

主に関係する 領域・教科	生活単元学習	氏名：寺田 春美
教材・教具名	単元名 食べ物博士になろう！	
ねらい	食べ物はその働きにより3つ（3色食品群）に分けられることやバランスよく食べることの大切さが分かる。	

教材教具の説明

- ・戦隊レンジャーを模して3人のフードレンジャーを主人公にした『食べ物博士になろう！』の話とパネルシアターの制作。（図1と図2）
- ・食材を働きで分ける操作活動をするパネルの用意。（図3）
- ・仲間分けの学習を深めるゲーム「食べ物バスケット」の制作。（図4）
- ・『サラダでげんき』の絵本を大型絵本の代わりにのプレゼン（図5）

図1

<教材の全景>

『食べ物博士になろう！』
ぼくたち3人は、フードレンジャーです。
世界の食べ物の安全のために、たがっています。

僕たちはたべるのが大好き！
とろろで、3人の中で、一番健康なのはだれかな？

そりゃ、ぼくに決まっていますよ。

だつて、ぼくは、
ご飯に、パン、うどん、油、ジャガイモ、ばかり食べるから
エネルギーがいっぱい、もりのり力が湧いてくるよ。
だから、ぼく、もりのりイエローさ！

はい、え、そうではないよ。

だつて、ぼくは、
お肉に、魚、たまご、とうもろこし、牛乳、ばかり食べるから
骨や筋肉が育って、すくすく大きくなるよ。
だから、ぼく、すくすくレッドだよ！

そうかな？
ぼく、か1番だと思っけな。

ピーマンに、ほうれん草、ねぎ、かぼちゃに、
ビタミンがいっぱい、いきいきグリーンだよ！
だから、ぼく、いきいきグリーンだよ！

ちがうよ、ちがうよ、ぼくだよ。
ぼくだよ。

（博士を貼る）
そうだ！博士に聞いてみよう
僕たちの中でだれが1番 健康ですか？

そうじゃなく、誰か1番かな。健康な身体というのは食べ物と深い関係があるんだよ
みんな、食べ物博士になって、答えをみつけてしよう！

はい！

食べ物、その働きによって、3つのなかに分けられるんだよ。働きについて勉強しよう。

まず、
もりのりイエローの好きな食べ物、体を動かすエネルギーになって、
もりのり力がわいてくる働きをするんだよ。

つぎは、
すくすくレッドの好きな食べ物、骨や肉になって、すくすく大きくなる働きをするんだよ。

それから、
いきいきグリーンの好きな食べ物、病気にならなくて、いきいき調子がよくなる働きをするんだよ。

どのなかも、大切な働きをしているんだよ。

だから、
健康でまなな体になるためには

同じものばかりでなく、バランスよくたべること

が大切だよ。わかったかな？
はい。



図2



図3



図4

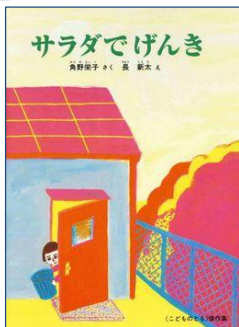
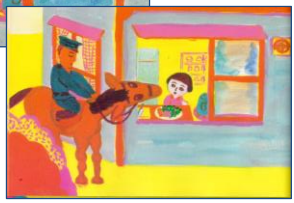





図5



制作のポイント	使用材料・部品
<p>パネルシアター『たべもの博士になろう！』</p> <p>それぞれの食品群ばかり好きなレンジャーが、「自分が1番健康である。」と主張するが3つの食品群をバランスよく食べることが一番健康につながることを伝えるお話になっている。</p> <p>また、もりもりイエローやすくすくレッド、いきいきグリーンなどレンジャーにネーミングすることで働きを理解しやすくした。</p> <p>「食べ物バスケット」</p> <p>赤黄緑の色画用紙が入ったパックに自分で画像を出し入れできるようにしてある。他の〇〇バスケットにも使える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・パネルシアター用不織布 ・web上の画像 ・フリージングパック ・赤黄緑の色画用紙 ・バスケット 紐

実践	<p>単元の流し方（5時間扱い）2つくらいの活動を組み合わせて</p> <p>パネルシアター</p> <ul style="list-style-type: none"> ・見て「食べ物ははたらきによって3つのなかまに分けられる。」ことを知る。 ・出てくる食材の名前が分かる。（言える 選らべる） ・出てくる食材を話に沿って貼る活動をする。 <p>食べ物パネル</p> <ul style="list-style-type: none"> ・『食べ物博士になろう！』に出てくる食材やその他の食材を働きによってなかまわけする。 ・『サラダでげんき』に出てくる食材を3色食品群に分ける。 <p>『サラダでげんき』の読み聞かせ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・画像を取り込みプレゼンすることで巨大絵本のようにする。 <p>ゲーム「食べ物バスケット」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フルーツバスケットの要領で。 ・自分の好きな食材を発表し、それがどの食品群か考え、その色のホルダーに入れる。 ・全体が3つの色に分かれる。（教員の好きな食材で調整する） <p>サラダバイキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食材の実物を3色食品群に分ける。 ・調理 ・バイキング（それぞれのなかまから 1つ以上は選ぶ。） ・食べる。 <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">  data-bbox="716 466 926 582"/> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> data-bbox="748 586 843 603"/>   </div>
効果・改善点等	<ul style="list-style-type: none"> ・パネルシアターを何度も聞いたり見たりすることで理解が深まった。 ・それぞれのレンジャーのポーズを「すくすく」などと言いながら真似る児童がいて指導の手がかりが増えた。 ・自分でも野菜の働きを考えなかま分けをしようとする事ができた。 ・5時間の学習で食べ物のはたらきを理解することは簡単なことではない。“はたらき”や“調子を整える”などのことばは難しいが話の中で繰り返す中で理解が深まると期待できる。毎年何時間か食についての学習を組むことが効果的であると考える。