

第2学年 学級活動(食育)学習指導案

2020年10月23日(金)5校時
第2学年1組男子15名 女子16名 計31名
指導者

【研究主題】

主体的に取り組む、考える楽しさや上達する喜びを味わうことのできる児童の育成
～健康な体をつくるために～

1 題材名

学級活動(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
「バナナうんちですっきり」

2 題材の目標

知識及び技能	良い便を出す習慣について知ることができるようにする。
思考力, 判断力, 表現力等	排便と、食習慣や生活習慣との関連について考えることができるようにする。
学びに向かう力, 人間性等	自身の排便習慣に関心を持ち、自らの健康な生活についての目当てを立てることができるようにする。

3 題材及び学習活動に即した評価規準

	ア 知識・技能	イ 思考・判断・表現	ウ 主体的に学習に取り組む態度
第一・二学年の評価規準	排便等の生活習慣の改善に取り組む意義を理解すると共に、そのために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	日常の生活や学習の課題について話し合い、自分にとってよりよい解決方法などについて意思決定し、実践している。	自己の身の回りの問題に関心を持ち、すすんで日常の生活や学習に取り組もうとしている。
学習活動に即した評価規準	良い便を出す習慣について知っている。	排便と、食習慣や生活習慣との関連について話し合い、解決方法を友達に伝えようとしている。	自身の排便習慣に関心を持ち、自らの健康な生活についてのめあてを立てようとしている。

4 食育の視点(食に関する指導の目標)

・健康の保持促進には、栄養バランスのとれた食事が必要であることが分かる。(心身の健康)

5 目指す児童像

【知識及び技能】

- ・バナナうんちが良いうんちだって分かったぞ！
- ・どうしたら、バナナうんちがでるのか分かった！



【思考力、判断力、表現力等】

- ・バナナうんちをするために、どうしたら良いのか、考えたぞ！

【学びに向かう力、人間性等】

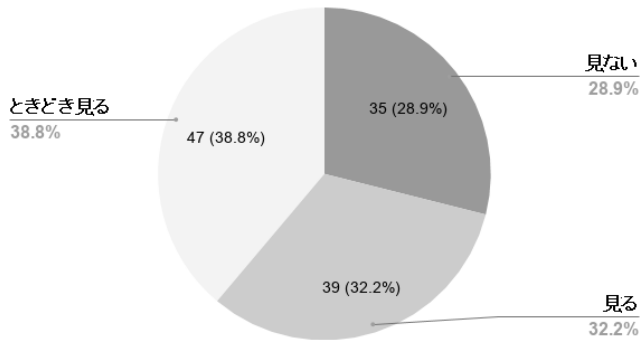
- ・バナナうんちをするために大切なことをすすんで学べたぞ！
- ・明日から良いうんちが出るように、規則正しい生活を心がけよう！

6 児童の実態

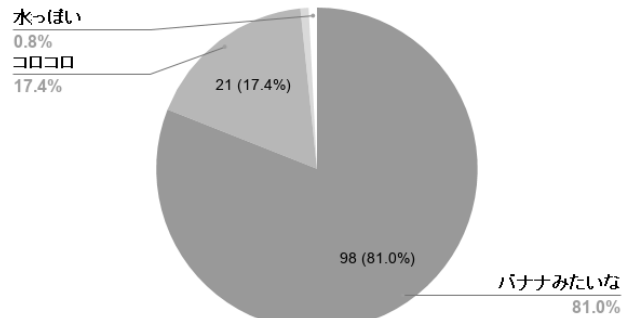
【1】実態調査(事前指導)

本学級は、男子15人、女子16人、計31人の学級である。様々なことに前向きに取り組み、素直な児童が多い学級である。1学期には、トマトやナスの夏野菜を育て、毎日の水遣りを欠かさず、全員が収穫することができた。また、7月に実施した「めざせ、やさいモリモリマン！」の学級活動の時間を通して、「おうちでゴーヤを食べてみたよ。」「苦手なピーマンを食べてみたら、おいしかった！」という声も聞かれた。しかし、いきいきカード(生活習慣チェック表、年間3回実施)の取り組みを見ると、生活リズムが整っていない児童がやや多い。以下は、排便についての2学年(121名)のアンケート結果である。

