

**C-2 指導案（本時） 本時の学習（第二次中10時）**

目 標 ・前時までの食にかかわるポスターセッションで自分の食生活に取り入れたい事確かめ合うとともに、自分の食生活の栄養バランスについて問題意識を持つ

児童の活動と思考の主な流れ	時	支援と評価
<p>1、前時のポスターセッションで心に残ったことをふり返り、自分の食生活で生かしていきたいことを意見交流し合う          &lt;友達の発表を聞いてこれから自分の食生活において          どんなことに気をつけていきたいか？&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品の表示をよく見るようにしていきたい</li> <li>・食品添加物の種類や遺伝子組み換え食品でないかどうかを確認してから食べるようにしていきたい</li> <li>・生活習慣病にならないように、偏った食生活をしないようにしたい</li> <li>・甘いものや脂っこいものばかりとりすぎないようにしたい</li> <li>・海外の森林を破壊したものと思われる食品でないかどうかよく学習したり、確認したりしてから食べるようにしていきたい</li> <li>・栄養バランスが取れているかどうか、家の人と相談しながら食事をとるようにしていきたい</li> </ul> <p>2、栄養バランスについて考え合う          &lt;この三人の食事のうち栄養バランスがとれているのは誰の食事だろうか&gt;</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p><b>【のび太】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食パン1枚</li> <li>・牛乳コップ1杯</li> <li>・ゆで卵1こ</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p><b>【静香】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん1杯</li> <li>・鳥肉の野菜炒め</li> <li>・ごぼうとイモのお味噌汁</li> <li>・牛乳コップ一杯</li> <li>・ししゃも2匹</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 30%;"> <p><b>【ジャイアン】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・フライドチキン</li> <li>・フライドポテト</li> <li>・ごはん1杯</li> <li>・オレンジジュース</li> </ul> </div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・静香ちゃんが一番バランスがとれている</li> <li>・3大栄養素もあるし、野菜もちゃんとついている</li> <li>・のび太もジャイアンも野菜が足りないからダメだ</li> </ul> <p>◇3人の栄養分析表と本日の給食の栄養分析表を提示する</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・静香の栄養バランスは完璧だ</li> <li>・今日の明光小の給食の献立も栄養バランスがとれている</li> <li>・ということは、僕たちはいつも栄養バランスのとれた給食を毎日食べているということになるんだな</li> </ul> <p>3、日分の食生活の栄養バランスについて考える          &lt;私たちの食生活の栄養バランスはちゃんととれているのか&gt;</p> <p>◇NHKスペシャル「好きなものだけ食べたい」導入を視聴</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ビデオの食事メニューに自分の近いものがあったな</li> <li>・自分も結構好きなものだけ食べる傾向にある</li> <li>・自分は何でも出されたものは食べるから大丈夫かな</li> <li>・自分たちの家で食べている食事の栄養バランスはとれているのかな</li> <li>・一度しっかり調べてみたいなあ</li> <li>・栄養士の先生にも見てもらおう</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>食品の表示に気をつけながら、栄養バランスのとれた食事をこれからもとり続けることが大切なんだな。でも本当に自分の家庭の食事は栄養バランスがとれているのか調べてみよう</p> </div>	<p>15</p> <p>20</p> <p>10</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前時のポスターセッションで書いた自分のふり返りを確認しながら発言を促していく</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・三人の献立を明示した絵図を提示してどれがバランスがとれているか判断しやすくする</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスのレーダーチャートを提示してどこが足りないか見つけやすくする</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ビデオを視聴することで自分の食生活の栄養バランスについて問題意識を持つようにする</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>自分の食生活の栄養バランスについて問題意識を持ち、積極的に調べたいという思いを持つことができる  <b>【関心・意欲・態度】</b>          （ノート・発言）</p> </div>