第１学年　　学級活動学習指導案

１　題材名

牛乳をすすんで飲もう

２　本時の学習計画

（１）ねらい

毎日の給食で提供される牛乳に含まれる栄養とその働きについて理解することを通して，自分の体の成長のためにすすんで飲もうとすることができる。

（２）育成する資質・能力

○牛乳にはカルシウムが多いという特長があることを知り，体の成長のために必要な栄養素であることを理解できるようにする。（知識・技能）

○カルシウムの働きについて知り，日々の給食で自分の成長のために，牛乳をすすんで飲もうとすることができる。（思考力・判断力・表現力）

○自分の食生活を振り返り，体の成長のために牛乳をすすんで飲もうとする態度を養う。（学びに向かう力・人間性）

（３）構想（事前・事後の活動を含む）

①事前の活動

牛乳や家でよく飲む飲み物等についてのアンケートを実施し，実態を把握する。

②本時の活動

導入

給食一食分の写真（牛乳のない和食の献立）を３枚提示し，気がついたことを発表する。

展開

牛乳に多く含まれているカルシウムの働きや量について児童に予想させ，クイズ形式で回答していく。家でよく飲む飲み物に含まれているカルシウムの量について，児童の興味・関心を高めるために，「かるちゃん」を登場させて答え合わせをしていく。

振り返り

普段，何気なく飲んでいる牛乳について，自分の体の成長のためにすすんで飲もうとする意欲を高めていく。

③事後活動

学習の振り返りとして，また，授業でふれなかった補足事項をクイズ形式で作成し，掲示する。

（４）食育の視点

自分の体の成長のために，牛乳をすすんで飲もうとする。＜心身の健康＞

（５）家庭との連携

本時の学習内容について家庭に知らせ，家庭から支援してもらう。

（６）展開

学習活動	教師の働き掛けと予想される児童の反応	■評価規準（観点/方法） ○留意点　※資料
【導入】（１０分） 給食一食分の写真から，給食にはいつも牛乳がついていることに気付く。	T1① これは給食の写真です。 C1　飲み物がないよ。 C2　そうだ，牛乳がない。 T2① そうですね。牛乳がありません。給食に飲み物は必要ですか。 C3　あった方がいいな。 T2② 飲み物があった方がいいと思うのですね。では，この献立に加えるとしたら，この中のどの飲み物がいいでしょうか。（１種類ずつ挙手） T1② お茶がいいという人が多いですね。では，10 月の給食には，どんな飲み物が出るのか，献立表をみてみましょう。気が付いたことはありませんか。 C4　給食にはいつも牛乳がついているよ。 C5　17 日だけ飲むヨーグルトで違う色のピンク色がついています。 T1③ 10 月の給食では，１回だけ飲むヨーグルトで，そのほかは全部牛乳がついています。そのことをどう思いますか。 C6　飲むヨーグルトがもっとたくさん出てほしいな。 C7　どうして，給食にはいつも牛乳がでるんだろう。 T1④ 給食に牛乳がいつも出るのには，きっと理由があるのですね。今日はその理由について勉強していきましょう。	☆最初正面に２人並ぶ。 ※給食一食分の写真　３枚 ・牛乳のない和食の献立 ※水，お茶，オレンジジュース，牛乳のイラスト（各４枚） ※10 月の献立表（飲み物に着色）
【展開】（２０分） 牛乳に多く含まれているカルシウムについて知る。	学習課題：なぜ，きゅうしょくには，いつもぎゅうにゅうがでるのかな。 T1⑤ どうしていつも給食には，牛乳ばかり出るのでしょうか。その理由を考えてみましょう。 T1⑥　自分の考えを隣の人に伝えましょう。 T1⑦　発表してくれる人はいますか。○○さん，発表してください。 C8　牛乳には栄養があるから，いつも給食に出ると思います。 C9　牛乳はおいしいから給食にたくさん出ると思います。 T1⑧ ここで，この間みなさんに聞いた『飲み物アンケート』の結果をみてみましょう。問１「牛乳は好きですか」の結果は，牛乳が好きな人の方が多いですが，苦手だという人も少しいますね。問２の「残さず飲んでいますか」の結果は，多くの人が残さず飲んでいると答えてくれています。問３の「牛乳を残さず飲んでいる理由はなんですか」の中で，その理由を「栄養があるから」と答えてくれた人がいます。どんな栄養があると思いますか。 C10　カルシウムがあるってお母さんが言っていたよ。 C11　骨や歯を丈夫にするって聞いたことがあるよ。 C12　背が伸びるって誰かが言っていたよ。 T1⑨　いろいろな意見が出ましたね。この中に正解はあるでしょうか。では，給食の栄養教諭の先生に答えを聞いてみましょう。 T2③　牛乳には，いろいろな栄養素が含まれていますが，特にたくさん含まれているのは「カルシウム」です。カルシウムには，どんな働きがあるか，次の答えの中から正しいと思うものを選んでく	■学習課題を理解し意欲をもつ。 ※飲み物アンケート（ロイロノートで作成し集計する。） 問１　牛乳は好きですか。 問２　牛乳を残さず飲んでいますか。 問３　牛乳を残さず飲む理由は何ですか。