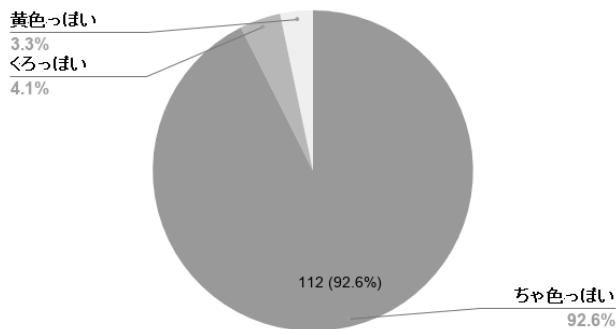
「1. うんちをしたとき、自分のうんちを見ますか。」



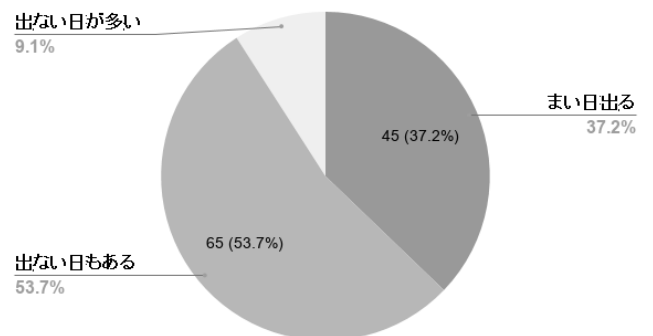
「2. どんなうんちが多いですか。」



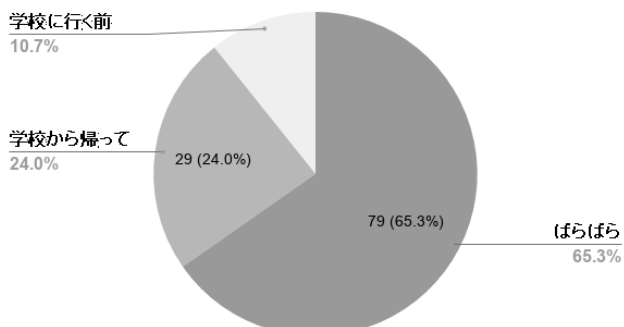
「3. うんちの色はどの色が多いですか。」



「4. うんちは毎日ですか。」



「5. いつうんちをしていますか。」



【2】考察

実態調査の結果、設問1「うんちをしたとき、自分のうんちを見ますか。」では、「毎回見る」と答えた児童は39名(32.2%)いることが分かった。一方、「ときどき見る」「見ない」と答えた児童が82名(67.8%)であり、排便に関しての意識は低いと考えられる。設問2「どんなうんちが多いですか」、設問3「うんちの色はどの色が多いですか。」では、「バナナみたいなうんち」や「茶色っぽいうんち」など、健康的な排便をしている児童が多い。設問4「うんちは、毎日出ますか。」では、「毎日出る」と答えた児童は45名(37.2%)と低い。さらに、設問5「いつうんちをしていますか。」では、「ばらばらな時間に出る。」と答えた児童が79名(65.3%)であり、毎朝排便をしている子は約10%しかいない。このことから、就寝時刻や起床時刻などの生活リズムが乱れていたり、食生活の偏りがあつたりすることが予想される。

排便は生きていく上で欠かせないものであり、便の具合から自分の体調を知ることができる。児童には、排便リズムを整えるために食物繊維を多く含む野菜や海藻類を多く食べるとよいことや、早寝・早起きをして朝ごはんを食べ、朝の排便タイムを確保するという、規則正しい生活を送る必要があること、さらに体を動かすことの重要性を理解させたい。そして学校で学んだことを家庭での生活に活かし、食べるものを意識しながら運動にも心がけ、健康な生活を送ることができるよう実践する児童を育てたい。

7 研究主題にせまるための手だて

2年生・家庭科分科会では、研究主題「主体的に取り組み、考える楽しさや上達する喜びを味わうことのできる児童の育成～健康な体を作るために～」を受けた3つの目指す児童像のうち、「主体的に運動に取り組む児童(学びに向かう力、人間性等)」「よりよい生活のために、工夫を考える児童(思考力、判断力、表現力等)」に主眼を置いて食育の授業を計画した。

