



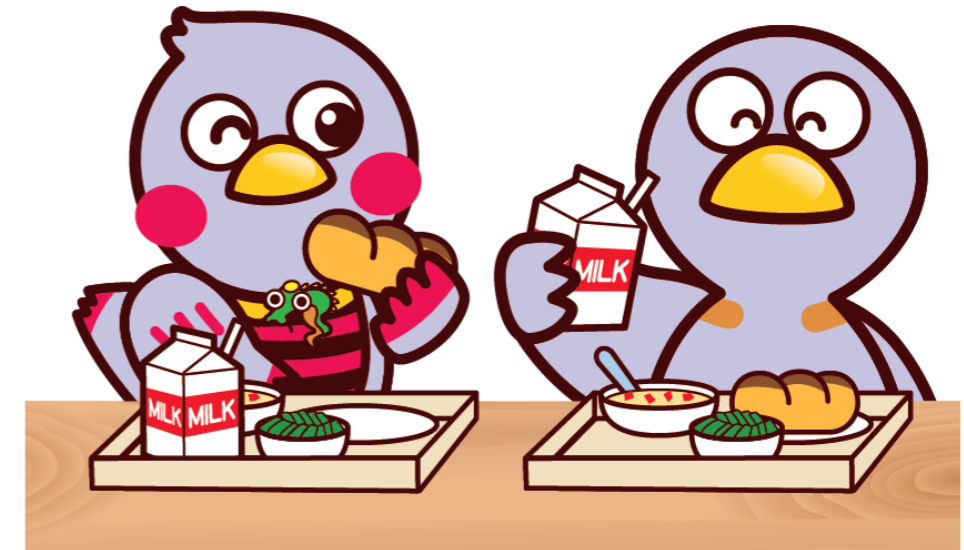
彩の国  
埼玉県

令和3年度

埼玉県小・中学校食育指導力向上  
授業研究協議会 学習指導案集



埼玉県マスコット「コバトン」&「さいたまっち」



埼玉県マスコット「コバトン」&「さいたまっち」

埼玉県教育委員会

令和3年度 埼玉県小・中学校食育指導力向上授業研究協議会 学習指導案集

埼玉県教育委員会

# は じ め に

学校における食育の推進及び学校給食の充実につきまして、関係の皆様には御理解・御協力を賜り深く感謝申し上げます。

近年、食に関する様々な健康面、安全面の問題が指摘されており、食育の推進は大きな国民的課題となっています。そのような中、成長過程にある子供たちへの食育は、将来の食習慣の形成に大きな影響を及ぼすものであり、学校教育活動全体での食育の一層の推進が求められています。

学校において食育を推進するためには、食に関する指導の目標や具体的な取組について共通理解を図ることが必要です。また、栄養教諭や養護教諭等の専門性を生かすなど教職員間の連携に努めることが重要です。まずは、食育の「生きた教材」である学校給食の教育的役割や意義を見直し、教職員一人一人の学校給食への意識が高まることで、給食時間の指導の充実、学校給食と各教科等での指導を相互に関連させた授業の充実につながるものと思います。

これらを踏まえ、県では、学校における食に関する指導の普及・充実に向け、「埼玉県小・中学校食育指導力向上授業研究協議会」を毎年実施しているところです。本年度は、県内4教育事務所管内の5校（小学校3校、中学校2校）において合計16の授業を公開していただきました。

新型コロナウイルスの影響により、規模を縮小しての開催となりましたが、どの会場校においても、校内の推進体制を整え、食育を推進していただきました。多くの学校で、学校給食を授業に関連付けるとともに、給食時間を工夫することや日頃の教育活動を食育の視点から見直したことなどにより、教科等横断的な指導が進められていました。

本年度は、食に関する指導の中心である「体育（保健体育）」、「家庭（技術・家庭）」、「特別活動（学級活動）」の3つの教科領域に加え、「総合的な学習の時間」、「国語」の分野において、また特別支援学級や日本語指導の学級においても授業を公開していただきました。授業では、効果的なICTの活用、現代的な課題でもあるSDGsの観点を踏まえた単元設定、学年の系統性を踏まえた取組、家庭や地域との連携を図った取組など、食に関する指導の充実につながる工夫が多く見られました。

こうした素晴らしい取組を県内に広く発信するため、このたび、各会場校で公開された授業の指導案をまとめ、ここに刊行いたしました。各学校におかれましては、本書を校内研究の推進に役立てていただければ幸いです。

なお、本協議会は、埼玉県教育委員会、埼玉県学校食育研究会及び埼玉県学校栄養士研究会が主催しております。この場をお借りして、本事業に研究支援をいただいた公益財団法人埼玉県学校給食会、各会場校関係者及び関係各市町教育委員会の皆様の御理解と御協力のもと、授業研究協議会が開催できましたことに、改めてお礼申し上げます。

結びに、本書をより多くの先生方に活用していただき、本県の食に関する指導がますます充実するとともに、学校における食育が一層推進されるよう祈念いたしまして、挨拶とさせていただきます。

令和4年3月

埼玉県教育局県立学校部保健体育課  
課長 松 中 直 司

# 目 次

1	会場校一覧	1
2	食に関する指導の目標・食育の視点・食に関する指導の内容	2
3	学習指導案	
(1)	川口市立仲町小学校	
	研究構想図	5
	れいの書かれ方に気をつけて読み、それを生かして書こう（第3学年 国語）	7
	食べて元気！ご飯とみそ汁（第5学年 家庭）	11
	結ぼう！世界と日本～私たちの町から発信しよう～ （第6学年 総合的な学習の時間）	14
	物の名前「あきをたべよう」（日本語指導 日本語指導）	18
(2)	北本市立東中学校	
	健康な生活と疾病の予防（第1学年 保健体育）	21
	食品の選択～自分の生活に合った食品選択～（第2学年 家庭）	25
	受験期の食生活（第3学年 特別活動）	29
(3)	吉見町立東第二小学校	
	研究の取組について	33
	食事のマナー（第2学年 特別活動）	34
	体の成長とわたし（第4学年 体育）	37
	こんだてを工夫して（第6学年 家庭）	40
(4)	寄居町立寄居中学校	
	研究の取組について	43
	家族と調理にチャレンジしよう 献立作成と調理 （特別支援学級 生活単元学習）	44
	自分の食生活を見直し、健康について考えよう（第1学年 特別活動）	47
	自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう（第2学年 特別活動）	50
	健康な生活と病気の予防～生活習慣病と食生活の関わり～ （第2学年 保健体育）	52
(5)	行田市立南小学校	
	食に関する指導の全体計画①②	55
	しっかりたべてげんきにすごそう（第1学年 特別活動）	57
	世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食～食品ロスの問題を考える～ （第5学年 総合的な学習の時間）	61

# 1 会場校一覧

## 会場校及び公開授業

### ① 川口市立仲町小学校

令和3年10月15日(金)

研究主題 「認め合い、学び合える仲小っ子の育成

～『食』への関心を高め、望ましい食習慣を身に付けるための食育指導～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
3年2組	国語	れいの書かれ方に気をつけて読み、それを生かして書こう	教諭・森岡 翔平	教室
5年1組	家庭	食べて元気！ご飯とみそ汁	教諭・廣岡 太陽 栄養士・加藤 祥子	教室
6年2組	総合的な学習の時間	結ぼう！世界と日本 ～私たちの町から発信しよう～	教諭・高橋 和生	教室
日本語指導	日本語指導	物の名前「あきをたべよう」	教諭・澁谷 啓子 栄養士・加藤 祥子	日本語教室1

### ② 北本市立東中学校

令和3年11月17日(水)

研究主題 「望ましい食習慣を身につけ、正しい判断力とたくましい行動力をもった生徒の育成」

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
1年5組	保健体育(保健分野)	健康な生活と疾病の予防	教諭・立岡 由之	教室
2年3組	技術・家庭(家庭分野)	食品の選択 ～自分の生活に合った食品選択～	教諭・桑田 弥生 栄養士・江草 麻衣	教室
3年2組	特別活動	受験期の食生活	教諭・原田 雄基	教室

### ③ 吉見町立東第二小学校

令和3年11月18日(木)

研究主題 「食への関心を高め、豊かな心身を育む児童の育成

～各教科や取組における食育指導の充実を目指して～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
2年1組	特別活動	食事のマナー	教諭・根岸 征史	教室
4年1組	体育(保健)	体の成長とわたし	教諭・石井 英樹 養護教諭・松葉ひかる	教室
6年1組	家庭	こんだてを工夫して	教諭・伊藤 一美 栄養教諭・山岸美代子	教室

### ④ 寄居町立寄居中学校

令和3年11月26日(金)

研究主題 「主体的・対話的で深い学びの実現に迫る授業改善～食に関する指導の研究を柱に～」

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
特別支援学級	生活単元学習	家族と調理にチャレンジしよう 献立作成と調理	教諭・竹田 温子 教諭・吉田 礼子	教室
1年3組	特別活動	自分の食生活を見直し、健康について考えよう	教諭・岡部 友菜 栄養教諭・次六 雄子	教室
2年1組	特別活動	自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう	教諭・小内 貴司 栄養教諭・次六 雄子	教室
2年2組	保健体育(保健分野)	健康な生活と病気の予防 ～生活習慣病と食生活の関わり～	教諭・鈴木しのぶ	教室

### ⑤ 行田市立南小学校

令和3年11月9日(火)

研究主題 「主体的・対話的に学び合い、考えを深め合える児童の育成

～「食べる力」＝「生きる力」食育を通して生き生きと生活できる力を育む～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
1年2組	特別活動	しっかりたべてげんきにすごそう	教諭・田中 佑季 栄養教諭・松本 朋子	教室
5年1組 5年2組	総合的な学習の時間	世界へ、未来へ、つなげよう！ わたしたちと食 ～食品ロスの問題を考える～	教諭・入江 恭子 教諭・蒔 慎也	教室

## 2 食に関する指導の目標・食育の視点・食に関する指導の内容

### 食に関する指導の目標

(知識・技能)

食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。

(思考力・判断力・表現力等)

食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできる能力を養う。

(学びに向かう力・人間性等)

主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

### 食育の視点

#### 食事の重要性

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

子供たちが豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくためには何よりも食が大切であるという視点である。

食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るためには、健全な食生活や食環境が欠かせないものであり、その営みを大切にすることが重要である。

#### 心身の健康

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

生涯にわたって健全な食生活を実現することが、心身の健康の増進と豊かな人間形成に資するという視点である。そのために、望ましい栄養や食事のとり方を理解する必要がある。

また、食事を規則正しく3食とるなど望ましい生活習慣を形成し、食の自己管理能力を身に付けることが、心身の健康にとって重要である。

## 食品を選択する能力

正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。

正しい知識・情報に基づいて食品の品質及び安全等について自ら判断し、食品に含まれる栄養素や衛生に気を付けていくことが重要であるという視点である。

正しい知識・情報とは、食品や料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等に関する事項である。それらの情報について関心を持ち、得た情報を整理・分析した上で、食品の適切な選択ができる能力が求められている。

## 感謝の心

食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。

人の食生活が自然の恩恵の上に成り立っていること、また、食に関わる人々の様々な活動に支えられていることに対して感謝する心が大切であるという視点である。

人々の生活は昔から動植物などの自然の恩恵に支えられて成り立っていることや生産・流通・消費など食に関わる人々の様々な活動に支えられていることに気づき、環境保全や食品ロスの視点も含めて、感謝の気持ちや食べ物を大事にする心を育むことが求められている。

## 社会性

食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

協力して食事の準備から後片付けをしたり食事のマナーを身に付けたりすることで、人間関係形成能力を身に付けることが大切であるという視点である。

食器の使い方や食事の時の話題選びなどの食事のマナーを身に付けることが、楽しい共食につながることや、一緒に調理したり食事をしたりすることを通してコミュニケーションを図り、心を豊かにすることが大切である。

## 食文化

各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

日本の伝統ある優れた食文化や食に関わる歴史、地域の特性を生かした食生活（地場産物の活用）、食料自給率等を理解し尊重しようとする視点である。

地域の特性を生かした食生活や食料自給率を考えることは、地域や日本を知り、大切にすることを育むとともに、他の国々の食文化を理解することにもつながっていく。また、食料の生産はそれぞれの国や地域の気候風土と深く結びついており、それらの特質を理解し継承・発展させていくことが求められている。

## 食に関する指導の内容の三体系

### ○教科等における食に関する指導

- ・ 関連する教科等において食に関する指導を行う場合には、当該教科等の目標がよりよく達成されることを第一義的に考え、その実現の過程に「食育の視点」を位置付け、意図的に指導する。
- ・ 主体的、対話的で深い学びの視点からの授業改善を進めていく。

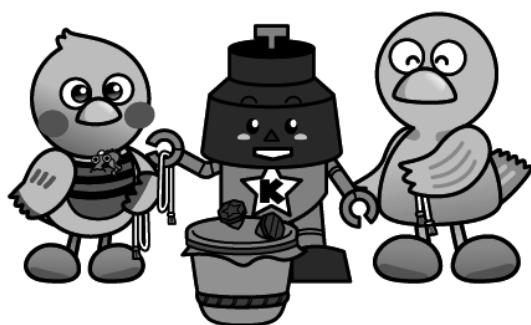
### ○給食の時間における食に関する指導

- ・ 給食指導  
給食の準備、会食、片付けなどの一連の指導を、実際の活動を通して毎日繰り返して行う。
- ・ 給食の時間における食に関する指導  
献立を通して食品の産地や栄養的な特徴を学ぶ、郷土食や行事食などの食文化を学校給食で学ぶ、学校給食を活用して教科等で学習したことを確認する。
- ・ 給食を教材とした教科等における食に関する指導  
教科や総合的な学習の時間等での指導に食育の視点を入れることにより、授業の導入をスムーズに行ったり、学習で得た知識を食事という体験を通して具体的に確認したり、振り返ったりする。

### ○個別的な相談指導

授業や学級活動の中など全体での指導では解決できない健康に関係した個別性の高い課題について改善を促すために実施する。

# 川口市立仲町小学校



2021年は埼玉誕生150周年





◎研究構想図 <食に関する指導>

学校教育目標 「かしこい子 やさしい子 たくましい子」  
 ～学校・家庭・地域が連携し、学び合い・ふれあい・高め合い～

研修主題「認め合い、学び合える仲小っ子の育成」  
 ～『食』への関心を高め、望ましい食習慣を身に付けるための食育指導～

目指す児童像  
 食に関心をもち、望ましい食習慣を実践できる子

研究仮説

- ①関連する教科等における食育に関する指導において、豊かな体験活動や交流活動を意図的・計画的に取り入れ、学習過程を工夫することにより、学びが深まり、『食』への関心が高まるだろう。
- ②学校で学んだことを家庭の食事で実践する取組を工夫したり、『食』に関する知識や経験を有する人材や教材を有効に活用したりするなど、学校と家庭・地域社会が連携・協働し食育を推進することが、望ましい食習慣を身に付ける子供たちの育成につながるであろう。

児童を取り巻く食環境の整備

- ①給食指導の充実
  - ・仲小スタイル
  - ・月目標の実践と振り返り
- ②学校放送を活用した食育の充実
- ③特別活動を活用した食育の充実
  - ・交流給食(たてわり)
  - ・給食委員会の活動
- ④食育関連掲示物の充実

食に関する指導の充実

- ①児童が主体的に学習に取り組む単元計画・指導の工夫
- ②交流活動の充実
- ③TT、GTを活用した指導
- ④豊かな体験的活動
- ⑤ICT機器の活用(GIGAスクール)
- ⑥シェフ給食/未来授業


家庭・地域・学校と連携した食育

- ①献立表・たより・ホームページ等による食に関する情報の発信
- ②学校保健委員会、給食試食会
- ③生活習慣チェックシート、肥満指導 保健指導等の充実
- ④食物アレルギー面談、教育相談等
- ⑤ふれあいお弁当の日
- ⑥家庭～学校間のレシピ交流

食に関する教科等での指導



生活科  
夏野菜の栽培



体育(保健指導)

各教科  
(国語・社会・理科・生活・家庭・体育等)




給食時間の過ごし方  
給食当番の仕方




体験学習  
さやむき・皮むき等

学校給食  
(給食指導、食に関する指導、給食)



