

## 給食の時間 食に関する指導 指導資料

献立内容	ごはん ゆうごうのけんちん汁 さばの香味煮 しょうゆフレンチ 牛乳					
ねらい	・朝ごはんの大切さを知り、しっかり食べようとする意欲をもつ。					
食育の視点	食事の重要性	心身の健康	食品を選択する力	感謝の心	社会性	食文化
	○	○	○			
教科等との関連	3. 4年体育、特別活動					
指導のポイント	・朝ごはんクイズを通して、朝ごはんの大切さと栄養バランスのポイントを知らせる。					
指導の流れ						
	活動内容	指導上の留意点			教材等	
導入 (1分)	1 朝ごはんクイズをする。 「朝ごはんを食べると、体にどんな変化が起きるでしょうか？」①体温が上がる。②体温が下がる。③何も起こらない。	・夏休み期間中も朝ごはんをしっかり食べていたかを確認する。 ・答えを予想させる。			・朝ごはんクイズ①	
展開 (3分)	2 朝ごはんのメリットを話す。頭、おなか、体のスイッチが入ることを確認する。 2問目のクイズをする。「ごはんとお納豆があります。さて、何をたすとバランスのよい朝ごはんになるでしょう？」①焼き魚②野菜のみそ汁③だんご	・朝ごはんを食べると、体温が上がり、体が元気に動き、頭とおなかにもスイッチが入ることを伝える。 ・2問目のクイズで、答えは野菜のみそ汁で、赤・黄色・緑がそろうことを話す。			・朝ごはんクイズ②	
まとめ (1分)	3 朝ごはんをバランス良くたべることを確認する。	・夏休みモードから学校モードに切り替えるために、朝ごはんをバランス良くしっかり食べることを話す。				
評価	・朝ごはんの大切さを知り、しっかり食べようとする意欲をもつ。					

# 指導教材等