1学期には、「旬の野菜は栄養価が高く、食べると体に良いことがたくさんある」ということに焦点を当て、児童の健康な体づくりに迫った。その中で、児童は「夏が旬の野菜や、その体へのはたらき」について知り、今までの自身の食生活を振り返り、これからどのように改善、工夫していくかを考えることができた。

その経験を踏まえ、今回の授業では、誰もがする排便に着目させ、前回の授業で学んだ野菜の摂取はもちろん、それだけでなく、食物繊維の摂取や、規則正しい生活、適度な運動が健康な体づくりに大切なこと、そして、便は健康のバロメーターであることを理解させたい。そして、「どうしたらバナナうんちがでるのか」「自分はどんなことに気を付けたら良いか」を考えさせ、今後の自身の生活に活かす意欲をもたせたい。

主体的に取り組むために

(1) 児童の興味・関心を高める導入

授業の導入として、「動物うんちクイズ」を ICT 機器を用いて行う。児童の興味・関心を高めるとともに、今回の授業はうんちについての授業であることを意識させ、また、それぞれの動物のうんちの様子が違うこと、その違いは食べたものと関係があることに気付かせる。また、児童を対象にして事前にとった「排便に関するアンケート」の結果を提示する。自身の回答が含まれるアンケート結果を用いることで自分事として捉えて考えることができると考えた。

(2) 自分で答えを導き出すことができるヒントカード

どうしたら「バナナうんち」が出るのかを考えさせる時に、自信をもってシェアリングに参加するためにも、まず一人一人に自分の考えをもたせてからシェアリングを行わせたい。しかし、なかなか自分の意見を出すのが難しい児童もいる。そのような児童のために、「つまるくんからの手紙」というヒントカードを用意する。なかなかバナナうんちが出ないつまるくんの困っていることや悪い生活習慣を手紙にして、よい排便ができない理由を認識させることにより、自分の意見が出しやすくなると考えた。

考える楽しさや上達する喜びを味わうために

(1) 効果的なシェアリング方法

今回の学習では、排便について自分事として考えられるように、「個の考えをもつ(ワークシート)」→「グループの友達と考えを伝え合い、自分の考えを広げる・深める」→「学級全体で、考えを共有する」ことができるようにシェアリング計画を立てた。また、授業のまとめでは、自分が立てたためあてを友達に宣言することで、これからの生活に活かそうとする意欲を高めることができると考えた。

(2) 自身の生活に学んだことを活かそうとする意欲が継続するための「うんちでけんこうカード」(事後指導)

授業のまとめで、「健康な体をつくるための排便生活についてのめあて」を立てさせる。今後の生活の中で意識して取り組んでいくと思うが、1時間の授業のみだとその意欲を継続させることが難しい。クラスの中で再度意識付けをしたり、児童自身が日々振り返ったりすることができるような事後指導用の「うんちでけんこうカード」を活用する。自分のめあてを日々振り返るとともに、毎日の便を見て、自分の体調を自分で感じることを続けさせることで、授業で得た知識を実際の生活に活かすことができると考えた。

8 単元指導計画と評価規準 全1時間

時	1	
段階	知る	
学習活動	1 「動物うんちクイズ」をする。	
	2 児童アンケート結果をもとに「よいうんちとは何か」について知る。	
	3 本時のねらいについて知る。	
	どうしたらバナナうんちが出るのか考えよう。	
学習活動	4 シェアリング①をする。	
	5 グループで話し合ったことを発表する。	
	6 バナナうんちを出すための「3つの作戦」を知る。	
	7 健康な体をつくるための排便生活についてのめあてを立てる。	
学習活動	8 シェアリング②をする。	
評価規準	知	良い便を出す習慣について知っている。
	思・判・表	排便と、食習慣や生活習慣との関連について話し合い、解決方法を友達に伝えようとしている。
	態	自身の排便習慣に関心をもち、自らの健康な生活についてのめあてを立てようとしている。

9 本時の学習(1時間扱い)

