

5 参考資料

(3) 栄養教諭と学級担任との連携例

ア 学習指導案①（小学校第3学年）

実態調査によると、小学校では、栄養教諭による食に関する指導が行われているとの回答が 92% でした。家庭科との連携が最も多いですが、次に多かったのが、特別活動の時間における連携でした。この授業は、食に関する専門性の高い栄養教諭と学級担任とが連携して授業を行った例です。

「各教科・領域における食育との関連項目一覧表（小学校）」では、この授業は下記の項目に該当します。

| 特別活動 | | |
|--------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 教科・領域 | 新学習指導要領 | 現行学習指導要領 |
| 特別活動 | 2 (2) ア 基本的な生活習慣の形成 | 2 (2) イ 基本的な生活習慣の形成 |
| [学級活動] | 2 (2) ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成 | 2 (2) カ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成 |
| | 2 (2) エ 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 (2) キ 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 |

「各教科・領域における食育との関連項目一覧表（小学校）」から抜粋

小学校第3学年 学級活動学習指導案

1 題材名 のみもののひみつをしろ！

学級活動(2)「キ 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 題材設定の理由

(1) 題材について

児童が学校で口にする飲み物は、お茶や牛乳だが、家庭では様々な飲み物を飲むことが予想される。その中には、砂糖が大量に入った果汁飲料や炭酸飲料水なども含まれるであろう。砂糖は体内に素早く吸収され、エネルギー源となったり、疲れを取ったり、その甘みから気持ちを落ち着かせたりするなどの働きがある。しかし、とり過ぎると虫歯になったり、太ったり、生活習慣病になるなど、体に悪影響を及ぼすこともある。菓子に含まれる砂糖は気付きやすく控えることもできるが、清涼飲料水に含まれる砂糖は気付きにくく、大量に摂ってしまうことが多い。生活習慣病にならないように、清涼飲料水の飲み方や砂糖の働きについて関心を持たせ、とり過ぎないようにさせることが重要だと考え、本題材を設定した。

(2) 児童の実態について

学習するに当たり、児童が日頃どのようなものを選んで飲んでいるのかを知るためにアンケートを採った。結果を見るとお茶や水を飲む児童が多いが、清涼飲料水が好きだと答えた児童が8割いて、中には清涼飲料水を毎日飲んでいる児童もおり、清涼飲料水に含まれる砂糖の量を理解している児童は少ない。また、糖分が多い飲み物をとり過ぎることが、体にどのような影響を及ぼすかについての理解や意識は低いと思われる。

指導に当たっては、専門的な立場から「清涼飲料水（ジュース）の飲み方」について指導してもらうために、栄養教諭とのTTを行う。清涼飲料水がどのようなものからできているかを予想させ、成分表示から砂糖が使われていることに気付かせる。次に、よく飲んでいる清涼飲料水を飲み比べさせ、どれくらい砂糖が入っているかを予想させる。角砂糖を使い砂糖の量を理解させ、清涼飲料水に含まれる砂糖の多さに気付かせ、清涼飲料水を飲み過ぎないようにするにはどうすればよいかを考えさせたい。授業後には、事後の活動として摂取量を自分で設定し「ドリンク日記」を付けさせて実践力を育てたい。

3 食育の視点

砂糖に含まれる栄養素やその働き、とり過ぎによる害が分かり、飲み物の種類や量を考えてとろうとする態度を育てる。(心身の健康)

4 事前の活動

| 児童の活動 | 指導上の留意点 | 評価(・)評価の観点【】 |
|--------------|-------------------------------------|--|
| ○アンケート調査をする。 | ○よく飲んでいる飲み物についてアンケートを行い、児童の実態を把握する。 | ・日頃、自分がどんな飲み物を飲んでいるのか振り返ることができている。 【関心・意欲・態度】 |

5 本時の計画

(1) 本時の目標

○市販の飲み物に含まれている砂糖の量が分かる。【知識・理解】

○砂糖の1日分の摂取量の目安を基に、とり過ぎないようにする方法を考え実践しようとする意欲をもつ。【関心・意欲・態度】

(2) 展開

| 過程 | 学習活動 児童の予想される反応(・) | 教師の指導・支援 | | 評価(・)評価の観点【】 |
|---|---|--|---|---|
| | | T 1 担任 | T 2 栄養教諭 | |
| 導入 | 1 アンケートの結果を知る。 2 清涼飲料水はどんなものからできているか予想する。 ・砂糖、水、果汁 3 めあてをつかむ。 | ○児童がよく飲んでいるジュースを見せる。 ○ジュースの味から何の材料で作られているか予想させる。 | ○自己紹介をする。 ○ジュースの原材料を拡大したものを見せ、砂糖について考えることを知らせる。 | |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> ㊦ さとうのはたらきについて知り、のみものとり方を考えよう。 </div> | | | | |
| 展開 | 4 よく飲んでいる清涼飲料水にどのくらい砂糖が入っているかを考える。 ・3種類の飲み物を飲み比べて、砂糖が少ない順に並べる。 ・それぞれの飲み物に砂糖がどれ位の量、入っているのかを知る。 | ○近くの友達と考えさせた後、発表させる。 ○砂糖の多さを考えながら飲み比べるように伝える。 ・スポーツ飲料 ・果汁飲料 ・カルピスウォーター | ○角砂糖を使って飲み物の砂糖の量を提示し、正解を伝える。 ○砂糖の1日分の摂取量の目安を伝え、砂糖を適量とることの大切さを伝える。(1日20グラム未満) | 市販の飲み物に含まれている砂糖の量を知る。【知識・理解】 (ワークシート・観察) |

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| | <p>5 栄養教諭の話聞き、砂糖を適量とることの大切さを知る。</p> <p>○砂糖をとり過ぎると体はどうなるのか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・虫歯になる。 ・太りやすい。 <p>○砂糖にはどんな働きがあるか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・元気になる、疲れを取る。 ・体や頭のエネルギーになる。 <p>○ワークシートに記入する。</p> | <p>○砂糖のとり方について考えさせる。</p> <p>○近くの友達と考えさせた後、発表させる。</p> | <p>○砂糖のとり過ぎの弊害を知らせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・虫歯になりやすい。 ・太りやすい。 ・病気になりやすい。 <p>○砂糖の働きについて知らせる。</p> | |
| <p>㊦ さとうはエネルギーのもとになるが、とりすぎると体によくない。</p> | | | | |
| 終末 | <p>6 今日の学習を振り返り、飲み物のとり方に対する目標をワークシートに記入し話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジュースばかり飲まない。 ・砂糖が入った飲み物を毎日飲まないようにする。 ・一本(500ml)一気に飲むのではなく分けて飲む。 ・一日に飲む量を決めておく。 ・ジュースを飲む日を決める。 ・お茶を飲む。 | <p>○砂糖をとり過ぎないための、飲み物のとり方に対する目標を考えさせる。</p> <p>○近くの友達と意見交換させる。</p> <p>○一週間ドリンク日記を付けることを知らせる。</p> | | <p>砂糖の1日の摂取量の目安を基に、ジュースを飲み過ぎないための方法を考え、実践しようとしている【関心・意欲・態度】(ワークシート・観察)</p> |

6 事後の活動

| 児童の活動 | 指導上の留意点 | 評価(・) 評価の観点【】 |
|------------------------|---|-----------------------------|
| ○昨日を振り返って「ドリンク日記」を付ける。 | ○友達同士で取組を確認し合う場面を設け、互いの頑張りを認め励まし合いながら実践の継続化を図る。 | ・自分で決めた目標を実践している。【思考・判断・実践】 |