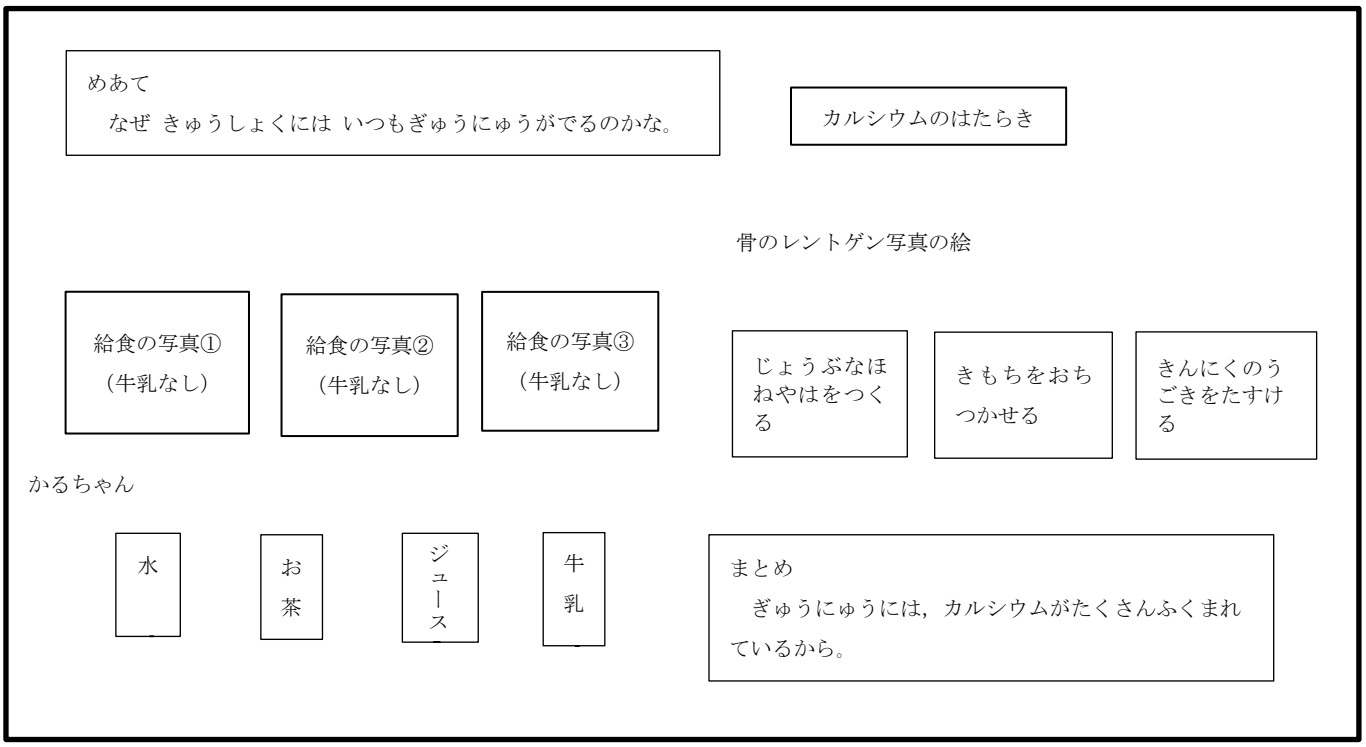
	ださい。 ① 丈夫な骨や歯をつくる ② 気持ちを落ち着かせる ③ 筋肉の動きを助ける C13 ①だと思う。お母さんが骨をつくるって言っていたよ。 C14 ②は違うと思うよ。 C15 ③も違うんじゃないかなぁ。 T2④ 正解は，①番です。 C16 やっぱり。 C17 そうだと思っていたよ。 T2⑤ みなさんの体は，毎日少しずつ大きくなっています。カルシウムはそのときに使われる，とても大切な栄養素です。みなさんの骨を大きくし，歯を丈夫にしてくれます。 T2⑥ 正解はまだあります。 C18 ②だと思うよ。 C19 ③じゃないかな。 T2⑦ 実は，②番も③番も正解です。 C20 そうなんだ。 T2⑧ カルシウムには，骨や歯を丈夫にしてくれるほかに，気持ちを落ち着かせて，いらいらしないようにしてくれたり，筋肉の動きをスムーズにしてくれたりする働きもあります。 T2⑨ では,４つの飲み物に入っているカルシウムを比べてみましょう。（水，お茶，オレンジジュース，牛乳の順で取り出す） C21 お茶には，かるちゃんはあんまりいないんだね。 C22 オレンジジュースには，かるちゃんが少しあるんだね。 T2⑩ 牛乳のかるちゃんはどれくらいあると思いますか。 C23 100 くらいあるんじゃないかな。 C24 オレンジジュースより多いよ。 T2⑪ では，答え合わせをします。〇〇先生，かるちゃんをゆっくり引っ張ってみてください。 C25 牛乳には，かるちゃんがたくさんある！ T2⑫ 牛乳には，たくさんのカルシウムが含まれています。カルシウムは，毎日体の中で使われています。だから給食には，いつも牛乳がついているのです。 T1⑩ さて，これは最初の給食の写真です。この献立に飲み物を加えるとしたら，どの飲み物がいいでしょうか。 C26 牛乳がいいと思います。 まとめ：ぎゅうにゅうには，カルシウムがたくさんふくまれているから。	※カルシウムの働きの答えのイラスト（意図的にすべて正しい答えを３つ） ※骨のレントゲン写真の絵 ※かるちゃんのイラスト ※カルシウム量比べ ・水 ・お茶 ・オレンジジュース ・牛乳 〇それぞれの飲み物から「かるちゃん」が出てくる。 〇T1 が牛乳からかるちゃんを引っ張る。 ※最初の給食の写真 （牛乳がない献立）
本時のまとめをする。		
【振り返り】 （１５分） 今日の学習を振り返り，これからどうしたらよいかを考え，発表する。	T2⑬ 牛乳にたくさん含まれている栄養素はカルシウム，３つの働きがあるから，給食には，いつも牛乳がでるのです。 T1⑪ これから，ワークシートを配ります。四角に入る言葉は何でしょうか。 C27 カルシウム! T1⑫ それでは，これから，どんなことに気を付けていきたいかをワークシートに書きましょう。（机間巡視） T1⑬ 自分の考えを隣の人に伝えましょう。（机間巡視） T1⑭ 代表の人に発表してもらいましょう。〇〇さん，発表してくだ	※ワークシート 〇児童の意見を補足しながら，具体的な方法を考えられるようにアドバイスする。 〇ワークシートを写真に撮って提出する。テレビに映す。

	さい。 C28　骨や歯が丈夫になるので，牛乳を残さず飲みたいです。 T1⑮ これから，牛乳がどうやってみなさんのところに届くかの動画をみてみましょう。 （動画視聴） T2⑭ 牛乳は，赤ちゃん牛が飲むミルクを，私たちがわけてもらって飲んでいるのですね。カルシウムは，みなさんの体の中で毎日使われています。給食のないお休みの日には，おうちで牛乳を飲んだり，おうちの人にお願いして，料理に使ってもらったりするといいですね。	■カルシウムの働きを理解し，牛乳をすすんで飲もうとする。 ※動画「ぎゅうにゅうができるまで」 ○１人ずつ最終板書を撮影して家庭に持ち帰る。

（７）評価

カルシウムの働きを理解し，自分の体の成長のことを考えて，牛乳をすすんで飲もうとする。

（８）板書計画



３　参考文献・資料

新しい食育　小学校Ⅱ　食育カリキュラムプランと指導展開例　令和３年度（公益社団法人　全国学校栄養士協議会）