(1) 本時の目標

【知識及び技能】良い便を出す習慣について知ることができる。

【思考, 判断力, 表力等】排便と、食習慣や生活習慣との関連について考えることができる。

【学びに向かう力, 人間性等】自身の排便習慣に関心を持ち、自らの健康な生活についてのめあてを立てることができる。

(2) 展開

	学習活動	・指導上の留意点 ■評価規準(評価方法) ☆児童のつまずきに対する言葉かけ「」・手だて
導入	<p>1 「動物うんちクイズ」をして、排便と食べ物の関係に興味をもつ。</p> <p>2 児童アンケート結果を踏まえ、「人にとってのよいうんち」について知り、自分たちの排便と食生活について簡単に振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎日うんちが出ていない子がいる。 ・黒っぽいうんちが出る子が多い。 ・うんちが出ないと、お腹が痛くなる。 <p>3 本時のねらいについて知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・肉食動物、草食動物、雑食動物などのうんちの写真を提示し、色や形に注目させる。 ・アンケート結果から、排便トラブルを抱えている子がいることに気付かせる。 ・うんちが出ないとどうなるか問いかけることによって、課題につなげる。
	<p>どうしたらきちんとバナナうんちが出るのか考えよう。</p>	
展開	<p>4 シェアリング①を行う。</p> <p>どうしたらバナナうんちが出るのか、グループで話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝ごはんをしっかり食べる。 ・野菜を好き嫌いしないで食べる。 ・お水をたくさん飲む。 <p>5 グループで話し合ったことを発表する。</p> <p>6 バナナうんちを出すための「3つの作戦」を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①食べ物さくせん ②生活リズムさくせん ③運動さくせん 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで話し合う前に、個人で考える時間を設け、自分の意見をグループの友達に伝えられるようにする。 ☆どうしたらバナナうんちが出るのか、考えられない。「動物によってうんちの色や臭いが違ったけど、どうしてだろう。」 「つまるくんが悩んでいるみたいだから、すっきりする方法を考えてあげて。」(ヒントカード: つまるくんからの手紙) ■排便と、食習慣や生活習慣との関連について考えることができたか。(ワークシート・発言) ・自分たちの生活と結び付けて、食事、生活リズム、運動に着目できるように、児童の意見を分類して板書する。 ・食べ物の中でも「食物繊維」を多く含むものが「お腹を掃除する」ことに軽く触れ、食生活に対する意識を高められるようにする。

	<p>7 健康な体をつくるための排便生活についてのめあてを立て、2学期のめあてカードに貼る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・2学期の初めに記入した学習や生活のめあてに貼り付け、視覚的に捉えられるようにする。 ・めあては、「達成できるもの」を設定するように促す。 ☆めあてを立てることができない。 「3つの作戦を思い出してみよう。どの作戦ができそうかな。」 「バナナうんちを出すには、食べ物が関係しているんだね。食事のときにどんなことを気をつければいいかな。」 ■良い便を出す習慣について理解することができたか。(めあてカード) ■自身の排便習慣に関心を持ち、自らの健康な生活についてのめあてを立てることができたか。(めあてカード) ・少し頑張れば実践可能なめあてを立てるように促す。
<p>まとめ</p>	<p>8 シェアリング②を行う。 自分の立てためあてを友達に宣言し、考えを共有する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・バナナうんちを出すための課題と、その解決方法について全体で共有する。 ・実践に向けての具体策を確認させ、自分事として考えさせる。

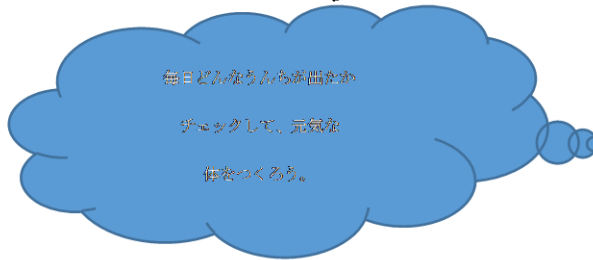
(3) 事後指導

・「うんちでけんこうカード」を活用し、自身の排便習慣への意識付けをさせる。

うんちでけんこうカード

☆目ざせ！バナナうんち!!☆

- ① うんちが出たら見てどのしゅるいか考える。
- ② うんちが出た時間は？
 - ・学校に行く前 (午前8時前) →◎のしるし
 - ・学校に来てから (午前8時～午後3時) →○のしるし
 - ・学校から帰った後 (午後3時より後) →●のしるし
- ③ 日にちを見て、書こう!!



	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	1日	合計
コロコロ											
バナナ											
べちゃべちゃ											

