

芥川小学校 5年家庭科 学習指導案

指導者 高槻市立芥川小学校 今岡 恵子
高槻市立第二中学校 榊田 由紀子

1. 日時 平成25年10月30日(水)
第5校時(14:00～ 14:45)
2. 学年・組 第5学年1組(男16名 女14名 計30名)
3. 場所 高槻市立芥川小学校 5年1組教室
4. 題材名 自分の食事を考えよう

5. 単元の位置づけ

◇児童観

5年生から家庭科の学習が始まり、多くの児童が意欲的に取り組んでいる。家庭科は調理や製作など楽しい実習もたくさんあり、子どもたちにとって好きな教科のようだ。調理や製作は普段から家庭で取り組んでいて得意な子どももいれば、手先が器用でなく苦手と感じている子どもがいたり様々であるが、授業の中で子どもたち同士で教え合い学ぶ姿が多く見られた。実習や活動の前には、計画をして取り組む姿も見られた。

家庭環境が安定している子どもが多いが、朝食を食べてきていない、塾があるため寝るのが遅いなど体の成長のために好ましくないことが日常生活で起こっており、衣食住に関する基本的生活には課題がある。

◇教材観

5年生に入ってから調理実習は2回行っているが、食品について考えたり、体内に入った食品がどういう働きをしているかなどの学習は今回の題材が初めてとなる。給食指導などで習ったこともあるが、今回の学習を通して、さらに食品の3つの働きについて理解し、自分でバランスのとれた食事をとるようになってほしい。五大栄養素については詳しくは中学校で学ぶことになる。

家庭科の時間に習ったことを家庭で活かしたり、家族の中で役立てようと動く態度や行動があまり出ていない。多くの子どもたちにとって、家庭科の授業で習ったことが、家庭で活かされるように考えながら取り組めるようにしていきたい。また、今回の学習によって、自分の日常生活を見直し、自分の体のことを考えるとともに、生活をよりよくする力をつける機会になればと思う。

◇指導観

「食べる」ということは、人間が生きていくために必要である。今、成長段階の小学生の高学年の子どもにはバランスよく食べることや規則正しい生活を送ることがどれだけ自分の体にとって大切かを学ばせたい。これから中学生になったとき、クラブや習い事など今よりもっと忙しい生活を送ることになるだろう。自分で考えて行動し、家族の一員として生活をよりよくする工夫が出来るように栄養を考えて、食事をとることや規則正しい生活を送るような子どもたちに育ててほしいと願っている。

6. 題材目標

- ◇毎日の食事や使われている食品に関心を持ち、バランスを考えた食事をしようとする。
- ◇食品の栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心をもつ。

7. 評価規準

家庭生活への 関心・意欲・態度	生活を 創意工夫する能力	生活の技能	家庭生活についての 知識・理解
<ul style="list-style-type: none">○ 食事に含まれる栄養素が体の成長や活動のもとになっていることに関心を持っている。○食品をグループに分けることなどを通して、食品の栄養的な特徴や組み合わせに関心を持っている。	<ul style="list-style-type: none">○食品に含まれる栄養を考え、自分の食生活の改善策を見つけて自分なりに工夫したりしている。	<ul style="list-style-type: none">○栄養や食事の役割や日常の食事の大切さについて理解したことを発表し、生活に活かすことができる。	<ul style="list-style-type: none">○3つのグループの食品を組み合わせることにより、栄養のバランスがよい食事になることを理解している。

8. 単元の指導計画（評価規準） 全3時間

時間	主な学習計画	指導上の留意点	評価規準
第1次 (1時間)	<ul style="list-style-type: none"> 身近な給食の献立を例に出し、食品に含まれる栄養素の体内での主な働きについて考える。 	<ul style="list-style-type: none"> 給食の献立では、多くの食品が使われていることに気付くようにする。 食品に含まれる栄養素を体内での働きにより3つのグループに分けられることを理解させる。 	<ul style="list-style-type: none"> 食品に含まれる栄養素が体の成長や活動のもとになっていることに関心を持っている。 【関・意・態】 給食の献立を3つの食品のグループに分類することができる。 【知・理】
第2次 (1時間)	<ul style="list-style-type: none"> 体内に入った食べ物はどのようなのか、「食べ物のゆくえ」を見ながら考え、三色栄養と五大栄養素について知る。 	<ul style="list-style-type: none"> 食品に含まれる五大栄養素と体内での主な働きを分かりやすく板書する。 三つの食品のグループは、栄養素の体内での主な働きにより分類していることを確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> 食品をグループに分けることなどを通して、食品の栄養的特徴や組み合わせに関心を持っている。 【関・意・態】 三色栄養と五大栄養素を理解し、栄養を考えて食事をとる大切さについて理解している。 【知・理】
第3次 (1時間)	<p>【本時】</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康な中学生になるために、今までに習ったことを活用し、改善策を考える。 	<ul style="list-style-type: none"> バランスを考えた食事を楽しくとることの大切さに気付かせるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 食品に含まれる栄養素を考え、自分の食生活の改善策を見つけて自分なりに工夫したりしている。 【創意工夫】 栄養や食事の役割や日常の食事の大切さについて理解したことを発表し、生活に活かすことができる。 【技能】

9. コラボ授業のねらい

○教師二人の役割

本時までに五大栄養素について習ってきているので、今までの学習で習ってきたことの確認は担任が行う。その後、中学校の先生が食生活の乱れている「ある中学生の食生活」の話をする。子どもたちは、今までに習ったことなども踏まえてグループで改善点を話し合う。グループごとに全体の前で発表した後、まとめを教師二人で行う。子どもたちは、今日の授業について振り返りを書く。

コラボ授業を通して、子どもたちは中学生になった自分をイメージ出来るだろう。自分の体を成長させるために、中学に上がったとき、どんなことに気をつけて生活していくと良いのか自分なりに考えられるいい機会にする。

○学力向上

- ・ 家庭学習のあり方検討委員会…「やる気を育てる3つのつくる」より体をつくるためには「十分なすいみん」「適度な運動」「バランスの良い食事」が大切であることを確認する。
- ・ 学習規律の確立検討委員会…「学びに関する評価の観点」より話形を使って発表しようとする（ステップ2）を踏まえ取り組む。
- ・ 学び合う集団作り検討委員会…振り返りカードを活用する。
- ・ 食育部…指導案の検討、カード作りなど共同研究を行い、校区の食育について交流などを行っている。

10. 本時の目標

- ◇食品に含まれる栄養を考え、自分の食生活の改善策を見つけて自分なりに工夫したりしている。
- ◇栄養や食事の役割や日常の食事の大切さについて理解したことを自分の意見を持って発表し、生活に活かすことができる。

11. 本時の展開

	児童の活動	教師の活動	評価の規準
導入	1. 今までに習った食品の三つの働きや三色栄養と五大栄養素の学習をする。	<ul style="list-style-type: none"> ・今までの学習では、どのようなことが分かったか確認する。 ・五大栄養素については中学校で詳しく学習することを伝える。 	
展開	2. 本時のめあてを確認する。	<ul style="list-style-type: none"> ・本時のめあてを掲示する。 	
	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">健康な中学生になるために、食事の改善策を考えよう！</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小学5年生と中学3年生の身長と体重の平均値を知る。 ・ある中学生の告白を聞いて、今まで習ってきたことなどをふまえて、いい点・悪い点をグループで話す。 ・班で話し合いワークシートにまとめる。 ・グループで出た意見を全体に発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小学5年生と中学3年生の身長と体重の平均値を知らせる。 ・「ある中学生の食生活」を読む。 ・ある中学生の告白を聞いて、今まで習ってきたことをふまえて、いい点・悪い点についてグループで話し合いをするように伝える。 ・ワークシートを配る。 ・班で上手に話せていたり、いい意見には机間指導をしながら、子どもの意見を拾い評価をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・今までに習った知識を使って、自分の食生活の改善策を見つけて自分なりに工夫している。 <p style="text-align: center;">【創意工夫】</p> <p style="text-align: center;">ワークシート</p>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・振り返り活動をする。 ・ワークシートに今日の学習を通して振り返りを記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・各班のよかったところを評価する。 ・食生活を整えることが大切であることを話す。 ・三色栄養と五大栄養素の働きについて復習する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養や食事の役割や日常の食事の大切さについて理解したことを発表し、生活に活かすことができる。【技能】 <p style="text-align: center;">振り返りシート</p>

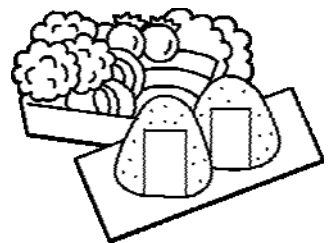
「ある中学生の食生活」

私は、最近体の調子が悪く勉強や運動もやる気が出ません。原因をみんな
で考えてほしいと思います。

先週一週間を振り返ってみると、朝起きるのが遅く朝ご飯を食べている時
間がないのであわてて家を飛び出し、学校に着くととても疲れて授業を聞か
ず、ぼーっとしてしまいます。昼ご飯は、クリームパンとオレンジジュース
を買い、みんなと楽しく食べました。

放課後は、陸上部に入っているのですが、すぐにしんどくなりさぼって家
に帰ることが多くなりました。夜は塾に行くので帰りが遅く、お腹が空くの
で行く前にカップラーメンやお菓子ををついつい食べ過ぎてしまいます。

晩ご飯は、遅い時間からあげ、ハンバーグなどを中心にたくさん食べま
す。ご飯が遅いのでなかなか寝られず、ゲームやテレビを見て12時過ぎに
寝ることが多くなります。好き嫌いが多いので、牛乳は飲まず、野菜はほと
んど食べません。身長や体重も増えていますが、疲れやすく根気が続きませ
ん。



() 班 メンバー ()

栄養素に分類してみよう。

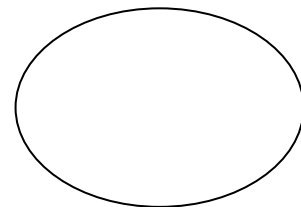
	赤		緑	黄	
	タンパク質	無機質	ビタミン	炭水化物	脂質
クリームパン					
オレンジジュース					
カップラーメン					
からあげ					
ハンバーグ					
野菜					
牛乳					

分類してみて気づいたこと

足りていない栄養素は…

その働きは…

どう改善したらいいでしょう？【例】 からあげの付け合わせにキャベツやトマトを入れる。
また、それはどうしてですか？



文章の中の食生活で栄養素以外に気になることは何でしょう？

自分の生活を振り返って、どのようにしていこうと思いますか？

