調査結果では，肉料理を選択した児童が89％であった。好き嫌いをしてはいけないことは分かっているが，主菜で魚か肉かとなると断然肉を選択する児童が多い。そこで，栄養教諭の話を聞いたり，実験で魚と肉の特性を知ったりする中で，肉だけでなく魚もいっぱい食べていこうという思いをもつことができるようにしたい。

(3)　研究とのかかわり

本校の研究主題「学校・家庭・地域の連携を深め，共に学ぶ私たちの食と健康」に迫るために，中学年の食に関する指導の目標「健康に過ごすことを意識して，いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする子ども」に重点を置き，食育の視点を次のようにとらえ，手立てを考えた。

①食事の重要性…魚と肉それぞれのよさに興味をもち，魚料理も肉料理も楽しむ。

②心身の健康…いろいろな食品に親しみをもち，嫌いなものでも食べようという意

欲をもつ。

③食品を選択する力…魚と肉のそれぞれのよさを理解し，肉に偏った食事ではなく，魚も食べることの重要性が分かる。

＜リザーブ給食希望調査結果の活用＞

リザーブ給食の希望調査結果を知り，食生活を振り返る場面をつくることにより，児童が自分の問題として興味をもって考えることができるようにする。

　　＜栄養教諭との連携＞

栄養教諭から専門性を生かした食に関する話を聞くことで，食品や給食への興味関心を高めるようにする。さらに，実際に調理に携わっている栄養教諭が魚の油と肉の脂の実験を披露し，その働きの違いについて知らせることで，同じ赤の食品グループでも，それぞれのよさがあることに気付き，苦手なものでも食べようとする態度を育てていきたい。

＜食べ物に親しむ工夫＞

「魚と肉のあぶらクイズ」をするときに，違いをよく見る，手で触る，香りを嗅ぐなどと様々な感覚を使ってあぶらの違いに注目することができるようにする。また，魚の食べ方を指導することで，魚への抵抗感を減らしたり，興味をもって食べたりするきっかけをつくりたい。

　　＜家庭との連携＞

　　　　学年便りで，家庭でも魚から骨を取ったり，身をほぐしたりという体験ができるような機会を作ってもらうように伝え，家庭と学校で食の学びを共有することができるようにする。

６　本時案

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 目　標 | 魚と肉のそれぞれのよさを知り，どちらもバランスよく食べる意欲をもつことができる。 | |
| 学習活動 | | 指導上の支援と工夫 |
| １　本時のめあてを知る。  魚と肉のことをもっと知ろう。  ２　魚と肉のあぶらクイズをする。（常温）  ３　魚と肉のそれぞれの特性を知る。  ４　魚の上手な食べ方を知る。  ５　グループで実際に魚の身を骨からはずす。  ６　本時のまとめをする。 | | ○　事前に実施したリザーブ給食の集計結果を提示することで，本時のめあてをつかむことができるようにする。その時，魚も肉も同じ赤の食品グループであることの確認もする。  　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（Ｔ１，Ｔ２）  ○　栄養教諭とともに「魚それとも肉？さあどっちクイズ」をすることを知らせ，楽しく学習する意欲をもつことができるようにする。（Ｔ１，Ｔ２）  ○　見る，触る，臭うなどして，様々な感覚を使い，魚の油か肉の脂かグループで協力して考えることで，魚や肉に興味をもって学習することができるようにする。（Ｔ１）   * 栄養教諭の話を聞いたり，具体物を使ったりすることによって，興味をもって魚や肉のそれぞれのよさを知ることができるようにする。（Ｔ１，Ｔ２）  |  |  | | --- | --- | | 魚  <魚の油>  ①冷蔵庫に入れると  ②（体温に近い）３６℃に温めると  →冷たくても温かくても固まらない  <魚の利点>  ①頭がよくなる。（DHA）  ②目がよく見えるようになる。  ③歯や骨を丈夫にする。  ④血管の掃除をして，血液さらさら  ビニルチューブを血管に見立てて，油を流しておいた物を見せながら説明する。 | 肉  <肉の脂>  ①冷蔵庫に入れると  ②（体温に近い）３６℃に温めると  →冷たくても温かくても固まっている  ※血管がつまってしまう恐れ  <肉の利点>  ①集中力や記憶力を高める。  ②風邪を引きにくくする。  ③体力を増強する。  ④疲れを取る。  ビニルチューブを血管に見立てて，脂を流しておいた物を見せながら説明する。  煮たり蒸したりすれば脂を落とすことができる。  煮る・・・40％オフ  蒸す・・・60％オフ  焼くなら網焼きがよい。 |   ○　魚と肉は，同じ赤の食品グループでも，それぞれよいところがあるので，魚も肉もどちらも食べた方がよいことに気付くことができるようにする。  ○　栄養教諭の話を聞いたり，具体物を見たりしたことで分かったことや感想を述べ，学んだことを共有できるようにする。  ○　事前に行ったアンケート結果から，魚の骨が原因で嫌いになった児童が多いことを伝え，上手な魚の食べ方を知り，苦手意識をもつことなく食べることができるようにする。（Ｔ２）  ○　実際にグループで協力しながら魚(さんま)を骨から外す体験をすることで，次から魚を食べようとする意欲につなぐことができるようにする。（Ｔ１，Ｔ２）  ○　今日の学習の感想や分かったことを発表することで，本時のまとめとする。（Ｔ１）  　・同じ赤い食品グループでも役割が違うことが分かりました。  　・お魚が嫌いだったけど，お肉もお魚も体にいいので，残さず食べようと思いました。  　・魚の骨の取り方が分かったので，次からは残さず食べたいです。  　・魚の油は体によいので，もっと魚も食べようと思いました。  　・３日後の給食のさんまは，上手に身を取って食べたいです。  　・おうちの人に魚を買ってもらって，骨の取り方を練習したいです。 |
| 評価の観点 | | 肉と魚のそれぞれのよさを知り，バランスよく食べる意欲をもつことができたか。　　　　　　【関・意・態】（発言・観察） |