

7. 展開

題材名		栄養を考えて食生活を見直そう(6・7 / 13時間)			
準備	教師	食品見本、食品分類表、栄養素分類シート、栄養のバランスのよいおにぎりを作ろうシート			
	児童	給食点検カード			
過程	学習活動	時間	支援及び指導上の留意点	評価規準(方法)	
				おおむね満足できる状況	十分満足できる状況
ね ら い つ か む	1. 日常食べている食品を振り返り、なぜ食べるのかを考える。 ・大きくなるため ・運動するため ・病気にならないため	10分	児童が思いつくまま自由に発表させる。出された食品見本をマグネットを使って黒板に掲示していく。いろいろな味や色どりがあることにも気付くようにする。 活動・成長・病気を防ぐなど3の学習活動に結び付く言葉に気づかせる。		
	2. 食品をグループ分けをし、発表する。 ・とれる場所別 ・動植物別 ・色別 ・好き嫌い別 ・栄養素別	15分	児童同士の発表の中から、いろいろな分類の仕方があることを知らせる。 発表の際に、それぞれの分類の良い点を認める。		
	3. 体内でのおもなはたらきにより、食品を分ける。	20分	食品は、体内でのおもなはたらきにより3つのはたらきに分けられているが、食品は一つの栄養素だけで成り立っていないことを知らせる。食品分類表にはないが、水分のはたらきについても説明を加える。栄養素分類シートに食品を貼りながら確かめさせる。 発展的な学習として、分類の一つに栄養素で分けられることも知らせる。	・食品を体内でのおもなはたらきにより3つのグループに分ける分け方を理解している。 【知・理】(栄養素分類シート)	・食品分類表にのっていない食品も食品分類や栄養素をもとにグループ分けを正しくしている。
ふ り か	4. 栄養士さんから献立を立てる時のポイントの話を聞	25分	給食の献立を立てる際に気を付けている点(栄養素・カロリー・季節・彩り・主菜、副菜、その他)や		

<p>え る</p>	<p>く。</p>		<p>願い（残菜の量など）について話してもらおう。 今日の給食を手がかりにし、給食は全ての栄養素をバランスよく満たしていることに気付かせる。 発展的な学習として、栄養素の面からバランスをみるとよいことを知らせる。</p>		
	<p>5．自分の給食点検カードを見直す。</p>	<p>10分</p>	<p>栄養士さんの話から、一週間の給食点検カードに栄養的な面、量的な面から自分のこれまでの給食を見直しをさせバランスよく食べることを気付かせる。 発展的な学習として、栄養素での分類から見直させる。</p>	<p>・自分なりに改善点を見い込んでいる。 【知・理】(給食点検カード) 【関・意・態】(給食点検カード)</p>	<p>・今後の給食や家庭においても改善点を生かそうとしている。</p>
<p>い か す</p>	<p>6．おいしいおにぎりの具を考える。 ・お米は炭水化物でしょう ・さけを入れてたんぱく質を取ろう ・のりを巻いて無機質を取ろう</p>	<p>10分</p>	<p>おにぎりを3つ作るとしたら、栄養的な面を考えどんな具を入れるか、考えさせる。 おもに体の調子を整える食品は具材になりにくいので、サラダやデザートとして考えさせる。 発展的な学習として、栄養素での分類からも考えさせる。</p>	<p>・栄養面を考えておにぎり3個とサラダ類が考えられている。 【知・理】(栄養のバランスのよいおにぎりを作ろうシート)</p>	<p>・栄養面だけでなく、実際に作れそうな材料を使って考えられている。</p>