

第2学年1組

学級活動(2) 学習指導案

日時 令和3年11月26日(金) 第5校時
 場所 2年1組教室
 生徒数 男子16名 女子18名 計34名
 指導者 教諭 小内 貴司
 栄養教諭 次六 雄子

1 題材名

「自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう」
 (オ 食育の観点で踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成)

2 題材について

(1) 生徒の実態

アンケートの質問事項	「している」「どちらかといえば、している」と答えた生徒の割合	
	2-1	学校全体
1 朝食を毎日食べている	97.0%	94.4%
2 給食の時間を楽しみにしている	85.3%	83.5%
3 給食を残さず、全部食べようとしている	70.6%	84.1%
4 給食の残飯(残菜)が多いと気になる	61.7%	65.8%
5 給食献立表を見て、献立(食材)や栄養量などを確認している	41.2%	35.8%

本学級の生徒は、朝食を毎日食べたり給食の時間を楽しみにしたりと食に関する関心・意欲は高いことがアンケートの結果からわかる。その反面、残飯への意識や栄養バランスなどに関する関心・意欲に課題がある。特に、「3 給食を残さず、全部食べようとしている」の質問に対して、「している」「どちらかといえば、している」と答えた生徒の割合が学校全体と比べて、13.5%低い。よりよい食生活を送るために、自らの食生活を見直すことや実践意欲を高めさせ、学力向上へとつなげていきたい。

(2) 題材設定の理由

本題材は、学級活動の「(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の「オ 食育の観点で踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」に示されている。心身の発育・発達が著しい中学生の時期においては、自己の健康を管理し改善していく資質や能力の基盤を育成することが重要である。学習面を充実させるためには、自らの食生活を見直し、自ら改善して望ましい食習慣を形成することが必要である。そこで、本校学校教育目標にある「自ら学ぶ生徒・自ら鍛える生徒」のように、自らの食習慣を見直し、実践できる力を身に付けさせるように本題材を設定した。

3 学校研究課題との関連

研究主題

「主体的・対話的で深い学びの実現に迫る授業改善～食に関する指導の研究を柱に～」

本年度、「主体的・対話的で深い学び」を目指し、アクティブ・ラーニング等の工夫改善を図り、生徒が意欲的に参加できる授業づくりを重点項目としている。

学級活動では、集団での話し合いを通して、生徒一人一人が自らの実践目標を決めその実現に向けて取り組んでいくことを意識させたい。そのために授業内では「つかむ→さぐる→見つける→決める」の過程で実践目標を決めて、1週間後に実行できたかどうかを振り返り、実践意欲の継続を図りたい。

4 評価規準

よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
自己の生活上の課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解している。	自己の生活や学習への適応及び自己の成長に関する課題を見いだしている。	他者への尊重と思いやりを深めてよりよい人間関係を形成しようとしている。

適切な意思決定を行い実践し続けていくために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	多様な意見をもとに自ら意思決定して実践している。	他者と協働して自己の生活上の課題解決に向けて、見通しをもったり振り返ったりしながら、悩みや葛藤を乗り越え取り組もうとしている。自他の健康で安全な生活を構築しようとしている。
---	--------------------------	--

5 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
<ul style="list-style-type: none"> 食に関するアンケートに取り組み、自分の食生活について振り返る。 普段の食事から栄養バランスの偏りがないかを確認する。 	<p>指導上の留意点</p> <ul style="list-style-type: none"> 栄養教諭と連携し、成長期に欠かせない栄養素について分かりやすく資料の提示をする。 	<p>◎目指す生徒の姿</p> <p>【観点】(評価方法)</p> <p>◎自分の食事のとり方を振り返り、アンケートに答えている。</p> <p>【思】(アンケート)</p>

6 本時のねらい

- (1) 本時の目標
- 自分の食生活を振り返り、よりよい食習慣にするための改善方法を考える。(思考・判断・表現)
- (2) 食育の視点
- 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。【心身の健康】

7 展開

生徒の活動	指導上の留意点		資料	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
	TI(学級担任)	T2(栄養教諭)		
<p>1 事前アンケートの結果から実態や課題を共有する。</p> <p>2 本時のテーマについて確認する。</p>	<p>アンケート結果をスクリンに映し現状を確認する。</p>		<p>アンケート結果</p>	
(テーマ) 自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう				
<p>3 Aさんの例から、Aさんの生活内容の改善点を考え、発表する。</p>	<p>ワークシートでAさんの事例を提示し、改善点を考えさせる。その際に、Aさんの食生活を自分たちと重ね合わせるよう声をかけるを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> 出た意見を「生活習慣」「食事内容」に分類してまとめる。 		<p>ワークシート</p>	

