特別活動　学習指導案

大阪府立枚方支援学校

Ｔ１　学級担任

　Ｔ２　栄養教諭

1. 日時　平成３０年９月６日（木）９：５０～１０：５０
2. 場所　小学部4年教室
3. 対象　小学部4年
4. 題材　「おやつのとり方について考えよう」
5. 題材設定の理由

小学部4年生は高学年に入り、体重が増加する児童が多く、平成30年4月時点で学年の肥満の出現率が１６．７％であった。体位に関わらず、放課後等デイサービスや家庭でのおやつのとり方が気になる児童もおり、直前の夏休みの食事日記（任意での提出）の内容を確認したところ、おやつの摂取量が多いと思われる児童もいた。おやつの摂取に関しては家庭との連携が必要だが、自身でおやつのとり方を理解し、気をつけることができると考えられる児童も在籍していることから本題材を選んだ。

1. 本時の目標　　　◎普段の自分のおやつのとり方をふりかえる。

◎おやつの役割がわかる。

◎おやつの適正な量を知る。

◎自らおやつの内容や量を考えて選ぶ力を養う。

７、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させ、自ら管理していく能力を身につける。【心身の健康】

８、展開

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 段階 | 指導内容 | 学習活動・内容 | 指導上の留意点 | 評価規準 |
| ◎栄養教諭●学級担任 |
| 導入１５分 | ●はじめのあいさつ●授業の流れを確認●おやつのとり方をふりかえる●おやつクイ　ズ●おやつの役割を考える●めあてを知る | ○はじまりのあいさつをする。○今日の授業の流れを知る。○きのう給食を食べてから、家で夜ご飯を食べるまでにおやつを食べたか振り返る。○家で夜ご飯を食べてから寝るまでにおやつを食べたか振り返る。○写真をみて何のお菓子か考える。○なぜおやつを食べるのかを考えて発表する。めあて：１日に食べてもいいおやつの量を知ろう | ●はじまりのあいさつをする。◎食べる・食べないに手を上げるように促す。◎食べる・食べないに手を上げるように促す。◎お菓子のパッケージやお菓子の一部の写真を見せる。◎おやつは癒しのためや不足した栄養を補うためであり、食べなくてもいいことに気づかせる。 | ○今日の授業の流れの説明を聴くことができる。〇自分の食生活を思い出すことができる。○手を上げることができる。○ルールを守ってクイズに参加できる。○手を上げて発言することができる。○おやつをなぜ食べるのか考えられる。○自分の意見を発表できる。○友達の発言を聞くことができる。 |
| 展開２５分 | ●エネルギーについて知る」●おやつの適正量を知る●お菓子のカロリーを知る | ○エネルギー（カロリー）は身体を動かすために必要なものであることを知る。○とりすぎたら太ることを知る。○200キロカロリーということを知る。○ジュースとお菓子のカロリーが200kcalより多いか少ないか考える.①お茶0個②清涼飲料水5個③炭酸飲料11個④乳酸飲料　11個⑤カフェオレ12個⑥グミ　8個⑦チョコレート菓子　10個⑧スナックパン　12個⑨スナック菓子15個⑩パイ菓子20個○お菓子のカロリーが高いことに気づく。 | ◎エネルギーについて説明する。◎食べ物からカロリーを摂取し、摂取しすぎたら太ることを説明する。◎おやつの1日の適量は200ｋcalということを伝える。◎200kcalをボール１０個分に例え、透明の筒にボールを入れて、提示する。◎各々のお菓子のカロリー分のボールを筒に入れて提示する。●カロリーが高いことに気づけるように、筒に注意するように促す。 | ○エネルギーのはたらきを知る。○エネルギーのとりすぎが良くないことに気づく。○1日にとってもよいお菓子の量に上限があることを知る。○飲料によってカロリーが違うことに気づく。○お菓子によってカロリーが違うことに気づく。○ジュースやお菓子のカロリーが多いことに気づく。 |
| 終末５分 | ○おさらい○おわりのあいさつ | ○授業内容をおさらいする。○おわりのあいさつをする。 | ◎今日の授業の内容をもう一度確認する。 | 〇今日の授業の内容を振り返ることができる。 |

準備物：テレビモニター、ＰＣ、ボール入れ用筒　５本、カラーボール（５色）、お菓子の空箱、ジュース見本