給食委員会の  
掲示活動



今月の給食掲示  
特別活動  
(学級活動・児童会活動・学校行事)

学習意欲・授業規律／ 互いに信頼し、話し合える学級

学びの土台

## ◎本校児童の食の実態

3年国語



### 仮説1への手立て

- 理科「植物の育ち方」の学習内で植えたダイズを実際に学年園で育て、成長の様子を観察し、児童にとって大豆をより身近な存在として捉えられるようにする。また、採れたダイズの種からもやしを育て、「すがたをかえる大豆」の文中に出てくる美味しく食べる工夫を実感できるようにする。
- 「食べ物のひみつを教えます」の学習において牛乳や卵、お米などの食品がどのように姿を変えているかを、児童同士の交流の際に写真を見せながら説明することで、児童にとってより生活に基づいた具体的な学びとしていく。

### 仮説2への手立て

- 実際に家庭にある大豆由来の食品を見つける活動を通して、私たちの食生活を支えている大豆由来の食品の豊かさを知り、さらに深く興味をもつことができるようにする。
- 一つの食品が様々な姿に変化していることを記す「食べ物のひみつカード」を各家庭等で記入し、牛乳や卵、お米などの食品が実際に自分たちの食生活を支えていることを知ることで食の意識を高めることができるようにする。

5年家庭

### 仮説1への手立て

- 米の炊飯の学習において、浸水をしていない米と浸水をしている米を比較し、浸水の必要性を実感を伴って理解したり、炊飯時の米の変化について観察したりする活動を工夫することにより、米をおいしく炊くことへの関心を高める。
- だしの入っているみそ汁と入っていないみそ汁を比較することで、だしの役割を実感を伴って理解する活動を通し、日本の伝統的な日常食であるみそ汁について関心を高める。
- 「家族」を対象とし、「とっておきのみそ汁」を考えることにより、自分の家庭での食生活をよりよくしようとする意欲を高め、今後の生活に生かせるようにしていく。

### 仮説2への手立て

- 授業の調理実習で学んだことを生かし、「我が家にとっておきのみそ汁」の計画を立て、家庭で実践し、授業で振り返る学習活動を工夫し、「望ましい食習慣」への実践意欲を高め、今後の家庭生活に生かす力を育てていく。

## ◎各研究授業における仮説に対する手立て

6年総合

### 仮説1への手立て

- 世界の食糧問題に目を向けさせることで、日本や身の回りの食糧に関する現状を見直し、解決しようという意欲につなげる。
- 自分たちにできることを考えさせることで、自分事として捉え、日々の食事について関心を高めさせる。
- それぞれのグループで考えた取組を発表・交流することで、食についての考えを深めさせる。

### 仮説2への手立て

- 家庭でも食事の重要性の理解を深められるように、「食育だより」や「もぐもぐ通信」を通して、学校での食育に関する取組を積極的に発信する。
- お弁当の日などの取組により、保護者の方にも積極的に協力してもらうようにしている。
- 校内に食に関する掲示をしたり、問題意識をもたせる場を設けたりすることで、主体的に考えることができるようになる。
- 地域の方々へ食品ロスやSDGsについて発表することで、自分自身の食習慣を見直すことができる。

日本語

### 仮説1への手立て

- 野菜の名前を、繰り返し絵を見ながら覚えたり、シルエットクイズで言ったりしながら、友達と楽しく覚え合う活動を行う。
- 「〇色の野菜をください。」「〇〇ですか。」「どんな色(大きさ、形)ですか。」等のクイズ形式での会話を通して、相手と通じ合う喜びを感じ楽しみながらお互いの知識を定着させ、日本語での言語の響きを味わう。
- 給食の中に入っている食材、特に季節「秋」の食材について知り、食に関する関心を高める。

### 仮説2への手立て

- 食べ物の名前を覚え、親しみを感じたり給食への関心を高めたりすることで、何でも食べられる等望ましい食習慣を身につける第一歩とする。
- 野菜の名前を知ることによって親しみや興味を持ち、学校の給食と家庭料理を進んで食べようとする態度を育てる。
- 日本語教室より『つなぐ』を活用し、学校と家庭また家庭同士の双方向の意見交流を通して、食(料理)についての関心を高める。

第3学年2組 国語科学習指導案

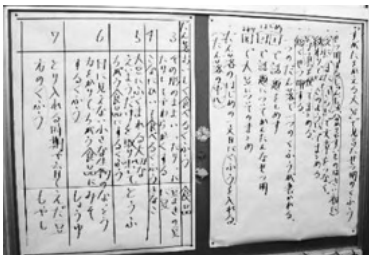
令和3年10月15日(金) 第5校時  
 場所 3年2組 教室  
 在籍児童数 男子18名 女子15名 計33名  
 指導者 教諭 森岡 翔平

1 単元名・教材名

れいの書かれ方に気をつけて読み、それを生かして書こう

「すがたをかえる大豆/科学読み物での調べ方/食べ物のひみつを教えます」(光村図書3年下巻)

2 指導と評価の計画(16時間扱い) 本時15/16時

次	時	主な学習活動	学習内容	○指導上の留意点・評価(評価方法) ※食育の視点
第一 次	1	○単元扉・題名から文章の内容を想像する。 ○「すがたをかえる大豆」を読み、大体的内容を捉える。 ○本文を読んだ感想を交流する。 ○学習課題を設定し、学習計画を立てる。	○学習の見通し ○初発の感想の交流 ○学習課題・学習計画の設定 ○本時の学習の振り返り	○単元扉を活用し、既習事項を振り返り、単元目標に触れることで学習の見通しをもたせる。 ○大豆の加工食品の実物や写真などを提示し、イメージをもたせる。  【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習の見通しをもって、文章の説明の工夫を見つけている。 (発言・ノート・観察)
第二 次	2	○段落分けを確かめながら文章全体の組み立てを捉える。 ○「中」で挙げられている事例を整理する。	○本文の読み取り ○文章全体の組み立ての把握 ○大豆の加工食品の整理 ○本時の学習の振り返り	○説明される内容とそれを支える事例の関係に着目させるようにする。 ○前時に使用した食品の写真を活用しながら事例を整理する。  【思考・判断・表現②】 ・段落相互の関係に着目しながら、考えとそれを支える理由や事例との関係などについて、叙述を基に捉えている。 (発言・ノート・観察)
	3	○大豆に手を加える時の言葉を調べ、意味を確かめる。 ○文章の説明内容に合った「問い」を考える。	○本文中の語句の意味調べ ○「中」の内容に合った問い作り ○本時の学習の振り返り	○辞書の使い方を再度確認し、意味が分かりにくい言葉についての理解を深める。 ○「いる」「ひく」のような加工に関わる語句を動画で視聴し、具体的なイメージをもたせる。  【知識・技能①】 ・国語辞典を活用して、本文中の語句を調べ、語彙を増やしている。 (ワークシート)
	4	○それぞれの段落の中心となる文や接続語に注目して、「中」の書かれ方について考える。 	○各段落内の中心文の読み取り ○各段落の順序性についての読み取り ○本時の学習の振り返り	○各段落で挙がっている加工食品の写真を順に掲示し、事例の順序性を視覚的にも捉えさせる。 ○同心円チャートを活用しながら図で食材の変化の広がりイメージさせる。  【思考・判断・表現②】 ・段落相互の関係に着目しながら、考えとそれを支える理由や事例との関係などについて、叙述を基に捉えている。 (発言・ノート・観察)

	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○筆者の説明のしかたの工夫をまとめる。</li> <li>○「すがたをかえる大豆」で学んだ大豆の変化について気づいた・考えたことを交流する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○説明の工夫のまとめ</li> <li>○大豆の変化についての感想交流</li> <li>○単元の学習の振り返り</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○筆者の説明の工夫を文章の組み立て方や語句の使い方の観点からまとめさせる。</li> <li>○大豆の加工の工夫を振り返らせ、驚いたことや感心したことなどを中心に振り返らせる。</li> </ul> <div data-bbox="973 358 1447 548" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・説明される内容とそれを支える叙述を基に捉えたり、それらを明確にして書き表し方を工夫したりしている。</li> </ul> <p>(発言・ノート・観察)</p> </div> <p>※伝統的な食文化や食に関わる歴史・加工の工程等について理解を深め、尊重しようとする心をもつ。 <b>【食文化】</b></p>
<p>第三次</p>	<p>6 5 1 0</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○これから学習する内容に見通しをもち、今後の学習計画を立てる。</li> <li>○P50「科学読み物での調べ方」の内容を参照し、調べる方法を知る。</li> <li>○各自の食材を決めて調べる。</li> <li>○調べた内容をノートに整理する。</li> <li>○他の食べ物を扱った本を読み、内容や説明の工夫について感想を伝え合う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学習課題・学習計画の設定</li> <li>○「科学読み物での調べ方」の内容の把握</li> <li>○各食材についての調査</li> <li>○他の食べ物を扱った本についての感想交流</li> <li>○内容の整理</li> <li>○本時の学習の振り返り</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の知識、得意・不得意な食べ物と調べる内容を関連付け、食材を決めさせる。</li> <li>○調べる前に自分が既に知っていることと知らないことを整理して調べる内容や方法を考えさせる。</li> </ul> <div data-bbox="973 1052 1447 1265" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【知識・技能②】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・幅広く読書に親しみ、読書が必要な知識や情報を得ることに役立つことに気付いている。</li> </ul> <p>(発言・ノート・観察)</p> </div>
<p>1 1 5 1 4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○組み立てと例の書き方を考える。</li> <li>○文章の下書きをする。</li> <li>○清書をする。</li> <li>(○タブレットを用いて例で挙げる食材の画像を調べ、印刷をする。)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○文章の組み立て</li> <li>○文章の下書き・清書</li> <li>(○例で挙げる食材の画像準備)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「すがたをかえる大豆」の説明の工夫を取り入れられるように掲示物を活用する。</li> </ul> <div data-bbox="973 1377 1447 1579" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【思考・判断・表現①】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の考えとそれを支える理由や事例との関係を明確にして、書き表し方を工夫している。</li> </ul> <p>(ワークシート)</p> </div>
<p>1 5 5 1 6</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○友達と書いた文章を読み合い、感想を伝え合う。</li> <li>○単元の学習を振り返る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○書いた文章の読み合い</li> <li>○読みあった児童同士での感想交流</li> <li>○単元の学習の振り返り</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童同士でお互いに読み合い、説明のしかたと内容の両面から互いに交流をさせる。</li> <li>○変化した後の食品を具体的に相手に伝えられるように画像を相手に見せながら説明する。</li> </ul> <div data-bbox="973 1803 1447 1960" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【思考・判断・表現③】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・文章を読んでまとめた意見や感想を共有し、自分の考えを広げている。</li> </ul> <p>(発言・ノート・観察)</p> </div> <p>※伝統的な食文化や食に関わる歴史・加工の工程等について理解を深め、尊重しようとする心をもつ。 <b>【食文化】</b></p>

3 本時の学習指導（本時 15 / 16）

(1) 目標

文章を読んでまとめた意見や感想を共有し、自分の考えを広げることができる。




【思考、判断、表現】

(2) 食育の視点

伝統的な食文化や食に関わる歴史・加工の工程等について理解を深め、尊重しようとする心をもつ。

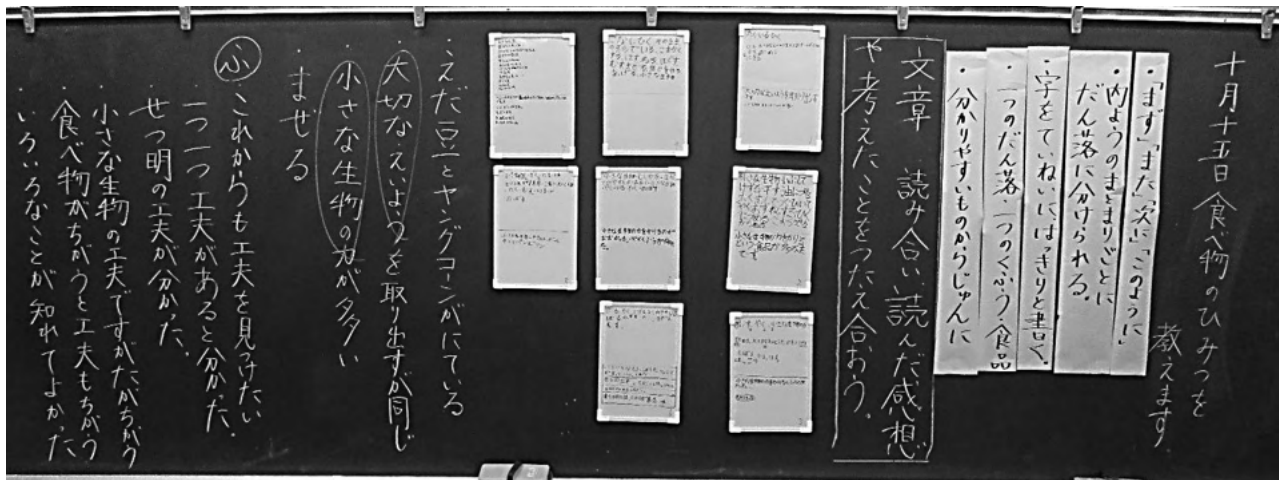
【食文化】

(3) 展開

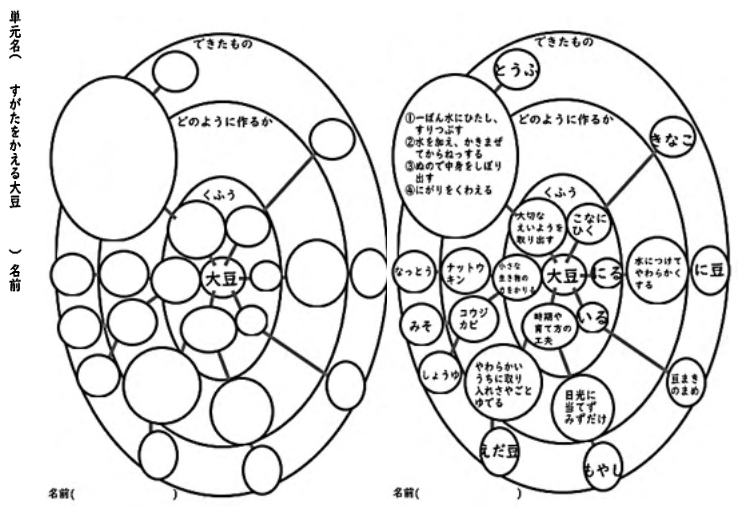
過程	学習活動	学習内容	指導上の留意点(・) 研究仮説との関わり(◎) 評価規準・方法(☆) 食育の視点(※)
つかむ 考える	1 前時までの学習を振り返り、本時の学習課題を確認する。	○前時までの学習の確認 ○本時の見通し ○学習課題の把握	・これまでに相手に説明する文章を書く時には「内容のまとまりごとに段落に分けること」「例を挙げる順序を考えること」「絵や写真を示して説明すること」などが大切であると振り返らせる。
	文章を読み合い、読んだ感想や考えたことをつたえ合おう。		
伝える 合う	2 本時の学習の進め方を知る。  3 同じ食材を選んだグループの友達と文章を読み合い、説明文を書く際のポイントを話し合う。	○学習の要点・進め方の確認  ○同じ食材を選んだグループでの読み合い ○お互いの文章の確認	・教科書 p 55 の内容を参考にし、「説明する文章の書き方について」、「調べた内容について」の2つの観点で読み合うことを伝える。  ・最初に同じ食材を選んだ児童同士でペアを組み、読み合いをさせる。その際は特に「説明する文章の書き方について」どのような違いがあるか、どのような工夫があったかについてポイントを押さえた書き方ができているか確認をさせる。 ◎牛乳や卵、お米などの食品がどのように姿を変えているかを、児童同士の交流の際に写真を見せながら説明することで、児童にとってより生活に基づいた具体的な学びとする。
	4 違う食材を選んだグループの友達と文章を読み合い、初めて知ったことや気づいたことを交流し合う。	○違う食材を選んだグループでの読み合い ○お互いの感想の交流	・次にそれぞれ別の食材を選んだ児童同士で4人組を作り、読み合いをさせる。その際は特に「調べた内容について」どのような違いがあるか、どのようなことを知ったかについて感想の交流をさせる。 ・話し合いで出たそれぞれの工夫を各グループホワイトボードに記入させ、全体交流の際に活用する。
	5 交流を通して気付いたことを振り返り、感想を伝え合う。	○話し合いを通して知った・学んだことの感想交流・全体発表	・加工方法の工夫や、完成した食品の共通点や相違点に着目させる。 ※伝統的な食文化や食に関わる歴史・生産の工程等について理解を深め、尊重しようとする心をもつ。 【食文化】
			☆文章を読んでまとめた意見や感想を共有し、自分の考えを広げている。 【思考、判断、表現③】 (発言・ノート・観察) ・グループでの交流を生かして自分の考えを伝えられている児童をBとする。 <手立て> B→A ・グループで読み合った感想を生かして、今度説明する文章を書く時にはどのようなことに気を付けたいか、初めて知った食
			

		<p>材の変化を今後の自身の食生活にどう生かしたいか考えさせる。  <b>C→B</b>          ・友達の文章と自分の文章の共通点や相違点を考えさせ、その気付いたことを感想として書かせる。</p>
<p>振り返る</p>	<p>6 本時の学習を振り返り、次時の予告をする。</p> <p>○本時の学習の振り返り          ○振り返りの全体発表          ○次時の予告</p>	<p>・友達の学習で気付いたこと・学んだこと・疑問に思ったことについて振り返りを書かせ、次時の学習につなぐ。</p>

4 板書計画



ページ	言葉	意味
47	やせた	
47	作物	
46	ゆてる	
45	むす	
45	熱する	
45	すりつぶす	
44	ひく	
44	にる	
44	いる	
43	手をくわえる	
43	消化	
42	口にする	



## 第5学年1組 家庭科学習指導案

令和3年10月15日（金）第5校時  
 場所 5年1組 教室  
 在籍児童数 男子14名 女子13名 計27名  
 指導者 教諭 廣岡 太陽  
 学校栄養士（GT） 加藤 祥子

- 1 題材名「食べて元気！ご飯とみそ汁」 内容B (2)ア(オ)、(1)ア、(3)ア(ア)(イ)  
 2 指導と評価の計画（11時間扱い）本時10 / 11

小題材	○ねらい・学習活動	評価規準 食育の視点（※）		
		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
ステップ1 「毎日の食事を見つめよう」	<p>○食事の役割と日常の食事の大切さについて理解するとともに、米飯及びみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることを理解することができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常の食事を振り返り、食事の役割について話し合う。</li> <li>・日本の食事について、米飯とみそ汁を日常的に食べている理由や、米飯とみそ汁のよさ、和食の特徴としての一汁三菜のよさについて考える。</li> </ul> <p>○米飯及びみそ汁の調理の仕方について問題を見だし、おいしく食べるための課題を設定することができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭で調べてきたことをもとに、米飯とみそ汁の調理の仕方について、疑問に思ったことなどを発表する。</li> <li>・おいしく食べるために米飯とみそ汁の調理の仕方について追求する課題を設定する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;">                 おいしいご飯とみそ汁の                  作り方を探ろう             </div>	<p>※①食事の役割が分かり、日常の食事の大切さについて理解している。</p> <p>【食文化】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> </ul> <p>*ペーパーテスト</p> <p>②米飯及びみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることを理解している。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> </ul>	<p>①おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理の仕方について問題を見だし課題を設定している。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・行動観察</li> <li>・ワークシート</li> </ul>	
ステップ2 「毎日の食事のとり方を考えて、おいし	<p>○日本の伝統的な日常食である米飯の調理や配膳の仕方について理解し、適切に炊飯や配膳をすることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・米の上手な洗い方を予想し、視聴覚教材を見て確認する。</li> <li>・浸水をしていない米と浸水をしている米を比較することで、その必要性和浸水時間について確認する。</li> <li>・班ごとに鍋を用いて炊飯し、米の変化を観察し、記録する。</li> </ul> <p>*感染状況に応じて、教師が炊飯している様子を大型テレビ画面に映し、観察・記録する学習活動に変更する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・みそ汁の絵カードとともに、配膳の仕方を確認する。</li> </ul> <p>○日本の伝統的な日常食であるみそ汁の調理について理解し、適切に調理することができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・だしの入っていないみそ汁と入っているみそ汁を比較し、風味の違いを感じとる。</li> <li>・だしのとり方（煮干しだし）を示範により確認する。</li> </ul>	<p>③米の洗い方、水加減、浸水時間、加熱の仕方、蒸らしについて、硬い米が柔らかい米飯になるまでの炊飯に関する一連の操作や変化について理解しているとともに、適切にできる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・行動観察</li> </ul> <p>*ペーパーテスト</p> <p>④我が国の伝統的な配膳の仕方について理解していると共に適切にできる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・行動観察</li> </ul>	<p>※①伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。</p> <p>【食文化】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポートフォリオ</li> <li>・行動観察</li> </ul>	



<p>い「はんとみそ汁を調理しよう」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大根（中まで火を通す食材）、豆腐（温めればよい食材）、ねぎ（香りを大切にしたい食材）の切り方と、の入れる順について、グループで話し合い、全体で確認する。</li> <li>・みその加え方、みそを入れた後に煮詰めない（みその香りを損なう、濃度が高くなる）ことについて、視聴覚教材を見ながら確認をする。</li> <li>・班ごとにみそ汁の調理をする。</li> <li>*感染状況に応じて、教師が炊飯している様子を大型テレビ画面に映し、観察・記録する学習活動に変更する。</li> <li>・確認テストにより、みそ汁の調理の仕方を振り返る。</li> </ul>	<p>※⑤みそ汁に必要なだしのとおり方、実の切り方や入れ方、みその香りを損なわない扱い方について理解していると同時に適切にできる。</p> <p>【食文化】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>・行動観察</li> <li>・確認テスト</li> </ul>		
<p>ステップ3「我が家のおきのみそ汁を作ろう」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体に必要な栄養素の種類と主な働きについて触れ、栄養を考へて食事をとることの大切さが分かるようにする。</li> <li>○食品は含まれる栄養素の特徴により三つのグループに分けることができることや、料理や食品を組み合わせるとる必要があることが理解できるようにする。</li> <li>・前時で調理したご飯とみそ汁に含まれているかを確認する。</li> <li>・ご飯とみそ汁に含まれている食品を、三つのグループに分け、足りない栄養素を補うおかずをグループで話し合う。</li> <li>・次回「我が家のおきのみそ汁」の調理計画に向けた事前準備について確認する。</li> <li>○「我が家のおきのみそ汁」の調理計画を考へ、工夫することができる。</li> <li>・「我が家のおきのみそ汁」の条件を確認し、家族の好みや状況を考へながら、材料の分量、実の組み合わせや切り方、食材に含まれる栄養を考へる。</li> <li>○「我が家のおきのみそ汁」の計画について、話し合いを通し、工夫・改善することができる。</li> <li>・「我が家のおきのみそ汁」について、自分が立てた調理計画をグループで発表し合うとともに、互いによさを伝えたり、アドバイスをしたりする。</li> <li>・交流・アドバイスを受けて、さらに計画について工夫・改善を行い、家庭での「我が家のおきのみそ汁」作りへの意欲を高める。</li> </ul>	<p>⑥体に必要な栄養素の種類と栄養素の働き、食事をとることの大切さについて理解している。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>*ペーパーテスト</li> </ul> <p>⑦食品は含まれる栄養素のグループに分けることができることと、料理や食品を組み合わせるとる必要があることを理解している。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> <li>*ペーパーテスト</li> </ul>	<p>②おいしく食べるためにみそ汁の調理計画について考へ、工夫している。</p> <p>【食品を選択する能力】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理計画・実践記録表</li> </ul> <p>③おいしく食べるためにみそ汁の調理計画や調理の仕方について、実践を評価したり改善したりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理計画・実践記録表</li> </ul>	<p>②伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、課題解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポートフォリオ</li> <li>・調理計画・実践記録表</li> <li>・行動観察</li> </ul> <p>③伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、工夫し実践しようとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポートフォリオ</li> <li>・調理計画・実践記録表</li> <li>・行動観察</li> </ul>
<p>「我が家のおきのみそ汁」家庭で実践</p>				
	<p>○「我が家のおきのみそ汁」の家庭での実践を報告し合い、実践を見直し、改善することができる。</p>	<p>※⑤みそ汁に必要なだしのとおり方、実の切り方や入れ方、みその香りを損なわない扱い方について理解していると同時に適切にできる。</p> <p>【食品を選択する能力】</p> <p>記録に残す評価</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理計画・実践記録表</li> </ul> <p>*ペーパーテスト</p>	<p>④おいしく食べるためにみそ汁の調理計画や調理の仕方についての課題解決に向けた一連の活動について、考へたことを分かりやすく表現している。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・行動記録</li> <li>・調理計画・実践記録表</li> </ul>	

3 本時の学習指導（本時 10 / 11）

(1) 目標

- ・「我が家のとっておきのみそ汁」の計画について、話し合いを通し、評価・改善をしている

【思考・判断・表現】

(2) 食育の視点

- ・自分の好みや家族のことを考えて、みそ汁のだしや実を選択し、理由と併せて説明することができる。

【食品を選択する能力】

(3) 展開

学習活動	指導上の留意点（・） 研究仮説との関わり（◎） 評価規準・方法（◇） 食育の視点（※）
<p>1 前時の学習を振り返る。</p> <p>2 本時の学習の見通しをもつ。 ・学習課題の把握</p> <p>3 条件（実の種類）、発表や話し合いのポイントを確認し、グループで付箋を使って伝え合い・話し合いを行う。</p>  <p>4 アドバイスを受けて、改善することについて記入する。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前時に立てた「我が家のとっておきのみそ汁」の計画について確認をする。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>学習課題 「我が家のとっておきのみそ汁」の計画を伝え合い、おいしいみそ汁にするために、さらに改善しよう</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学んだことを生かし、話し合いやアドバイスをし合って、各家庭で調理する「我が家のとっておきのみそ汁」がよりおいしくなるよう、意欲を高める声かけをする。</li> <li>・話し合いが充実するよう、ポイント及び話し合いの進め方を確認する。</li> <li>・ポイントに沿った伝え合いや話し合いが行われているか、児童の話す内容をよく観察し、必要に応じて助言をする。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin: 5px 0;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>《条件～実の種類～》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■加熱して柔らかくする必要があるもの（根菜類など）</li> <li>■香りを大切にできるもの（ねぎ、三つ葉など）</li> <li>■温めるだけでよいもの（豆腐、わかめなど）</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>《ポイント》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○家族の好みや状況</li> <li>○入れる実</li> <li>○食材の栄養素</li> <li>○切り方と理由</li> <li>○入れる（火を加える）順番と理由</li> <li>○その他の工夫</li> </ul> </div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・話し合いの際、学校栄養士によるアドバイスを受けることで、児童の話し合いがさらに深まるようにしていく。</li> </ul> <p>※自分の家族の好みや健康のことを考えて、みそ汁のだしや実を選択し、理由と併せて説明することができる。</p> <p>【食品を選択する能力】</p> <p>◎話し合いを通して、各自改善することを、調理計画・実践記録表に赤鉛筆で書き加えるよう指導する。</p>
<p>◇「我が家のとっておきのみそ汁」の計画について、話し合いを通し、評価・改善をしている。</p> <p>【思考・判断・表現】 調理計画表・行動観察</p>	
<p>概ね満足できる状況（B）</p>	<p>「我が家のとっておきのみそ汁」の計画について、話し合いの中で、ポイントに沿ってアドバイスをし、話し合いのアドバイスから、改善することをワークシートに記入している。</p> <p>➡ポイントをもとに、ワークシートの記載内容と照らし合わせて改善点はないか、具体的に助言をする。</p>
<p>5 「我が家のとっておきの味噌汁」をさらにおいしくするために、グループで出された意見を全体で共有する。（まとめにつなげる）</p> <p>6 振り返りをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全体で共有したことを数人に発表してもらい、板書にわかりやすくまとめる。</li> </ul> <p>◎本時の学びを振り返り、次時（家庭での「我が家のとっておきのみそ汁」の調理）への意欲を高める。</p>


第6学年2組 総合的な学習の時間 学習指導案

令和3年10月15日（金）第5校時  
 場所 6年2組 教室  
 在籍児童数 男子16名 女子15名 計31名  
 指導者 教諭 高橋 和生

1 単元名 「結ぼう！世界と日本 ～私たちの町から発信しよう～」

2 指導と評価の計画（46時間扱い） 本時15／46時

過程	○学習活動 ・ 児童の思考	○指導上の留意点・評価（評価方法） ※食育の視点
オリエンテーション	○食品ロス問題について知る。(1) ・身近にこのような問題があるんだ。 ・意識したことがなかった。	○オリンピックの食事廃棄問題を提示し、食品ロスへの問題意識を高める。
課題の設定	○SDGsについて知る。(2) ・世の中にこんな問題があるんだ。 ・世界にはいろんな問題があるんだ。 ・自分達には関係ないのかな。 ・川口市のことを調べてみたい。 ・まずは自分の家のことを調べてみたい。	○JICAの講師を招き、SDGsの目標について講義をしていただく。 ○食品ロス問題を中心に話をする。  【知識・技能①】 ・世界中で起きている様々な問題について理解し、よりよい未来についてイメージを広げている。 【思考・判断・表現①】 ・発展性のある課題を設定し、解決への見通しをもって計画を立てている。 (発言内容・ワークシート)
情報収集・分析	○自分の家の現状を調べる。(2) ・冷蔵庫の中を調べたら期限切れのものがたくさんあった。 ・捨ててしまうものが出てしまうことを聞いた。もったいない。 ○(本時)市や地域、スーパーや地域の方々の取組を調べる(10) ・青年議会議場では「ドギーバッグコンテスト」を行っている。 ・「市の重点取り組み目標」に食品ロスについて述べられていたよ。 ・子ども食堂では期限が切れてしまいそうな食材を寄付してもらっているみたい。 ・地域の人にはSDGsを知らない人もいた。 ・お店では、「手前取り」などの取組をしていた。 ・個人の商店ではあまり取組をしていないみたい。 ・まずは知ってもらわなければならないのかな。 ・西川口の町の問題点って何だろう。	○各家庭には事前にお願いの通知をする。 ※食品ロスの視点も含めて環境や資源に配慮した食生活に向けて何が必要か考えるとともに、実践することができる。【感謝の心】 ○調査する項目を話し合い、事前に確認をする。 ○調査に際しての注意事項を指導する。 ○ゲストティーチャー（川口市役所・子ども食堂・青年会議所・学校・スーパー・一般の人々・飲食店より）を招き、食品ロスへの取組を聞かせる。  【知識・技能①②】 ・世界中で起きている様々な問題について理解し、よりよい未来についてイメージを広げている。 ・収集した情報から必要な内容を選択して、自分の考えをまとめるために活用している。 【思考・判断・表現①②③】 ・発展性のある課題を設定し、解決への見通しをもって計画を立てている。 ・課題の解決に必要な情報と手段を選択して多様に収集し、内容に合わせて蓄積することができる。 ・課題の解決に向けて、観点に合わせて情報を整理し、考えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度①②】 ・世界と自分とのつながりを意識しながら、課題解決に向け、探究活動に自ら進んで取り組もうとしている。 ・課題解決に向け、友達の意見や考えを生かしながら、協働的に学ぼうとしている。 (発言内容・ワークシート)
整理・分析	○地域でできることを考え、取り組む活動を決める。(1～2) ・地域のために取り組めることは何だろう。 ・自分たちから働きかければ解決できるのではないだろうか。 ・中華料理屋さんの食べ残しを減らすためにドギーバッグを置いてもらおう。	○地域を調べる中で浮かび上がってきた課題を考えさせる。 ○地域の現状を踏まえ、自分たちにできることを考えさせる。 ○自分たちが住む地域をよりよい町にする意欲を高め、話し合わせる。 ○必要に応じて時間を延ばすことも考えられる。 ○前時までには調べた情報をもとに事前に個人で意見を

	<p>・食品ロス問題を知ってもらうためにポスターを作ろう。</p> 	<p>もたせてから話し合わせる。</p> <p><b>【知識・技能①②】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界中で起きている様々な問題について理解し、よりよい未来についてイメージを広げている。</li> <li>・収集した情報から必要な内容を選択して、自分の考えをまとめるために活用している。</li> </ul> <p><b>【思考・判断・表現①②③】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発展性のある課題を設定し、解決への見通しをもって計画を立てている。</li> <li>・課題の解決に必要な情報と手段を選択して多様に収集し、内容に合わせて蓄積することができる。</li> <li>・課題の解決に向けて、観点に合わせて情報を整理し、考えることができる。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度①②】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界と自分とのつながりを意識しながら、課題解決に向け、探究活動に自ら進んで取り組もうとしている。</li> <li>・課題解決に向け、友達の見解や考えを生かしながら、協働的に学ぼうとしている。</li> </ul> <p>(発言内容・ワークシート)</p> <p>※食品ロスの視点も含めて環境や資源に配慮した食生活に向けて何が必要か考えるとともに、実践することができる。<b>【感謝の心】</b></p>
<p>まとめ・表現</p>	<p>○決めた活動に取り組む。(9)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポスターを貼ったら読んでくれる人がたくさんいた。</li> <li>・ドギーバッグがあることで捨てることが少なくなった。</li> </ul> <p>○食品ロスについて取り組んだことを振り返る。(1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちにも地域のために取り組むことが出来るんだ。</li> <li>・単元を通して身に付けたことを自分たちも日々の生活で生かしていきたいな。</li> </ul>	<p>○取組の結果をお店の方や、地域の方に聞くことが出来るよう手配する。</p> <p><b>【思考・判断・表現③④】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の解決に向けて、観点に合わせて情報を整理し、考えることができる。</li> <li>・自分なりの解決の方法や自分たちができることなどについて考えを発表原稿や提示資料に工夫してまとめ、発表するなど、適切に表現している。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度③】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界と自分とのつながりを意識し、自分たちができることについて行動しようとしている。</li> </ul> <p>(発言内容・ワークシート・プレゼン資料)</p>
<p>課題の設定</p>	<p>○SDGsの中から自分が興味をもった目標について取り上げる。(1)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水に困ったことがないから安全な水について調べたい。</li> <li>・当たり前を受けている教育について調べてみよう。</li> </ul>	<p>○映像資料等を用意し、身近な問題や目標について考えさせる。</p> <p>○海外派遣経験のある教員から、エジプトの現状を話す。</p> <p><b>【思考・判断・表現①】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発展性のある課題を設定し、解決への見通しをもって計画を立てている。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度①②】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界と自分とのつながりを意識しながら、課題解決に向け、探究活動に自ら進んで取り組もうとしている。</li> </ul> <p>(発言内容・ワークシート)</p>
<p>情報の収集</p>	<p>○それぞれの課題について調べる。(8)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界と日本の違いについて調べてみよう。</li> <li>・いままでどのように変わってきたのか気になるな。</li> </ul>	<p>○児童の活動に応じて関係各機関と連絡を取る。</p> <p>○必要に応じて図書の利用やインターネットの活用をさせる。</p> <p><b>【知識・技能①②】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界中で起きている様々な問題について理解し、よりよい未来についてイメージを広げている。</li> <li>・収集した情報から必要な内容を選択して、自分の考えをまとめるために活用している。</li> </ul> <p><b>【思考・判断・表現①②③】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の解決に必要な情報と手段を選択して多様に収集し、内容に合わせて蓄積することができる。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度①②】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界と自分とのつながりを意識しながら、課題解決に向け、探究活動に自ら進んで取り組もうとしている。</li> <li>・課題解決に向け、友達の見解や考えを生かしながら、協働的に学ぼうとしている。</li> </ul> <p>(発言内容・行動観察・ワークシート)</p>

<p>整理・分析</p>	<p>○調べたことをまとめる。(4)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・私たちが安全な水を使えているのは当たり前ではないんだ。</li> <li>・教育を受けられない国がこんなにあるなんて知らなかった。</li> <li>・企業はいろいろな取組をしているな。</li> <li>・私たちにできることはないかな。</li> </ul>	<p>○四つ切画用紙に調べたことをまとめさせる。</p> <p>○まとめたものを学年で共有することを伝え、相手意識をもってまとめさせる。</p> <p>○世界の諸問題に対して自分事として考えられるようにする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【知識・技能①②】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界中で起きている様々な問題について理解し、よりよい未来についてイメージを広げている。</li> <li>・収集した情報から必要な内容を選択して、自分の考えをまとめるために活用している。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現①②③】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の解決に向けて、観点に合わせて情報を整理し、考えることができる。</li> </ul> <p>【主体的に学習に取り組む態度①②】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・世界と自分とのつながりを意識しながら、課題解決に向け、探究活動に自ら進んで取り組もうとしている。</li> <li>・課題解決に向け、友達の意見や考えを生かしながら、協働的に学ぼうとしている。</li> </ul> <p>(発言内容・行動観察・ワークシート)</p> </div>
<p>まとめ・表現</p>	<p>○調べたことと、自分たちにできることを発表する。(6)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちにもこんなことならできるのではないかな。</li> <li>・他のグループの提案で、SDGsのことをもっとくわしく知ることができた。</li> <li>・グラフや表でまとめているのでわかりやすかった</li> <li>・目線を前に、身振りを交えたプレゼンで思いが伝わってきた。</li> </ul> <p>○単元の学習で自分たちが取り組んできたことを振り返る。(2)</p>	<p>○5年生やインタビュー等でお世話になった方々を招き、プレゼン会を行う。</p> <p>○SDGsに関する多様な提案の発表を互いに見合うことで、自己の考えを深められるようにする。(国語「今、私は、ぼくは」)</p> <p>○単元を通じて高まった自他の成長を認め合い、これからの生活にどのように生かせるかを考えさせるようにする。</p> <p>○「UNICEF みんなの行動宣言」に取り組みさせる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【知識・技能③】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本や世界で起きている様々な問題についての認識の高まりは、持続可能で公正な社会の実現に向けて探究的に学習してきたことの成果であることに気付いている。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現④】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分なりの解決の方法や自分たちができることなどについて考えを発表原稿や提示資料に工夫してまとめ、発表するなど、適切に表現している。</li> </ul> <p>【主体的に学習に取り組む態度②③】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題解決に向け、友達の意見や考えを生かしながら、協働的に学ぼうとしている。</li> <li>・世界と自分とのつながりを意識し、自分たちができることについて行動しようとしている。</li> </ul> <p>(発言内容・行動観察・ワークシート)</p> </div>

### 3 本時の学習指導 (本時 15 / 46)

#### (1) 本時の目標

- ・調査してきた食品ロスについての地域の現状を伝え合い、整理・分析することを通して、地域の問題から課題意識をもつことができる。

#### (2) 食育の視点

- ・食品ロスの視点も含めて環境や資源に配慮した食生活に向けて何が必要か考えるとともに、実践につなげようとするすることができる。

【感謝の心】

#### (3) 展開

過程	学習活動	指導上の留意点 (・) 研究仮説との関わり (◎) 評価規準・方法 (☆) 食育の視点 (※)
つ か む	1 今日のめあてを確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今日の学習で行うことを確認し、めあてを提示する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>地域の食品ロスの現状を明らかにしよう。</p> </div>

<p>伝え合う</p>	<p>2 「話し合いグループ」ごとにお互いの調べたことを伝え合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パワーポイントのスライド資料を使って話し合いをすることを確認する。</li> <li>・持ち時間は一人1分程度とし、順番に伝える。</li> <li>・話す児童には、クラスに伝えるべき事実や気づきを正しく伝えることを確認する。</li> <li>・聞く児童には、気になったことや詳しく知りたいことは後で聞くことを確認する。</li> <li>・残った時間は、お互いの調査について質問し合うよう指導する。</li> </ul>
<p>3 調べたことを整理する。</p>	<p>3 調べたことを整理する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・それぞれの調査グループの伝えたことをキーワードにして黒板に貼り、キーワードを児童に整理させる。</li> <li>・現状、対策、思いの視点で整理をさせる。</li> </ul>
<p>4 この町の食品ロスの現状を分析する。</p>	<p>4 この町の食品ロスの現状を分析する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各グループの調査の結果から、共通する点や、大きく取り上げるべき課題を分析する。</li> <li>・黒板に張り出した資料をもとに話し合いをさせ、整理しながら対話をさせる。</li> <li>・この段階では、まだ解決方法は考慮せず、自由な発想で挙げさせる</li> </ul> <div data-bbox="507 1534 1404 1668" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>☆調査してきた食品ロスについての地域の現状を伝え合い、地域の問題点について整理・分析している。【思考・判断・表現】 (発言内容・ワークシート)</p> </div> <p>※環境や資源に配慮した食生活を実践につなげようとしている。</p> <p style="text-align: right;">【感謝の心】</p> <p>◎世界の食糧問題に目を向けさせることで、日本や身の回りの食糧に関する現状を見直し、解決しようという意欲につなげる。</p>
<p>振り返る</p>	<p>5 本時の学習のまとめと振り返りをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の活動を振り返り、今後の活動計画について話す。</li> <li>・次回、クラスで取り組むことを決めることを伝え、見通しをもたせる。</li> </ul>



サバイバル～日本語基礎初期（食育）学習指導案

令和3年 10月 15日（金） 第5校時  
 場所 日本語教室 1  
 在籍児童数 男子2名 女子2名 計4名  
 指導者 教諭 澁谷 啓子  
 学校栄養士(GT) 加藤 祥子

1 単元名・教材名

・物の名前 「あきをたべよう」

・食育 給食に使用されている秋の野菜の名前を知り、食への関心を高めよう（心身の健康）

2 指導と評価の計画（4時間扱い） 本時3/4時

次	時	主な学習活動	学習内容	日本語の表記・語い	○指導上の留意点・評価（評価方法） ※食育の視点
第一次	1	○本の読み聞かせ ○秋の野菜の名前を覚えることを知る。 ・野菜の絵カードを使いながら、名前を楽しく覚える。 ・シルエットクイズをやりながら、名前を覚える。 ○振り返りの活動で、自分の考えや気持ちを相手に分かるように伝える。	○秋の野菜の名前 ・買い物ごっこの文型 ○問題を出す主体的態度 ○主体的なやり取り(㊦)  ○自分の気持ち(㊦)	・さつまいも、にんじん、さといも、かぼちゃ、だいこん、れんこん、豆苗、空心菜 ・～が分かりました。 ・～ができました。 ・自分の書いた振り返りを、しっかり言う。 ・相手の言うことをきちんと聞く。(うなづき、相づちなど)	【主体的に学習に取り組む態度】 ・給食に含まれている野菜について知ろうとしている。 【知識・技能】 ・献立に含まれる野菜について確認している。 (発表・ワークシート)  ○中国や日本の野菜の名前がわかり、リズムに合わせて言わせる。 ※旬の秋の野菜の名前を知り、親しみをもつことで、食への関心を高めさせる。そのことが、ゆくゆくは心も体も健康になっていく事につながる。【心身の健康】
第二次	2	○野菜のシルエットクイズ ○2チームで分かれて「クイズで買い物」をしよう。 ・「キノコご飯」に含まれる野菜の名前を知る。 ・野菜の大きさや形、色などが分かる。 ○振り返りの活動で、自分の考えや気持ちを伝える。 ・友達の考えを聞いたり、自分の考えと照らし合わせたりする。(1対1)	・形で分かる野菜 ○クイズ形式。質問、答え  ○問題を出す主体的態度、発言、聞き方(㊦) ○自分の気持ち相手の考え比較(同じ・違う)等(㊦)	・野菜の名前にんじん、えのきだけ、さつまいも・ぶなしめじ・しいたけ ・買い物をする時の会話 「○○をください」「どんな色ですか」「黄色です。」など ・～が分かりました。 ・～ができました。 意見交流の視点 ・○○さんと同じ ・○○さんと違う	【思考・判断・表現】 ・野菜の名前や特徴を言おうとしている。 ・自分の分かったことやできたことを言おうとしている。 (ワークシート・発言)  ・知っているきのこの名前をリズムに合わせて、言わせる。 ※旬の野菜の名前を知り、形や色などがわかり親しみをもつことで、食への関心を高めさせる。そのことが、ゆくゆくは心も体も健康になっていく事につながる。【心身の健康】 ・振り返りカード 自分の考えと友達の考えを比較させる。
第三次	3 (本時)	○秋の食べ物の栄養素を含んだ給食の献立を知る。 「秋のみのりカレー」 ○2チームで分かれて「クイズで買い物」をしよう。 ○振り返りの活動で、自分の考えや気持ちを伝える。	○給食の献立秋のカレーに含まれる野菜 ○クイズ形式。質問、答え ○問題を出す主体的態度(㊦) 主体的な発言、聞き方(㊦)	・秋の野菜の名前 ・たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、さつまいも、しょうが、れんこん・にんにく ・買い物をする時の会話 「○○をください」「どんな色ですか」「緑色です。」等	【思考・判断・表現】 ・野菜の名前や特徴を言おうとしている。 (観察・ワークシート・発言)  ○秋の野菜の名前を覚えさせる。 ※野菜の名前を当てながら、買い物ごっこをする中で楽しく名前を覚える。そして、名前を覚えた野菜が給食で出された時、親しみを感じ進んで食べよう

					とする。それら一連の学習活動が、ゆくゆくは「心身の健康」につながっていく。【心身の健康】
第四次	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日本の「肉じゃが」と中国の「春巻き」で同じ食材、違う食材を学ぶ。</li> <li>○チームに分かれて、「かいものごっこ」をする。</li> <li>○「大きい野菜をください。」「○○ですか。」の文型が分かる。</li> <li>・形や大きさの聞き方や答え方ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○秋の他の食材</li> <li>・日本の肉じゃが対中国の春巻き</li> <li>・含まれている野菜 ㊦</li> <li>○正しい文型</li> <li>○大きい・小さい、重い・軽い、丸い・四角い・長細い・これ位</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肉じゃがに含まれる野菜（じゃがいも・糸こんにゃく・玉ねぎ）</li> <li>・春巻きに含まれる野菜（にら、たけのこ、びいまん</li> <li>・どちらにも含まれる野菜（にんじん、しいたけ）</li> <li>・買い物をする時の会話「～ください」</li> </ul>	<p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・形、大きさ・色などから野菜の名前を理解し言おうとしている。</li> <li>(発言・ワークシート)</li> </ul> <p>○中国や日本の料理に含まれる野菜の名前がわかり、それぞれ違う食材と同じ食材がある事に気づかせる。</p>

### 3 本時の学習指導 (本時 3 / 4)

#### (1) 目標

- ・工夫して買い物をしたり、野菜の名前をクイズから考えたりすることができる。

【思考・判断・表現】

#### (2) 食育の視点

給食を生きた教材として活用し、みんなと食べると楽しいおいしいと感じられるように、基礎の習得として名前を覚えることで親しみをもち、その料理を食べる。その一連の行動を通し、心も体も健康な生活につながるができる。

【心身の健康】

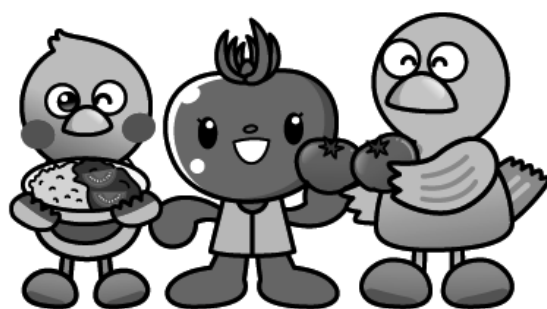
#### (3) 展開

過程	学習活動	学習内容 (○) 食育の視点 (※)	日本語の 表記・語い	指導上の留意点 (・) 研究仮説との関わり (◎) 評価規準・方法 (☆) 食育の視点 (※)
ふれる	1 今日の日付を言う。 ・読み聞かせる ・昨日の給食の献立の確認。	○今日の日付 ・元気のいい声 ○野菜の話 ○野菜の確認	・今日・昨日・明日の日付け ○サツマイモ、カボチャ等	・日付けを元気に言うことで学習への意欲付けを行う。 ・読み聞かせを聞き、学習への意欲を高める。 ・給食への関心を高める。
つかむ	2 給食について関心をもつ。 ・栄養士のお話を聞く。 ○給食に出てくる野菜の名前を覚えることを知る。	○給食に含まれている秋の野菜 ・給食のメニュー ※名前を知ることでの親しみをもつ。 ○写真から、秋の食物を見つける。 ・黒板の野菜などの絵の名前を発表。	○玉ねぎ・にんじん・さつまいも・ぶなしめじ・しょうが・れんこん ・レンコンの断面図 (穴の数)	・給食の写真から自分たちが食べる給食に関心をもたせる。 ・栄養士のお話を聞き、野菜の名前を知ろうという意欲をもたせる。 ◎野菜の名前について、自ら進んで学ぼうとする意欲をもたせる。 ・テンポ良く野菜の名前を言っていく。 ・シルエットでも言えるようにさせる。



<p>伝え合う</p>	<p>3 野菜の名前当てクイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○「クイズで買い物」をする中で、野菜の名前を学ぶ。</li> <li>○教師のモデリングから、やり方を学ぶ。</li> <li>○2人で役割を分担して行う。</li> <li>○お店に野菜を買いに行き、品物を買ってくる。</li> <li>○店の人の役は、早く品物を当てられるよう質問を工夫する。</li> <li>○買う人は、質問に正しく答える。</li> <li>○同じ役割同士で、相談する。</li> </ul>	<p>○野菜の名前 シルエットクイズ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クイズの出し方</li> <li>・教師のモデリング話形(例)</li> </ul> <p><b>客</b>「茶色の野菜をください。」</p> <p><b>店</b>「分かりません。」</p> <p><b>店</b>「どんな形ですか。」</p> <p><b>客</b>「細長い形です。」</p> <p><b>店</b>「サツマイモですか。」</p> <p><b>客</b>「そうです。」</p> <p>等の話型を学習する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・互いに質疑応答を行う。</li> </ul> <p>※給食を生きた教材として活用することで、給食をより身近に感じる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜の名前を覚え親しみをもち、食べようとする意欲をもつ。【心身の健康】</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・買い物をする時の会話</li> <li>・○○をください。</li> <li>・どんな色</li> <li>・黄色です。</li> <li>・どんな形</li> <li>・長細い</li> <li>・○○ですか。</li> <li>・違います。</li> <li>・そうです。</li> <li>・○○をください。</li> <li>・ありがとうございました。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・役割同士での相談 (何かなあ。 ○○だよ。等)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・分からない児童への対応 掲示物(野菜のカード)を見て、思い出させる。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>☆工夫して買い物をしたり、野菜の名前をクイズから考えたりできる。【思考・判断・表現】(観察・ワークシート・発言)楽しんでクイズを出したり、質問に答えたりしている児童をBとする。(発言・観察)&lt;手立て&gt;</p> <p>B→A</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・用紙を見ながら、自分の買いたい野菜について、正しく答えさせる。</li> <li>・相手に分かりやすい速さや声の大きさと発言させる。</li> <li>・質問の順番を自分なりに考えて、質問させる。</li> </ul> <p>C→B</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達と相談して、答えさせたり、友達の言葉を繰り返して言わせたりする。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎買いたい野菜について、自ら進んでクイズを出したり、答えたりしている。</li> <li>○野菜の数(1<b>ほん</b>・2<b>ほん</b>・3<b>ほん</b>)やお金のやり取りをする児童がいたら称賛する。</li> </ul>
<p>振り返り</p>	<p>4 栄養士の話</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養士からカレーに含まれている野菜について、話を聞く。</li> </ul> <p>5 振り返りカードに記入する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・考えを伝え合う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・秋(旬)の野菜はおいしく栄養があるので、給食を残さず食べる事を伝える。</li> <li>・頑張ったことや分かったこと</li> <li>・友達の考え</li> <li>・比較(同じ・違う)</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・2人の意見を比べて、同じか違うか話し合う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・好き嫌いなく何でも食べること。秋は食べ物がおいしく栄養価が高いので、食べてほしいと話す。</li> <li>・本日の学習の振り返りを行う。(頑張ったことや分かったこと)</li> <li>・頑張った自分に◎をつけ、自己肯定感を培わせる。</li> </ul>

# 北本市立東中学校



2021年は埼玉誕生150周年



## 第1学年5組 保健体育科（保健分野）学習指導案

令和3年11月17日（水） 第5校時  
生徒数 男子17名 女子16名 合計33名  
場所 1年5組教室  
指導者 教諭 立岡 由之

1 単元名「健康な生活と疾病の予防」 イ 生活行動・生活習慣と健康 (ア) 食生活と健康

2 単元について

### (1) 教材観

我が国の食文化は多種多様な国の食べ物が、飲食店やコンビニエンスストア、スーパーマーケットなどで安易に手に入れることができ、好きなときに好きなものを好きなだけ食べることができる。また最近では健康ブームもあり、サプリメントやプロテインなどの食べ物も広く認知されるようになり、これもまた様々な場所で簡単に手に入れることができるようになった。

そのような時代の中で、中学生期は心身共に著しく成長し、運動、食事、休養（睡眠）のバランスのとれた生活を送ることが、望ましい発育・発達につながり、生活習慣を確立させる大切な時期である。

そこで本単元では、①健康は主体と環境の相互作用の下に成り立っていること、逆に疾病は主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること、②健康の保持増進には、年齢や生活環境に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活が不可欠であることを理解できるようにする。

### (2) 生徒の実態

本学級の生徒は明るく、1年生らしい初々しさをもっていて授業中も教師の問いに対して反応も多い。日常生活の中でも、ほとんどの生徒は異性と意見がぶつかることなく良好な人間関係を構築できる生徒が多い。また給食中でも男女問わず「おかわり」をする生徒が多く、学校行事にもクラス一丸となり、練習に励む様子が見られる。

しかし、一部の生徒は配膳された給食を残したり、メニューに入っている食材の好き嫌いを理由に食べなかったりするという生徒もいる。

事前アンケートの結果から見られる、食事に関する本校1学年の生徒の実態は以下のとおりである。

- |   |
|---|
| ① 健康に過ごすためには「朝食をとることが大事だ」ということを知っていますか？<br>はい…99% いいえ…1%                                      |
| ② 朝食をとっていますか？<br>必ずとる…86% とらない日がある…12% ほとんどとらない…2%  |
| ③ ②で朝食を食べない理由は？<br>起きるのが遅くとる時間がない…12人 食欲がない…8人 朝食の用意がない…2人<br>とる習慣がない、その他…1人ずつ                |
| ④ 今朝食べてきた料理(食品)は何ですか？<br>主食+3品…47人 主食+2品…49人 主食+1品…34人 主食のみ…14人<br>主食なし1~2品…3人 未記入(食べていない)…2人 |
| ⑤ 自分で食品を買うときに、裏面の表示を見ますか？<br>はい…74人 いいえ…75人   |
| ⑥ ⑤で見ると答えた人は何をみますか？<br>原材料…20人 栄養価…19人 内容量…27人 賞味期限…62人<br>アレルギー表示…6人 その他…4人                  |
| ⑦ 自分の生活を振り返り「食事」のバランスがとれているか評価してください。<br>※値が高い方が評価が高い。5…28% 4…46% 3…20% 2…3% 1…4%             |



ほとんどの生徒は、健康に生活するために朝食をとることが必要だと理解しているようだが、実際の生活では朝食をとらないで登校する生徒もいる。生活をする中で、起床時間が遅いために時間の余裕がなかったり、食欲がなかったりすることが理由に上がっているが、中には家庭で朝食の準備が整わない生徒もいる。また、食品のバランスを考えて、自らの食生活を高く評価している生徒は多いが、一方では食品の材料や成分については興味関心があまりなく、賞味期限や値段、アレルギーなど自分と直接関係がある項目を見ている生徒が多い。

### 3 指導のねらい

導入では、アンケート結果から朝食について考えさせ、決まった時間に食事をする必要性や、食事には体を作る役割と失われたエネルギーを補給する役割があることについて理解させる。展開では、小学校高学年や家庭科で学んだ5大栄養素について復習し、5大栄養素の観点からバランスのとれた朝食と夕食を、タブレットを使って作成させる。そして前時の「運動と健康」の授業から、自分で立てた献立をエネルギーの面からも考えさせ、調和のとれた食事をするのはとても難しいことを理解させる。まとめでは、普段何気なく口にしてる給食の献立を立てるポイントや、どんな思い・願いを込めてつくっているのか本校栄養士の話聞き、自分の食事には自分のことを大切に思ってくれる人々の手が加わっていることを知り、自分の食生活を振り返り、感謝の気持ちをもって食事することを理解させる。

### 4 食育の観点

#### (1) 食事の重要性

食事は、人間が心身共に健康な生活を送るために不可欠な営みであり、その営みを大切にすることが重要である。

#### (2) 心身の健康

心身の健康の増進と豊かな人間形成を実現するためには、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、生活習慣を形成し、自己管理に努めることが重要である。

#### (3) 感謝の心

人の食生活は自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の様々な活動に関して感謝する心が大切である。また環境保全や食品ロスの視点からも食べ物を大事にする心が重要である。

### 5 評価の観点と評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 健康や疾病は主体と環境の要因が相互に関わり合いが深いことを理解している。 ② 主体の要因には、年齢、性、免疫、遺伝などの素因と、生後に獲得された運動、食事、休養及び睡眠などの生活習慣や行動などを理解している。	① 自分の生活を考え、課題を見つけ、PCを使って仲間と意見交換ができる。	① 学習の進め方を理解し、健康に関する資料や教科書を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなど、進んで取り組もうとしている。

### 6 指導計画及び評価計画（4時間）

時	ねらい・学習活動
1 【健康の成り立ち】	I ねらい <ul style="list-style-type: none"> <li>単元の流れをつかみ、学習の仕方を知る。</li> <li>健康と疾病は、主体と環境が相互に関わりながら成り立つことを理解できるようにする。</li> </ul> II 学習活動 <ol style="list-style-type: none"> <li>単元の流れをつかむ。</li> <li>健康な人はどんな人なのかをPCを使って、班で意見を出し合う。 (評価の観点、評価方法) (思・判・表①、PC観察) 以下 同</li> <li>健康の定義はあるものの、健康には様々な捉え方があることを知る。 ・けがや病気、悩みなどの観点を広げながら考えさせる。(知・技①、態①、PC観察)</li> <li>教科書を通して、健康と主体要因・環境要因の関係について考える。(思・判・表①、PC観察)</li> <li>インフルエンザを例にとり、なぜ冬に流行するのか、主体要因と環境要因の観点からPCを使って、グループで意見を出し合う。</li> <li>本時のまとめと次時の見通し</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                         &lt;指導すべき内容&gt;                         <ul style="list-style-type: none"> <li>主体の要因には、年齢、性、免疫、遺伝などの素因と、生後に獲得された運動、食事、休養及び睡眠などの生活習慣や行動などが深く関係していること。</li> <li>環境の要因には、物理的・化学的環境、生物学的環境、社会環境などがあること</li> </ul> </div>



2 【運動と健康】	<p>Iねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動は身体の発達を促すとともに、精神的にも良い効果をもたらすことを理解できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 前時の復習 2 運動の質から、運動負荷が変わり、それを調整することをつかむ。</li> <li>3 運動することによって身体の発達に効果的で、精神的にもよい影響を与えることを理解する。(PC)</li> <li>4 主な生活の行動消費カロリーから、一日生活を振り返り、自分がどれくらいのカロリーを消費するかを考える。(思・判・表①、PC観察)</li> <li>5 現代人は運動の効果を理解しながら、なぜ運動をしないのか、グループで意見を出し合う。(知・技②、態①、PC観察)</li> <li>6 運動をしない人の事例を出し、問題点をグループで考え、PCにまとめる。</li> </ol>
	<p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動は身体の発達を促すとともに、精神的にも良い効果をもたらすこと。</li> <li>・健康を保持増進するためには、年齢や生活習慣等に応じて運動を続けることが必要であること。</li> </ul>


③ 【食事と健康】	<p>Iねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事は健康な身体を作るとともに、エネルギーを補給する役割があることを理解できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 食事の役割とは何かを考える。(PC観察)</li> <li>2 グラフを見て、食事が身体を動かすためのエネルギーを生み出すことを理解することができる。</li> <li>3 バランスの良い食事とは何かを考え、健康に過ごすために自分の一日の食事を考えることができる。(態①、PC観察)</li> <li>4 栄養士の話聞く。(思・判・表①、ワークシート)</li> <li>5 本時の授業から自分の食生活を振り返る。</li> <li>6 本時のまとめと次時の見通し</li> </ol>
	<p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事には健康な身体をつくる役割と運動などによって消費されたエネルギーを補給する役割があること。</li> <li>・健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をする、年齢や運動量等に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮することが必要であること。</li> </ul>

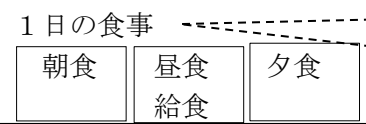
4 【休養・睡眠と健康】	<p>Iねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・休養及び睡眠は、心身の疲労を回復するために必要であることを理解できるようにする。</li> <li>・健康を保持増進するためには、年齢や生活環境に応じた適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活が必要であることを理解できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 これまでの経験から、「疲れた」と感じたときの心身の様子を、PCに書き入れる。</li> <li>2 疲労が蓄積されると、心身にどんな影響をもたらすか、PCを使用し班で意見交換する。</li> <li>3 教科書から、身体的には体を休めること、精神的には頭を休めることが重要であることを理解する。また睡眠にはどのような効果があるのか理解する。</li> <li>4 自分の生活を振り返り、運動、食事、休養・睡眠の面から、正のスパイラルになるように考えてみよう。(知・技②、態①、PC観察)</li> <li>5 教科書のAさん、Bさんの生活に休養及び睡眠の面から、意見交換をする。(PC観察)</li> <li>6 本時のまとめと次時の見通し</li> </ol>
	<p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・休養及び睡眠は、心身の疲労を回復するために必要であること。</li> <li>・心身の疲労健康を保持増進するためには、年齢や生活環境等に応じた適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活をつづけること。</li> </ul>

- 7 本時の学習と指導 (3/4)
- (1) ねらい
- ・バランスの良い食習慣について考えたことを書き出し、意見交換ができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】
  - ・食事にはバランス、量、決まった時間に摂ることが必要になることについて理解したことを言ったり、書き出したりできるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】
- (2) 本時における食育の視点… ★食育との関連
- ① 食事には、人間が心身共に健康な生活を送るために必要な役割があることを科学的に理解させる。

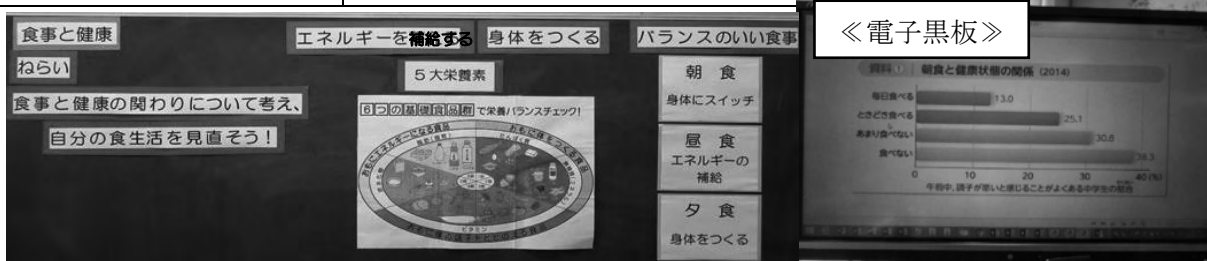
②調和のとれた食事が不可欠である。生活習慣を形成し、自己管理に努めることが重要である。  
 それには自然の恩恵や食に関わる人々の様々な活動に関して感謝する心が大切である。

(3) 展開

	学習内容・活動	指導上の留意点及び評価(指導○ 評価◆) ★…食育との関連										
導入 10分	1 本時のねらいを確認する。 2 食事の役割とは何か考える。 (予想される生徒の反応) ・成長するのに必要な物 ・脳の栄養 ・骨や体を丈夫にする ・1日のエネルギー源 ・お腹を満たすもの ・生きるために必要な物	指導上の留意点及び評価(指導○ 評価◆) ★…食育との関連 <b>食事と健康の関わりについて考え、自分の食生活を見直そう!</b> ○タブレットを活用し、食事の役割について思いつくことを班ごとに出し合わせる。 ○食事は健康に大きく関わりがあることをおさえる。 ★食事は健康な身体をつくとともに、運動などによって消費されたエネルギーを補給する役割があることをおさえる。①										
展開 30分	3 五大栄養素について確認する。 4 朝食と健康状態の関係についてのグラフを見て、食事が身体を動かすためのエネルギーを生み出すことを理解する。 5 健康に過ごすために自分の1日の食事を考える。 1日の食事 朝食 昼食 夕食 給食	○五大栄養素にはどんなものがあるのか挙げさせる。 ○栄養素がもとになり、身体を動かすためのエネルギーを生みだしていることを説明する。 ○朝食と健康状態の関係についてグラフを提示し、朝食と体調、朝食と体温の関係を説明する。 ○朝食には①体温上昇②肥満防止③便秘予防④脳のエネルギー補給の効果が、身体や脳を動かすためのエネルギーを生み出すことをおさえる。 ○昼食には午前中に消費したエネルギーの補給の役割があり、夕食には疲労した筋肉や脳を回復させ、就寝中の成長ホルモン分泌のための栄養素としての働きがあることを説明する。 ○健康に過ごすためのバランスの良い食事についてタブレットを活用して考えさせる。 ○1日3回、主食、主菜、副菜を基本になるべく多くの食材を組み合わせて栄養素を偏りなくとる必要があることを考えさせる。 ○教科書を参考に摂取カロリーと消費カロリーのバランスについて説明をする。 ◆バランスの良い食習慣について、課題解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。【主体的に取り組む態度】《PC観察》										
	資料① 朝食と健康状態の関係 (2014)  <table border="1"> <caption>朝食と健康状態の関係 (2014)</caption> <thead> <tr> <th>朝食の摂り方</th> <th>割合 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>毎日食べる</td> <td>13.0</td> </tr> <tr> <td>ときどき食べる</td> <td>25.1</td> </tr> <tr> <td>あまり食べない</td> <td>30.8</td> </tr> <tr> <td>食べない</td> <td>38.3</td> </tr> </tbody> </table> 午前中、調子が悪いと感じることがよくある中学生の割合	朝食の摂り方	割合 (%)	毎日食べる	13.0	ときどき食べる	25.1	あまり食べない	30.8	食べない	38.3	どのことに気をつけて献立を立てたか
朝食の摂り方	割合 (%)											
毎日食べる	13.0											
ときどき食べる	25.1											
あまり食べない	30.8											
食べない	38.3											
	(指導すべき内容) ・健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をする。年齢や運動量等に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮することが必要である。	○事前に栄養士からのメッセージ動画を作成し、学校給食の献立を作る上で心がけていることや東中生への想いを伝える。 ◆食事にはバランス、量、決まった時間に摂ることが必要になることについて理解したことを言ったり、書き出したりしている。【思考・判断・表現】《ワークシート》 ★バランスのとれた食事をするとは簡単ではなく、家族をはじめとする様々な人たち・食材の恩恵を受けて自分の食生活が成り立っていることを理解させる。②										
まとめ 10分	6 学校給食における工夫について、栄養士の話聞く。 7 本時の授業から自分の食生活を振り返る。 8 本時のまとめをする。											



8 板書計画  
 《黑板》



## 第2学年3組 家庭科学習指導案

令和3年11月17日(水) 第5校時  
生徒数 男子22名 女子16名 合計38名  
場所 2年3組教室  
指導者 教諭 桑田 弥生 (T1)  
栄養士 江草 麻衣 (T2)

- 1 単元名(題材名) 食品の選択  
小題材名 「自分の生活に合った食品選択」

### 2 単元(題材)について

#### (1) 教材(題材)観

本単元は、自分の生活を振り返り、「今の自分の生活に合った食事スタイルはなにか」「その中でより健康的な食品を選択するにはどうしたらよいか」を判断できるようにすることをねらいとしている。本時までの学習では、小学校での1食分の献立の学習を踏まえ、中学生に必要な栄養量を満たす1日分の献立作成の方法を学ぶとともに、生鮮食品・加工食品・添加物などの特徴を踏まえた食品の選択についても学んでいる。このような学習を通して、身近な食品の品質の良否を知るために表示に目を向け、食品を比較して選択に必要な情報を収集し、目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響などを考えて食品を選択する力、つまり適切な意思決定力を身に付けさせることは意義のあることと考える。ここでは、自分の生活に合わせ、負担にならずに栄養バランスが良い食品を選択できることを目標とする。

#### (2) 生徒の実態

現在は家庭で家族と共食している生徒が多い。だが中学生になり、昼食を購入するなど、自分で食事を準備する機会が増えてきた。また、共働き家庭やひとり親家庭、本人の塾などで、ゆっくり食事の支度や喫食をする時間が取れない家庭の生徒も多い。そのため、時間・手間・値段などを考慮した上で、できるだけ健康的な食品を選択できるようにするなど、自分の生活につなげたい。

事前アンケートから見られる本校2学年の生徒の実態は以下の通りである。このようなアンケート結果から、食に対して関心はあるが、時間がない・好き嫌いや残菜がある、などの理由から健康的な食生活が送れていないという生徒もいるという実態がうかがえる。そのため、本単元では、栄養バランスだけでなく、生活様式に合わせた食品選択や、給食の残菜等を題材にした持続的な社会を作っていくための意識も育てたい。

事前アンケート① 朝食をとっていますか。

必ずとる…81% とらない日がある…14% ほとんどとらない…5%

② 健康に過ごすためには「朝食をとる」ことが大事だということを知っていますか。

はい…96% いいえ…4%

③ 朝食を食べない理由

起きるのが遅くとる時間がない…11人 食欲がない…17人  
とる習慣がない…3人 その他…3人

④ 自分で食品を買うときに、裏面の表示を見ますか？

見る…89人 (内訳 原材料…23人 栄養価…22人 内容量…17人  
賞味期限…51人 アレルギー表示…3人 その他…2人)  
見ない…54人





⑤ 自分の食事について、5段階で評価しましょう

5…39人 4…52人 3…39人 2…14人 1…6人

⑥ ⑤で低く評価した理由

好き嫌いがある・残す…12人 食べる量が少ない・差がある…13人

栄養を意識して食べてない…6人 食事を抜くことがある…7人

野菜を食べない…4人 給食を残す…1人 その他…2人

### 3 指導のねらい

本校2年生の実態として、81%の生徒が毎日朝食をとっており、96%の生徒が朝食の重要性を理解している。また、朝食を食べない理由に「朝食の用意がない」と答えた生徒はおらず、家庭環境が落ち着いている生徒が多いことがうかがえる。だが、自分の食生活について高く評価した生徒の理由では「毎日しっかり3食食べている」とあげた生徒が多く、食事内容について「バランスよく食べている」などと答えた生徒は少ない。また、食生活を低く評価した生徒では、残菜があることや栄養を意識していないことなどを理由に挙げている。そのため、現在の自分の生活に合わせ、より健康的な食生活を送るための食品選択について理解し、実生活に生かすことをねらいとしている。

### 4 食育の観点

- ・正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。【食品を選択する能力】
- ・心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】
- ・食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。【食事の重要性】

### 5 評価の観点と評価規準

- (1) 食品の品質を見分け、用途に応じて選択できる。 【知識・技能】
- (2) 自分の生活を振り返り、生活に合わせた健康的な食品を考え、工夫することができる。 【思考・判断・表現】
- (3) 食事の役割を理解し、自分の食生活を振り返り、よりよくしようとする意欲をもつ。 【主体的に学習に取り組む態度】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・日常生活と関連付け、用途に応じた食品の選択について理解しているとともに、適切にできる。	・用途に応じた食品の選び方について、収集・整理した情報を活用して考え、工夫している。	・食品の選び方について関心をもって学習活動に取り組み、食生活をよりよくしようとしている。

### 6 本時の学習指導

- (1) 目標 自分の生活に合わせ、より良い食品選択をすることができる。
- (2) 評価規準
  - ・自分の生活に合わせ、より良い食品選択の判断をすることができたか。 【思考・判断・表現】

(3) 展開

	学習活動	○指導上の留意点 ☆評価の観点 ★食育の視点		準備・資料・ ◎評価場面・方法 (電)は電子黒板
		T 1 (担任)	T 2 (栄養士)	
	◎学習の課題 自分の生活に合わせ、より良い食品選択をしよう			
導入 (5分)	1 前時までの学習内容を ふり返り、食品について の情報はどこを見れば わかるか考える。 ・食品表示 ・品質マーク (JASマークや特定 保健用マークなど)	○「食品の選択」「調理実習」 などの授業を想起し、食べ物 との付き合い方をふり返らせる。 ★食品表示やマーク、栄養素な ど、様々な食品選択のための 情報を想起させる。	○生徒の意見を もとに食品に ついての情報 源となるもの を黒板に書 く。	食品表示等(電)
展開 (40分)	2 食品選択の観点にはど のようなものがあるか 考える。 ・値段 ・見た目 ・栄養 ・量	○手間・値段・栄養など、食品 選択の観点にはどのようなも のがあるか考えさせる。		
	3 給食の残菜など、食品 の廃棄について栄養士 から話を聞く。	★食品を必要以上に購入する と、食品ロスが発生する可能 性があることに気づかせる。	○昨年度一年間 の残菜量を提 示し、おにぎ り何個分かで 例える。	給食の残菜量 (電)
	4 自分の生活では何を重 視して何を選ぶのかを 考え、各自でグラフを 作成する。	○各自がどのような視点で食品 を選ぶかワークシートのグラフ に記入させ、客観的に見ら れるようにする。	○グラフがうま く書けない生 徒を支援する。	空のレーダーチ ャートグラフ (電) ワークシート
	5 特徴の違う食品を比 べ、自分が重視する観 点から選択する。 ①手作りハンバーグ レトルトハンバーグ ②冷凍ほうれん草 地場産ほうれん草 有機栽培ほうれん草	①はT1から出題し、②はT2 から出題する。 ○食品の特徴を簡潔に伝える。 ○選択した理由も考えさせる。 ○何人かに発表させ、なぜそれ を選んだのか理由を聞く。 ○どれを選択しても間違いでは ないことを伝える。	○給食でも、状 況によって冷 凍と生の野菜 を使い分けて いることを伝 える。	2種類のハンバ ーグ(電) ワークシート 3種類のほうれ ん草(電) ワークシート



<p>まとめ (5分)</p>	<p>6 家族がいない休日の昼食に何を食べるか考える。</p> <p>7 選んだ昼食の栄養バランスについて、食品群別摂取量に近づけるためにはどうしたらいいか、グループで付箋を活用してアドバイスしあう。</p> <p>8 自分や他の人の観点、選んだ内容に対するアドバイスを聞き、これからの食生活に生かせることを考える。</p>	<p>○前時までの学習も含めて総合的に考えさせる。</p>  <p>○全員が参加できるように、話し合いは小グループで行うようにする。</p> <p>★各自の食品選択の基準を大事にしたうえで食品群別摂取量のめやすと比較し、多いか少ないのか判断できるようにする。</p> <p>○何を重視して、何を選び、どんなアドバイスをもらったか、何人かに発表させる。</p> <p>○今日の学習から今後に生かせることを考えさせ、ワークシートに記入させる。</p> <p>☆生活に合わせてより良い食品の選択ができる。(思判表)</p> <p>★栄養バランスの視点で、自分のし好を見直し、今後の食事のとり方を工夫する必要性に気付くようにする。</p> <p>☆栄養バランスの取れた食事を判断することができる。(思判表)</p>	<p>○T1とともに机間指導し、書けない生徒を支援する。</p> <p>○成長期にある中学生には栄養も大切にしてほしいと伝える。</p> <p>○T1とともに机間巡視を行い、アドバイスが書けない生徒の支援を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全ての食品群がそろっているか。</li> <li>・多すぎるものはないか。</li> </ul> <p>○生徒の発言内容を黒板に書く。</p>	<p>スーパーのチラシ (電) ワークシート</p> <p>食品群別摂取量のめやす(教P73) ワークシート 付箋</p> <p>◎ワークシート</p>  <p>◎ワークシート</p>
---------------------	--	---	--	---

(4) 板書計画

その他、電子黒板にて資料を適宜表示する。

<p>学習の課題 自分の生活に合わせて、より良い食品選択をしよう</p> <p>食品を選ぶ際に必要な情報をどこで得るか</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○食品表示</li> <li>○品質に関するマーク</li> <li>○成分表示</li> </ul>	<p><u>食品選択の観点</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○値段</li> <li>○栄養</li> <li>○見た目</li> <li>○賞味期限</li> <li>○量</li> </ul>	<p>食品群別摂取量に近づけるようにするためには</p> <p>「     」を重視し、「     」を選んだ →アドバイス</p> <p>「     」を重視し、「     」を選んだ →アドバイス</p>
--	---	--

## 第3学年2組 学級活動(2) 指導案

令和3年11月17日(水) 第5校時  
生徒数 男子19名 女子16名 合計35名  
場所 3年2組教室  
指導者 教諭 原田 雄基

### 1 題材 「受験期の食生活」

(オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成)

### 2 題材について

#### (1) 生徒の実態

##### アンケート結果

- ① 食事のバランスが取れているか  
とてもよく取れている…8人 よく取れている…16人 取れている…6人  
取れていない…2人 あまり取れていない…2人
- ② 朝食をとっていますか。  
必ずとる…27人 とらない日がある…4人 ほとんどとらない…3人
- ③ 睡眠のバランスが取れているか  
とてもよく取れている…3人 よく取れている…5人 取れている…11人  
取れていない…11人 あまり取れていない…4人
- ④ もっと早く寝たいと思いますか  
はい…12人 時々そう思う…18人 いいえ…4人
- ⑤ 運動のバランスが取れていますか  
とてもよく取れている…10人 よく取れている…7人 取れている…10人  
取れていない…5人 あまり取れていない…2人

本学級の生徒は、授業に集中して取り組む生徒が多い反面、挙手や発表をする生徒が特定されている。そのため、今回は挙手や発言ではなく自分の意思表示ができる活動を取り入れる。また、一人一人が教材に対して向き合えるようにワークシートを用いる。

アンケートの結果から2組の生徒は「食事のバランスが取れている」と回答する生徒が多く、朝食を毎日取っている生徒も多い。食事に対する意識が高いことが分かる。しかし、「睡眠のバランスが取れているか」というアンケートに対して、取れていないと回答する生徒が多く、もっと睡眠時間を取りたいという生徒が多い。

#### (2) 題材設定の理由

中学3年生は部活動を引退し、運動不足になりやすい。また受験に向けて意欲的に学習に取り組む反面、就寝時間が遅くなり、睡眠不足や朝食を食べずに過ごすことが多い。そこで学習に集中できる食事の摂り方や食習慣の見直しを行うことで、健康を維持向上でき、さらには脳の働き方まで向上することを理解する。

### 3 指導のねらい

自分や他の生徒の食生活を振り返り、受験期を乗り切るために食生活の改善方法を考える。

### 4 食育の観点

心身の健康の増進と豊かな人間形成を実現するためには、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、生活習慣を形成し、自己管理に努めることが重要である。 [食育の6つの視点【心身の健康】]



5 「(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の評価規準

観点	よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
評価規準	自己の生活上の課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解している。 適切な意思決定を行い実践し続けていくために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	自己の生活や学習への適応及び自己の成長に関する課題を見いだしている。 多様な意見をもとに自ら意思決定して実践している。	他者への尊重と思いやりを深めてよりよい人間関係を形成しようとしている。 他者と協働して自己の生活上の課題解決に向けて、見通しをもったり振り返ったりしながら、悩みや葛藤を乗り越え取り組もうとしている。 自己の健康で安全な生活を構築しようとしている。

6 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
・週末の食事や生活スケジュールについてアンケートに取り組み、自分の食生活について振り返る。	・栄養士と連携し、成長期に欠かせない栄養素についてわかりやすく資料の提示をする。	◎自分の食事の摂り方を振り返り、アンケートに答えている。 【思】(アンケート)

7 本時のねらい

受験期の食生活のポイントである栄養バランスのとれた食事、生活のリズムなどの重要性を理解できるようにする。


※ 本時における食育の視点

生涯にわたって健全な食生活を実現することが、心身の健康の増進と豊かな人間形成に資する。

また、食事を規則正しく3食とり、望ましい生活習慣を形成し、食の自己管理能力を身に付けることが、心身の健康にとって重要である。 [食育の6つの視点【心身の健康】]

8 展開

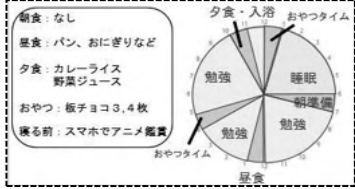
	生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 ☆評価の観点 ★食育の視点 【観点】(評価方法)	時
導入 (つかむ)	1 事前のアンケート結果を全体で共有する。	・学級全体で現在の食生活の現状と課題を把握させる。		5
展開 (さぐる) (見つける)	2 本時の課題を知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">受験期の食生活を見直し、学力UPを目指そう</div>			5
	3 例を提示し、生活習慣と食事内容の改善点を考え、話し合う。 ① 班になり意見を出し合う ② 班内の意見をまとめる ③ 話し合った結果を発表する ④ クイズ形式で食生活の知識を得る	・電子黒板に例を提示し、「食事」「生活習慣」「睡眠時間」の項目に分けて改善点を考えさせる。 ・タブレットを活用し意見を付箋に書かせる。 ・各班ホワイトボードに意見をまとめさせる。 ・各班の代表に発表させる。 ・電子黒板を活用してクイズを提示する。	◎自分の食生活の改善点を見付け、改善しようとしている。【知】 ☆受験期を乗り切るために栄養の摂り方について理解することができる【知】 (発言・観察・ワークシート)	15
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     ・必要な睡眠時間は？・食事をする際に大切な事                      ・夜食について ・朝食の大切さ ・集中力が上がる栄養素                 </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">提示資料</p> </div>	

	生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 ☆評価の観点 ★食育の視点 【観点】(評価方法)	時
展開	4 自分の食生活について振り返りを行う。	・話し合った改善点を自分の食生活に落とし込み、ワークシートに記入させる。		
(終末決める)	5 本時のまとめを行う	<div data-bbox="347 443 995 528" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           食事と生活の正しい知識を身に付けることで、学力は食生活から向上させることができる。         </div>	★食事を規則正しく3食とり、望ましい生活習慣を形成し、食の自己管理能力を身に付けることが大切であることを理解させる。	10
	6 感想を記入する。			

板書計画

○受験期の食生活

**目的** 受験期の食生活を見直し、**悪い点** 改善策 学力UPを目指そう！！



1班

2班

3班

4班

5班

6班

1班

2班

3班

4班


5班

6班

※クイズ資料


**クイズ1 必要な睡眠時間は何時間？**

正解は6時間  
6時間以下の場合勉強効率が低下します  
中学生の場合8～10時間が理想的な睡眠時間です  
睡眠のゴールデンタイムは10時から2時  
寝る前のスマホ等は睡眠の質が下がる！




**クイズ2 食事をする際にすべきこと**

- よく噛んで食べる ○
- 会話をしながら食べる ○
- バランス良く食べる ○




**クイズ3 夜にお腹が減ってしまった、何を食べる？**

- うどん ○
- カレーライス ×
- チョコレート △
- 何も食べない ×




**クイズ4 受験に勝つために○食が大事**

- 朝食 ○
- 昼食 ○
- 夕食 ○
- 間食 ○



**2.ビタミンB群**  
ブドウ糖をエネルギーとして吸収するのに必要  
欠乏すると倦怠感が出ることも


多く含む食べ物  
豚肉、にんにく



**3.カフェイン**  
眠気を冷まし、覚醒効果がある  
頭がスッキリして集中力アップ

多く含む食べ物  
コーヒー・紅茶


ただし、カフェイン中毒に注意！！



**4.フラバノール**  
ストレス軽減、認知機能の改善


多く含む食べ物  
チョコレート(カカオが多く含まれているもの)

糖分も含まれているので取りすぎ注意



**1.ブドウ糖**  
脳のエネルギーとなる物質  
不足すると疲労感が増えたり、集中力が減退する

多く含む食べ物  
ラムネ、バナナ

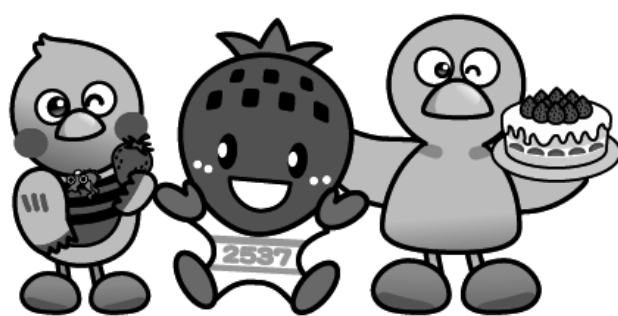



9 事後の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿【観点】(評価方法)
・自分が決めた生活習慣の改善を行い、取り組むことができたかアンケートで確認する。	・取組を確認し合う場を設け、お互いの実践を認め継続的に取り組めるようにする。	◎自分で決めた実践方法に取り組もうとしている。 【態】(観察・アンケート)



# 吉見町立東第二小学校



2021年は埼玉誕生150周年





## 研究主題

# 食への関心を高め、豊かな心身を育む児童の育成 ～各教科や取組における食育指導の充実を目指して～

## 1 主題設定の理由

子供たちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、「食」が重要である。子供たちの「食」についての学びは、自らの心身の成長及び、人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育てていく基礎となる。

近年、日本の伝統文化である「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されるなど、「食」への社会的関心が高まる一方、偏った栄養摂取、朝食欠食などの食生活の乱れや肥満・痩身傾向、核家族化に伴う食文化の担い手の減少などの問題が深刻化している。また、第3次食育推進基本計画の中の重点課題の一つ目にも、「若い世代を中心とした食育の推進」とあり、小学校段階からの食育指導が重要視されている。そこで本校は、「食への関心を高め、豊かな心身を育む児童」の育成を目指し、①食に関する授業の充実、②本校の特色を生かした活動の工夫、③家庭・地域との連携を柱として、研究を進めようと考えた。



## 2 研究の仮説と手立て

### ①食に関する授業の充実

〈仮説〉各教科の授業及び指導において、指導目標を明確化し、横断的に各教科の特性に応じて食と関連させた指導の工夫を行うことで、確かな学力や食に関する知識・技能を身につけ、食に関する関心・意欲を高めることができるであろう。

〈手立て〉○1ブロック1授業研究 教科、領域を問わず、各ブロックで、食育に関する授業展開を考える。  
・2年学級活動「食事のマナー」・4年体育（保健）「体の成長とわたし」・6年家庭科「こんだてを工夫して」  
○積極的なICTの活用 ○横断的な関連を意識した年間指導計画の見直し ○T.T.やゲストティーチャーの活用

### ②本校の特色を生かした活動の工夫

〈仮説〉アンケート等を行い本校の実態や課題を把握し、それを生かした様々な活動を展開することで、食に関する関心・意欲を高め、食に関する実践的態度を育てることができるであろう。

〈手立て〉○実態調査（アンケート）児童と保護者に、食に対する意識や状況等について調査し実態を把握する。また、研究前後での児童や保護者の変容を確認する。

○食育に関する取組や授業・行事の充実を図る。



各教科・領域等の内容：稲刈り、いちご栽培、作物栽培

保健関係：歯っぴーDAY、健康の日の指導、健康委員会活動

給食関係：縦割り給食、青空ランチ、給食試食会、日々の給食指導

行事関係：東二小まつり、さつまいも掘り、作物栽培

### ③家庭・地域との連携

〈仮説〉家庭や地域とともに食に関する取組を協力して行い、また食に関する情報や取組を家庭や地域に工夫して発信することで、児童は食に関する実践力を身につけ、実生活に活かすことができるであろう。

〈手立て〉○東二小まつりでのもちつき体験を保護者とともに行う。

○地元農家、JA、地元企業との連携 ○「とうにの日」の取組



## 第2学年1組 学級活動(2) 指導案

日時 令和3年11月18日(木) 第5校時  
場所 2年1組教室  
児童数 男子4名 女子2名 計6名  
指導者 教諭 根岸 征史

### 1 題材 「食事のマナー」

学級活動(2) エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

### 2 題材について

#### (1) 児童の実態

給食においては、一人一人の食べる量に差があり、献立に苦手な食材があったとしても克服するために「一口以上は食べる」という意識をほとんどの児童がもっている。本学級の児童は食育の指導を受けた経験が少ないため、食事のマナーに関しての知識が乏しい。また、これまでマナーに関して考える機会が少なかったため、互いが気持ちよく食事をするというマナーの意義を理解しておらず、他者から見た自分を意識して食事をする事ができていない。

#### (2) 題材設定の理由

本題材は、小学校学習指導要領特別活動の学級活動(2)事項エ「食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」を受けて構成したものである。食事のマナーは、自分のみならず、相手のことも思いやり、互いに気持ちよく食事ができるようになるために存在している。本来、食事のマナーというものは生活の基盤である家庭で学び、身に付けていくものだが、今日では、ライフスタイルの多様化が進んでおり、学校教育での食事のマナーの指導の充実が求められている。また、地域によってマナーの内容は異なることがあり、家庭ごとでもマナーの違いが存在している。そのため、各家庭のマナーを否定することなく、普遍的な食事のマナーのみを指導することに留意する必要があると考える。

児童の実態をふまえ、指導にあたっては、導入で食事についてのアンケート結果や給食後にごみや食器などが散らかっている写真を見せることで、児童に身近な問題であることを理解させ、課題意識をもたせることをねらいとしている。また、写真を見た児童からは、「いい気持ちではない」という意見が出されることが予想される。いい気持ちという言葉を拾い、マナーを守ることで自分も相手もいい気持ちで食事ができることに気付かせ、マナーとは全員が気持ちよく食事をするための約束である(文科省「たのしい食事 つながる食育」より)と理解させる。

展開では、グループワークを主として行い、話し合いを通して多様な意見が存在することや、課題における解決方法の見だし方を理解させたい。また、養護教諭との連携を図り、身近な人の話を聞くことでマナーは身近なものであり、自分とも深く関係していることを理解させ、姿勢が悪くなることで起こる不具合に気付かせ危機感をもたせたい。

終末では、グループで学んだ解決方法の見だし方を生かして、自分の課題とその解決方法を決定させる。また、課題を決定する際には、アンケートを振り返り、次の課題設定をしやすくさせたい。

最後に、食事のマナーの1つに会話を通して楽しく食事をする事が挙げられるが、本校では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、完食後にマスクを着用した状態であっても会話は控えることとして定めているため、児童から会話についての意見が出た場合には、現在は特別であることを理解させたい。

### 3 研究主題との関わり

食への関心を高め、豊かな心身を育む児童の育成  
～各教科や取組における食育指導の充実を目指して～

#### (1) 仮説

##### 仮説①

児童の実生活に即した題材を設定したり教具を用いたりすることで、児童の食への関心を高めることができるであろう。

##### 仮説②

専門的な知識を見たり聞いたりすることで、児童の食への知識を深め、豊かな心身を育むことができるであろう。



#### (2) 仮説に対する手立て

##### 【仮説①に対する手立て】

- ・導入では、自分たちの給食後の写真を用い、課題を自分たちのこととして捉えられるようにする。
- ・導入、展開では、実態把握のためのアンケートを用い、マナーの重要性を考える手助けとなるようにする。

##### 【仮説②に対する手立て】


- ・養護教諭と連携し、身近で専門的な立場から話をしてもらい、児童の食への知識を深めることができるようにする。
- ・事後指導としてふり返りカードを用いた学習活動を設定し、授業で学んだことを自分の生活に取り入れ、豊かな心身の育成を図る。

### 4 本時のねらい

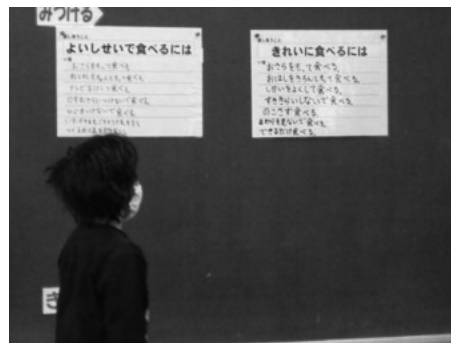
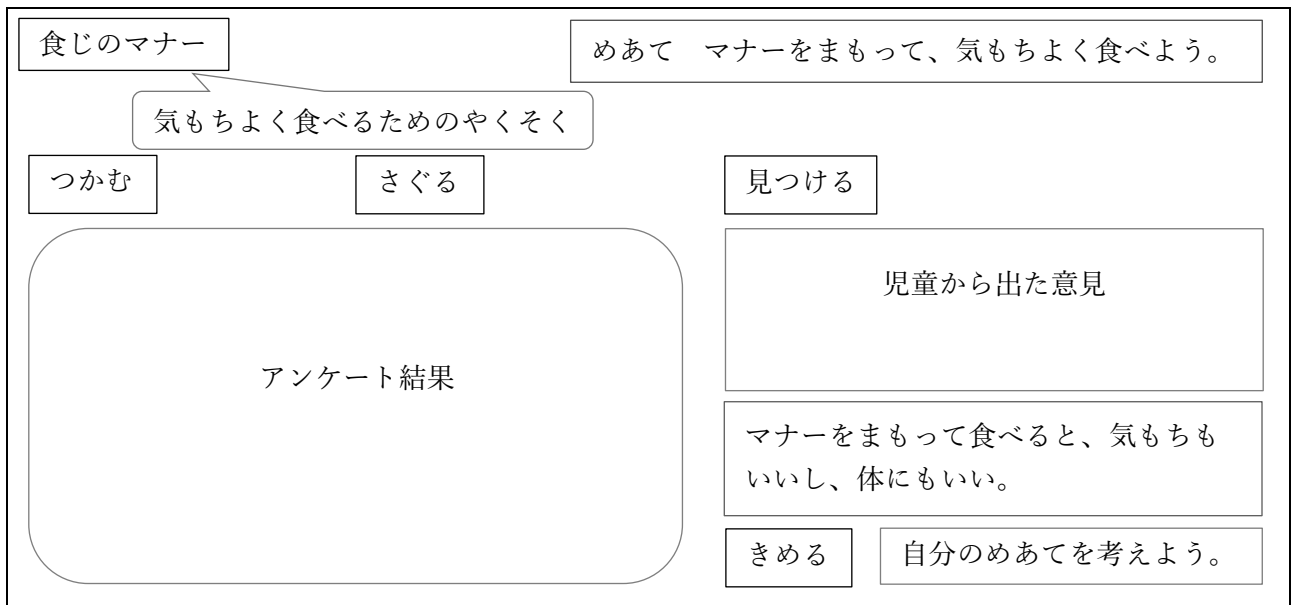
- (1) これまでの食習慣を振り返り、マナーの必要性を考えることで、正しい食習慣についての知識を身に付ける。
- (2) 食育の視点 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。【社会性】

### 5 展 開

	児童の活動	指導上の留意点	資料	目指す児童の姿と評価方法
導 入	1 「マナー」とは何か考える。	・アンケートを利用し、普段自分が言われていることや気をつけていることがマナーになると指導する。	アンケート結果	
	2 給食後の悪い例を示した写真を見て、どのような気持ちになるか発表する。	・普段食べている給食の写真を見せることで児童の興味を引くとともに、課題意識をもたせる。	給食後の悪い例を示した写真	
	3 本時のめあてを理解する。	マナーをまもって、気もちよく食べよう。		

