

## 바른 영양·식생활 교육자료 2

교과	창의적 체험활동	범교과영역	영양·식생활교육		
주제	아침밥을 먹어요.				
학습목표	행복한 가족밥상으로 아침밥 먹는 식습관을 실천할 수 있다.				
수업대상	5~6학년	수업일시	00.00( ) 5교시	지도교사	영양교사 000
학습자료	PPT, 활동지, 누룽지과자(간식용)-강화용				

단계	학습내용 (시간)	교수·학습 활동		자료(▶) 및 유의점(▷)
		교사	학생	
배움 열기	학습 동기 유발 (5분)	<div>■ 동기유발</div> <div>- 자동차가 달리기 위해 필요한 것은 무엇일까요?</div> <div>- 내가 공부할 수 있고 친구들과 신나게 놀 수 있는 힘은 어디서 날까요?</div> <div>- 오늘 우리 집의 아침식사 모습은 어땠나요?</div> <div>■ 배움 목표 제시</div> <div>우리는 무엇에 대해 배우게 될까요?</div>	<div>- 기름입니다.</div> <div>- 밥입니다. 급식입니다.</div> <div>- 늦잠 자서 못 먹었어요.</div> <div>- 혼자서 간단하게 우유와 토스트로 먹었습니다.</div> <div>- 아침밥을 먹어야 하는 이유에 대해 공부할 것 같습니다.</div>	▶ PPT
	배움 목표 확인	매일 아침밥 먹는 식습관을 실천할 수 있다.		
	활동안내	<div>&lt;알아보기&gt;아침밥을 먹어야 하는 이유 알기</div> <div>&lt;활동1&gt; 우리 가족에게 차려줄 아침밥상 꾸며보기</div> <div>&lt;활동2&gt; 아침밥을 함께 먹을 가족에게 사랑의 메시지 적고 발표하기</div>		
배움 전개	배움활동 (10분)	<div>■ 배움활동</div> <div>&lt;알아보기&gt;아침밥을 먹어야 하는 이유</div> <div>- 아침밥을 먹어야 하는 이유에 대해 알아봅시다.</div> <div>- 뇌건강, 성인병예방, 피로예방, 폭식 예방 등 건강에 도움이 됩니다.</div> <div>- 우리 가족의 아침식사 모습을 소개해 봅시다.</div> <div>&lt;활동1&gt;</div> <div>우리 가족에게 차려줄 아침밥상 꾸며보기 -냉장고를 부탁해!-</div> <div>- 우리 가족에게 차려줄 아침밥상을 꾸며봅시다. 냉장고에는 다음과 같은 재료들이 들어 있습니다.</div> <div>이 재료들을 이용하여 우리 가족에게 차려줄 아침 밥상을 구성해 보세요.</div>	<div>- 아침밥을 먹어야 공부할 수 있는 힘이 생겨요.</div> <div>- 아침밥을 먹은 날은 힘이 나서 친구들과 재밌는 놀이도 할 수 있어요.</div> <div>- 온가족이 함께 아침밥을 먹으며 이야기를 나누어요.</div> <div>- 우리 가족은 조용히 밥만 먹어요.</div> <div>- '냉장고를 부탁해!' 처럼 냉장고안의 식재료를 이용해서 우리 가족에게 줄 밥상을 만들어 보겠습니다.</div>	<div>▶ 활발한 질문이 이루어질 수 있도록 허용적 분위기 유도</div> <div>▶ PPT</div> <div>▶ 모둠활동</div>

단계	학습내용 (시간)	교수·학습 활동		자료(▶) 및 유의점(▷)
		교사	학생	
		<b>★냉장고 모습</b> 식빵, 양배추, 달걀, 쇠고기, 시금치, 대파, 마늘, 멸치, 고등어, 우유, 방울 토마토, 양파, 깻잎, 돼지고기, 파프리카, 콩나물, 당근, 버섯, 토마토, 닭고기, 핫케이크, 배추김치, 각종 양념류 - 모둠별 아침밥상 발표하기	▶ 모둠원들끼리 함께 찾아 본다. -사랑토스트 -건강한 한식밥상 (밥, 콩나물국, 돼지고기 볶음, 멸치조림, 김치) -행복밥상표 우유빵	
배움 전개	모듬활동 (13분)	<b>&lt;활동2&gt;</b> <b>아침밥을 함께 먹을 가족에게 사랑의 메시지 적기</b> - 아침밥을 차려주시는 소중한 가족 에게 사랑의 메시지를 적어보세요. 짧게 한 줄도 좋고 길게 적어도 좋습니다. - 가족밥상을 꾸미고 난 소감을 적어 도 좋습니다. - 아침밥은 온 가족이 함께 먹는 것이 좋습니다.	- 아침밥을 차려주는 가족 들에게 고마움을 느꼈어요. - 앞으론 맛있게 아침밥을 먹고 학교에 올 거예요. - 맛있고 감사한 마음으로 남기지 않고 먹겠습니 다.	▶ 활동지 시간이 남을 경우 활동지2를 이용해도 좋다. ▶ 실물화상기 를 통해 발표한다. ▶ 모듬의 1~2명이 골고루 발표 할 수 있도록한다.
	선택활동 (9분)	<b>&lt;활동3&gt;</b> <b>가족이 모두 함께 하는 아침밥 먹기 실천방법 발표하기</b> - 어떻게 하면 가족이 모두 함께 아침밥 먹기를 실천할 수 있을지 생각해봅시다. - PPT를 보면서 함께 가족밥상이 좋은 점을 확인한다.	- 제가 직접 우리 가족이 먹을 아침밥을 만들어 볼 거예요. - 냉장고에 재료들을 보고 "내일 아침은 콩나물국 을 먹고 싶어요."라고 말씀드리면 콩나물국을 끓여주실 것 같아요.	▶ PPT
배움 정리	배움정리 (3분)	<b>■ 배움내용 정리하기 (아침밥송 부르기)</b> - 지금까지 배운 내용을 정리하면서 아침밥송을 따라 부른다. - 아침밥을 꼭 먹는 식습관을 실천한 다. - 온가족이 모여 먹는 행복한 아침 밥상을 먹도록 부모님께 말씀드린다.	- 아침밥송을 부르면서 오늘 배운 내용을 정리 한다. - 지금까지 계속 아침밥을 꼭 먹는 식습관을 유지 해야겠다. - 앞으론 아침밥을 잘 챙겨 먹어야겠다.	▶ PPT ▶ 간식 (강화용) -누룽지과자

## ※ 평가 계획

평가내용	구분	평가 기준
매일 아침밥 먹는 식습관을 실천할 수 있다.	상	아침밥을 먹어야 하는 이유를 알고 냉장고에 있는 재료를 이용하여 건강한 가족 아침밥상을 구성할 수 있으며, 실천할 수 있다.
	중	아침밥을 먹어야 하는 이유를 알고, 냉장고에 있는 재료를 적절히 활용하여 가족 아침밥상을 구성할 수 있으나 실천의지는 약하다.
	하	아침밥 먹기 실천이 약하고 가족밥상의 구성하는데 어려워한다.

활동 1)

# 우리가족에게 차려줄 아침밥상 꾸며보기

## -냉장고를 부탁해!

☐ 아침밥상의 이름을 정해보세요.

☐ 필요한 재료를 적어보세요.

☐ 만드는 과정을 적어보세요.

### 활동 2)

# 아침밥을 함께 먹을 가족에게 사랑의 메시지 적기