	<p>4 Aさんの食事内容の改善策を班で考え、発表する。</p> <p>5 栄養教諭の話聞き、よりよい食生活について知る。</p>	<p>栄養バリエーションの活かし方を考える。</p> <p>・正しい生活習慣について確認をさせ、板書にまとめる。</p>	<p>・各班の話合いの様子を見て回り、質問に答えたりアドバイスをしたりする。</p> <p>・よりよい食生活のポイントや生活習慣と学力の関係について、専門的な視点から資料をもとに説明する。</p>	<p>グループ活動シート</p>	<p>◎自分の食生活を振り返り、よりよい食習慣にするための改善方法を考える。 【思】(発言・ワークシート)</p>
<p>終末10分</p>	<p>6 自分自身の食生活を振り返り、今週の食生活の目標を考える。</p>	<p>・本時の授業で学んだことを助言する。</p>	<p>・机間指導を行い、生徒へアドバイスをします。</p>	<p>・ワークシート</p>	

8 板書計画

(テーマ) 自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう

Aさんの食生活の問題点

(生活習慣)

- ・朝食が少ない。
- ・間食の量が多い。
- ・夕食の時間が遅い。

(食事内容)

- ・朝食の内容が1種類しかない。
- ・牛乳を残している。
- ・夕食に野菜がない。

Aさんの食生活の改善点

1 班	4 班
2 班	5 班
3 班	6 班

よりよい食生活のためのポイント

- ・朝ごはんと学力の相関
- ・給食の果たす役割
- ・牛乳を飲まない弊害
- ・食事をとる時間と回数

9 事後の指導

<p>生徒の活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分で決めた方法で1週間取り組み、結果や振り返りをワークシートに記入する。 ・1週間の自分の生活を振り返り、保護者からコメントを書いてもらう。 	<p>指導上の留意点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・取組を確認し合う場を設け、お互いの実践を認め励まし、継続的に取り組めるようにする。 	<p>◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)</p> <p>◎自分で決めた実践方法に取り組みようとしている。 【態】(観察・ワークシート)</p>
--	---	---

自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう！

1 ある日のAさんの食生活

金曜日の朝、Aさんは6時30分に起きました。いつも朝は食欲がなく、ヨーグルトを食べて学校へ。どの授業も一生懸命がんばったが、午前中に集中力を欠く時もありました。4時間目終了後、給食を食べました。放課後、部活動が終わりに帰ると、少しお腹が空いたので間食を取り、そのまま塾へ。家に帰ってきて夕食を食べて、23時00分に寝ました。

朝食 (7:00)	ヨーグルト
昼食 (13:00)	給食 (ごはん、カレー、お魚ナゲット、海藻サラダ) *全部食べるが、牛乳は残す。
間食 (17:30)	コーラ (350mlを1本) 菓子パン (クロワッサン2個、チョコチップメロンパン等を食べる日も…)
夕食 (21:00)	ごはん、みそ汁、ハンバーグ (肉料理が大好き)

2 Aさんの食生活の問題点は何だろう？

生活習慣	食事内容

3 班長と協力して、Aさんの食生活の改善策を考えよう。

4 今日学んだことを参考に、自分の今週の食生活の目標を立ててみよう。

食生活の目標	
具体的に がんばること	

5 今日の授業を通して考えたことや、これから活かしていきたいことなどを書きましょう。

(今日の授業を通して考えたことは…)

(これから活かしていきたいことは…)

2 - () 名前:

自分で決めた「食生活の目標」を実践しよう！

食生活の目標	
--------	--

1 1週間の食生活を自己点検してみよう。

日付 (曜日)	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()	/ ()
自己評価							

【自己評価の基準】

◎ (たいへんよくできた) ○ (よくできた) △ (もう少し)

2 1週間の食生活の振り返りを書いてみよう。

3 保護者の皆様へ

1週間のお子さんの食生活の様子や取り組みの様子等をお書きください。よろしくお願ひします。



2 - () () 名前: