２学年　学級活動（食育）学習指導案

大東市立四条中学校

Ｔ１：担任

Ｔ２：栄養教諭

１．日時　　平成３０年１１月２０日（火）　第３時限　１０時５５分～１１時４５分

２．場所　　２年教室

３．題材名　学校生活をパワーアップさせる朝食の献立を考えよう！

４．指導目標

○生活リズムと体調・学習意欲との関係や朝食の役割を理解し、健康な体作りには朝食の役割が大きいことが分かる。（知識・理解）

○自分の朝食内容を振り返り、今よりパワーアップした朝食を考え、充実した学校生活を送ろうとする意欲を育てる。（意欲・関心・態度）

５．食育の視点

・生活リズムと体調・学習意欲との関係、朝食の役割に関心を持ち、朝食内容の充実が健康に過ごすために重要であることがわかる。【食事の重要性】

・自分の朝食を見つめ直し、より良い食習慣を形成しようと努力する。【心身の健康】

６．生徒の実態

※個人情報のため削除

７．題材設定の理由

　朝食は成長期の中学生にとって、朝食内容を充実させる事が健康な体作りに極めて重要となる。生活リズム、運動能力、学力の向上のためにも朝食の大切さをしっかりと理解し、自分の生活に生かすことが重要である。

自分の朝食内容を見直し、成長や発達のために朝食内容の充実が必要であることを実感させ、習慣化することの大切さを理解させるためにこの題材に設定した。

８．本時の学習

1. めあて

学校生活をパワーアップさせる朝食の献立を考えよう！

1. 展開

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 学習内容 | 指導上の留意点（○）評価方法（☆） | 資料等 |
| 導入  (10分) | ・昨夜から今朝までの生活リズムを振り返る。  ・アンケートの結果を見て、気付いたことを発表する。  ・アンケート結果を振り返る。 | ○就寝時間、起床時間、朝食内容について  ワークシートに記入させる。（T1）  ○アンケート結果から体調・学習意欲について提示し、体調・学習意欲と生活リズム・朝食との関係に気づかせる。（T2）  ○各自が自分のこととして問題意識をもてるように、アンケート結果をもとに振り返らせる。（T2） | ・ワークシート  ・アンケート結果表 |
| 展開  (30分) | ・朝食の大切さについて考える。  ・自分の朝食を振り返り、レベルアップした献立を考える。（ワークシート）  ・班でパワーアップ献立を考え、おすすめの献立を発表する。 | ○クイズ形式で朝食の大切さや理想の朝食について考えさせる。（T2）  ○レベルの説明をし、自分のレベルを確認させる。（T2）  ０…食べていない  １…主食のみ  ２…主食とおかず１品  ３…主食とおかず２品  ４…主食、主菜、副菜、汁物  ５…主食、主菜、副菜、汁物、果物等  ☆自分の朝食内容のレベルアップを図ろ  うとする。  ○司会、記録、集配、発表の役割分担を  確認する。（T1）  ○自分の献立をもとに意見交換させる。  ☆実現可能な朝食を考えているか。（T2）  （意欲・関心・態度） | ・パワーポイント  ・ワークシート  ・レベルカード  ・パワーアップ献立記入シート  ・ホワイトボードマーカー |
| まとめ  (10分) | ・授業の振り返りを書く。（ワークシート） | ☆自分の健康を考えて、朝食内容を良くしようと前向きに考えているか。  （意欲・関心・態度）（T2）  ○自分でできる事を増やしていけるよう働きかける（T2） | ・ワークシート |

1. 板書計画

≪流れ≫

・アンケート結果より

↓

・自分の生活リズムを振り返る

　　↓

・朝食の役割を知る

　　↓

・自分の朝食をﾚﾍﾞﾙｱｯﾌﾟさせる。

↓

・グループに分かれ、ﾚﾍﾞﾙｱｯﾌﾟした献立を考える。

↓

・振り返り

学校生活をパワーアップさせる朝食の献立を考えよう！

めあて

朝食の役割

各班で考えた、パワーアップ献立を貼る。

ﾚﾍﾞﾙ0

ﾚﾍﾞﾙ2

ﾚﾍﾞﾙ3

ﾚﾍﾞﾙ4

ﾚﾍﾞﾙ5

ﾚﾍﾞﾙ1

快便

脳の

栄養源

体温

上昇

レベルアップを続けるためには？

朝食摂取と学力テストの関係のグラフ

体温変化の

サーモグラフィー

夜食を食べない

早く起きる

早く寝る