展開	4 アンケート結果から多くの児童に共通しているものをテーマとして、グループで解決策を考え、発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「きれいに食べるには」と「姿勢よく食べるには」をテーマとして提示する。</li> </ul>	アンケート結果	
	5 養護教諭の話を聞いて感じたことを発表し、マナーの必要性について考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マナーを守ることによって気持ちよく食事ができるだけでなく、健康にもよいことを指導する。</li> </ul>	養護教諭のインタビュー映像	
終末	6 アンケートを振り返り、自己の課題を決定する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アンケートを確認することで、自分の課題をスムーズに立てられるよう指導する。</li> </ul>	ワークシート	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、基本的な生活を送るための知識を身に付けている。</li> </ul> <p style="text-align: center;">【知識・技能】 (ワークシート・観察)</p>
	7 自己のめあてをワークシートに記入し、発表をする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭とも連携し、1週間実践し、自己評価できるようにする。</li> </ul>		

## 6 板書計画



## 第4学年1組 体育科（保健）学習指導案

日時 令和3年11月18日（木）第5校時

場所 4年1組教室

児童数 男子4名 女子2名 計6名

指導者 T1 教諭 石井 英樹

T2 養護教諭 松葉ひかる

### 1 単元名 体の成長とわたし（よりよく成長するための生活）

#### 2 単元について

本単元は、小学校学習指導要領3・4学年の目標（1）「健康で安全な生活や体の発育・発達について理解する」（3）「健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組む態度を養う」に基づき、4年生の保健の内容（2）「体の発育・発達について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。ア体の発育・発達について理解すること。（ウ）体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること。」に沿って設定されたものである。

よりよく健康に成長していくためには、どのような生活をしていけばよいのかを個人の生活を振り返りながら考えていく。そしてその中で、バランスのとれた食事、体の発育・発達によい運動、適切な休養及び睡眠の大切さを理解し、体をよりよく発育・発達させるための生活を実践していく力を養っていく。

#### 3 児童の実態

（1）一般的な実態（略）

（2）この単元に関わる実態

本校の4年生児童は、身長・体重が全国平均と比べ下回る児童が多い。給食では完食する児童がいる一方、小食であったり、好き嫌いがあつたりして残してしまう児童もいる。また、食物アレルギーの児童もいるので、何でも好き嫌いをせず食べなくてはならないということがないように配慮していく。運動については、好きな児童が多く、元気に外遊びを行っている。睡眠に関しては、全員が9時間程度とれていてよいと考えられる。生活面では、これといった大きな問題は見られない。

#### 4 研究主題との関わり

食への関心を高め、豊かな心身を育む児童の育成  
～各教科や取組における食育指導の充実を目指して～

（1）仮説

仮説① 児童にとって給食などの身近な題材を扱うことで、課題を自分のこととして捉え、食への関心を高めることができるであろう。

仮説② 児童がより専門的な話や資料に触れることで、食に関する知識を深め、豊かな心身を育むことができるであろう。

（2）仮説に対する手立て

【仮説①に対する手立て】 ・生活アンケートから自分自身の生活や食に対する課題に気付き、問題意識をもって学習に取り組ませる。

・給食の食材に含まれる栄養について考えることで、今後もバランス良く食べようとする意識を高めさせる。

【仮説②に対する手立て】 ・養護教諭と連携し、専門的な見地から児童の発達段階に合わせた指導や支援を行う。

・調べ学習を行う際、教科書以外の資料を用意し、児童の理解を深める。

#### 5 指導観

健全な発育・発達には健康的な生活が欠かせないことに気付かせ、将来の自分を想像しながら、自分をよりよく成長させるというめあてをもって生活を見直せるようにしたい。

自分のこれからの成長に期待感をもち、友だちの成長も大切にしようとする態度を育てていきたい。

6 単元の目標

- (1) 年齢に伴う体の変化と個人差、思春期の体の変化、体をよりよく発育・発達させるための生活について理解することができるようにする。 (知識及び技能)
- (2) 体の発育・発達について、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現することができるようにする。 (思考力・判断力・表現力等)
- (3) 体の発育・発達について、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組むことができるようにする。 (学びに向かう力、人間性等)

7 単元の評価規準 (略)

8 単元の計画 指導と評価の計画 (略)


9 本時の学習と指導 (本時 4 / 4 時)


(1) ねらい

体をよりよく発育・発達させるには、バランスのとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることを理解できるようにする。

- (2) 食育の視点 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事の摂り方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】

(3) 展開

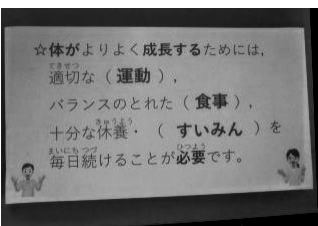
時間	学習活動	指導上の留意点、その他・評価の観点と方法 (○指導◆評価△指導を要する児童への手立て)
5分	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     「外で遊ぶ」、「好き嫌いしないで食べる」、「早く寝る」と言われたことはありますか。それは、どうしてでしょうか。                 </div> 1 発問について考えたことを書く。 ・毎日を元気に過ごすために必要だと思う。 ・体が成長するために必要。 ・つかれをとる。 など	○3年生で学習した内容も思い出しながら、運動、食事、睡眠、休養が健康だけでなく、体の成長や心の健康にも大切であることに気付かせる。
20分	2 本時の課題を確認する <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">                         「体がよりよく成長するためには、どんな生活の仕方がよいのだろう」                     </div> 3 教科書の資料などをもとに、食事(必要な栄養素)、運動、睡眠が成長にもたらす効果を調べ、気を付けることを考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">                         食事                     </div> ・タンパク質、カルシウム、ビタミンを食事でするようにする。 ・好き嫌いをしない。 ・自分は○○が苦手だから、□□を食べて3つの栄養をとるようにしたい。 ・1日3回決まった時刻に食事をとる。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">                         運動                     </div> ・日光を浴びると、ビタミンDができる。 ・運動すると筋肉や、心臓、肺がきたえられる。 ・食欲がでる。 	○食事、運動、睡眠については、どの順番から考えていってもよいこととする。  ○よりよく成長するために必要なことについて、教科書を中心にして、食事、運動、睡眠の大切さをまとめていけるようにする。また、教師が用意したそれぞれに関わる資料をもとに理解を深めていくことができるように支援していく。  (T2) ○特別支援学級在籍児童に対しての学習の補助を行う。  △まとめていくことが苦手な児童については、ワークシートに図などを入れておき、短い言葉でまとめやすくできるようにしておいた物を用意する。

<p>10分</p> <p>5分</p>	<p><b>睡眠</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠をとることで、成長ホルモンが出る。</li> <li>・睡眠時間を十分とる。</li> <li>・早寝早起きをする。</li> </ul> <p>4 体がよりよく成長するには、適切な運動、バランスの取れた食事、十分な睡眠</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・休養を毎日続けることが必要であることを整理する。</li> </ul> <p>5 今日の給食の献立について成長に必要な3つの栄養素があるか、調べてみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食には、体の成長に必要な栄養があり、食べることでそれらをとることができる。</li> </ul>	 <p>(T2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○児童が調べたことについて、養護教諭からよりよい成長についての話をする。</li> <li>◆食事・運動・睡眠について大切さを理解することができたか。(知識・技能)</li> <li>△給食のメニュー等を提示できるようにする。</li> </ul>
<p>3分</p>	<p>6 よりよく成長するために今日から実行したいと思うことを書きましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バランスよく食べる。</li> <li>・毎日運動する。</li> <li>・睡眠時間をしっかりとる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体をよりよく発育・発達させるには、バランスのとれた食事、適切な運動、休養および睡眠が必要であることを理解できたかについてまとめ、自己決定させる。</li> <li>◆食事・運動・睡眠について大切さを理解し、自分の生活に生かしていこうとすることができたか。(思考・判断・表現)</li> </ul>
<p>2分</p>	<p>7 本時のまとめを行う。</p> <p>・よりよく成長するためには、適切な運動、バランスの取れた食事、十分な休養・睡眠をとることが必要。</p>	

(4) 板書計画

「体がよりよく成長するためには、どんな生活の仕方がよいのだろうか。」

<p style="text-align: center;"><b>すいみん</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・成長ホルモンが出る。</li> <li>・つかれがとれる。</li> <li>・すいみん時間を十分とる。</li> <li>・早ね早起きをする。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>食事</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;"><b>たんぱくしつ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul> </td> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;"><b>カルシウム</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul> </td> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;"><b>ビタミン</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul> </td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事で、タンパク質、カルシウム、ビタミンをとる。</li> <li>・好き嫌いをしない。</li> <li>・自分は〇〇が苦手だから、□□を食べて3つの栄養をとるようにしたい。</li> <li>・1日3回決まった時刻に食事をとる。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>たんぱくしつ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>カルシウム</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>ビタミン</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>まとめ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分がよりよく成長するためには、てきせつな運動、バランスの取れた食事、すいみんや休養をとることが必要。</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>たんぱくしつ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>カルシウム</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>ビタミン</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 食物の絵</li> <li>* はたらき</li> </ul>			
<p style="text-align: center;"><b>運動</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・骨がじょうぶになる。</li> <li>・運動すると筋肉や、心臓、肺がきたえられる。</li> <li>・食よくがでる。</li> <li>・日光をあびると、ビタミンDができる。</li> </ul>					





第6学年1組 家庭科学習指導案

日時 令和3年11月18日(木) 第5校時  
 場所 6年1組 教室  
 児童数 男子3名 女子8名 計11名  
 指導者 教諭 伊藤 一美  
 栄養教諭 山岸美代子

1 題材名「こんだてを工夫して」

2 題材について (省略)

3 研究主題との関わり

食への関心を高め、豊かな心身を育む児童の育成  
 ～各教科や取組における食育指導の充実を目指して～

(1) 仮説

仮説① 栄養教諭による専門性の高い実践について話を聞き、児童の食への知識を深めることで、児童に望ましい食習慣を身に付けさせることができるだろう。

仮説② 地産地消のメリットについて考え、新鮮で安全な食材選びを行うことで、郷土の食材への関心を高め、豊かな心身を育むことができるだろう。

(2) 仮説に対する手立て

【仮説①に対する手立て】

栄養教諭との連携

- ・栄養教諭が献立作成から副菜の調理計画までの授業に入り、給食の献立を考える際に心がけていることや栄養のバランスを考えた1食分の献立作成の方法を指導し、児童の理解を深める。

【仮説②に対する手立て】

地場農産物を使った調理

- ・吉見町で生産されている野菜や加工品使い、副菜の調理を行うことで、児童の地域への愛着や食への関心を高めるとともに、学習したことを家庭で生かそうとする意欲を高める。



4 題材の目標

5 題材の評価規準 (省略)

6 題材の指導と評価の計画 (10時間扱い)

小題材	時間	○ねらい・学習活動	評価規準・評価方法		
			知識・技能	思考・表現・判断	主体的に学習に取り組む態度
バランスのよい献立を考えよう	1・2・3	○栄養のバランスを考えて、1食分の献立を考えることができる。 ・自分が食事をどのように選んでいるかを振り返り、献立をなぜ立てるのか考える。 ・バランスのよい献立とは何か考え、1食分の献立を立てる。 ・自分が立てた献立の栄養バランスを確かめ見直す。	主食・主菜、副菜の組み合わせで1食分の食事が構成されていることが分かり、1食分の献立作成の方法について理解している。 (ワークシート・テスト)	ご飯とみそ汁を中心とした1食分の献立について考え、工夫している。 (行動観察・ワークシート)	献立作成に対して既習の内容を振り返りながら1食分の栄養を考えた食事のとり方について主体的に考えようとしている。 (行動観察・ワークシート)
身近な食品でおかずを作ろう	④・5・6・7・8・9	○吉見町産の野菜や身近な食材を組み合わせた料理の計画を立て、一人で簡単なおかずを調理することができる。 ・吉見町産の野菜にはどのようなものがあるか知る。 ・それぞれの野菜のゆで方やいため方等の調理法について理解し、副菜を考える。 ・身近な食品を組み合わせる副菜を作る計画を立て、調理実習を行う。 ・調理実習の振り返りを行う。	栄養バランスを考えた1食分の献立や、材料に適した調理や調理の手順について理解し、適切にできる。 (行動観察・ワークシート・テスト)	1食分の献立や材料の選び方、買い方、おいしく食べるための食事の仕方について考え、工夫し、実践を評価したり改善したりしている。 (行動観察・ワークシート)	1食分の献立や材料の選び方、買い方、おいしく食べるための食事の仕方の学習に主体的に取り組む、計画をもとに学習したことを評価したり、改善したりしようとしている。 (行動観察・ワークシート)

楽しくおいしく食事をしよう	10	<p>○家族と楽しく食事をするために必要なことを考えて、自分なりに工夫をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族や身近な人と食事をする楽しさについて考える。</li> <li>・食事の役割を知り、食事を楽しむ工夫やマナーについて考える。</li> </ul>		<p>家族とともに楽しく食べるためにマナーや食卓など食事の仕方について課題を解決する力を身に付けている。</p> <p>(ワークシート)</p>	<p>家族とともに楽しく食べるためにマナーや食卓など食事の仕方について工夫し、実践しようとしている。</p> <p>(ワークシート)</p>
---------------	----	---	--	--	--

7 本時の学習指導 (本時 4 / 10)



(1) 目標


吉見町産の野菜や加工品の調理法や味付け、組み合わせる食材について考えたり、自分なりに工夫したりしながら、副菜を考えることができる。【思考・判断・表現】

(2) 食育の視点

食材に含まれる栄養素やそのはたらきを考え、適切な選択をする。【食品を選択する能力】

(3) 展開

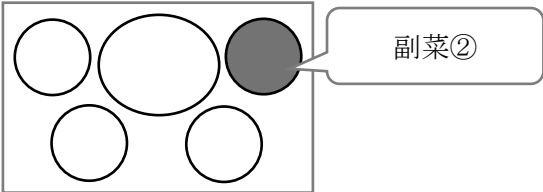
時間	学習活動	指導上の留意点 (・) 評価 (◇) 【評価の観点】 (評価方法) 手立て (→)		資料
		T1 (学級担任)	T2 (栄養教諭)	
5分	<p>1 既習内容を振り返る。</p> <p>2 給食の副菜について話を聞く。</p> <p>3 本時の課題を確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立を立てるときに大切なポイントについて想起させる。(栄養バランス、味付け、いろいろ、季節感等)</li> <li>・ホワイトボードに、前時までに児童が考えた1食分の献立の絵を貼り、本時は副菜について考えることを知らせる。</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・吉見町の給食では、どのように副菜を工夫しているかを話し、吉見町産の野菜を使っている (地産地消) ことにも触れる。</li> </ul>	<p>前時に児童が考えた献立</p> <p>給食の資料</p>
<b>吉見町の野菜を使って、おいしい副菜を考えよう</b>				
33分	<p>4 「おいしい」とは何か考える。</p> <p>5 どのようなメニューに合わせる副菜か確認する。</p> <p>6 吉見町産の旬の野菜について確認する。</p> <p>7 調理法や味付けについて話し合う。</p> <p>8 食材を選び、副菜を考える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体によい、見た目もおいしい、味がおいしい等、大事なポイントを確認する。</li> <li>・一汁三菜のメニューを例示し、ご飯、みそ汁、主菜、副菜①を指定し、それに合わせる副菜②を考えることを明確にする。</li> <li>・吉見町の農産物直売所に売っている野菜 (実物) を見せる。</li> <li>・吉見町で生産されている加工品についても確認する。</li> <li>・既習内容を思い出させ、「切る」「ゆでる」「いためる」ができることを確認し、野菜ごとにどんな調理ができるか考えさせる。</li> <li>・献立全体の栄養バランス、いろいろ等を考えるように促す。</li> <li>・なかなか考えつかない児童には、副菜の例を用意し、その中から選んだり、食材を工夫してつけ足したりできるようにする。</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・今の季節の野菜について話し、児童に食材のイメージをもたせる。</li> <li>・調理法と味付けのパターンを提示する。</li> <li>・児童の質問を受けたり、助言したりする。</li> </ul>	<p>野菜 (実物)</p> <p>ワークシート 調理法と味付けのパターン</p> <p>副菜の例</p> <p>ワークシート</p>

	<p>◇吉見町産の野菜の調理法や味付け、組み合わせる食材について考えたり、自分なりに工夫したりしながら、副菜を考えている。  <b>【思考力・判断力・表現力】</b>（行動観察・ワークシート）  <b>十分満足できる状況（A）</b>          栄養のバランスやいろどりを考えながら、旬の地場野菜と加工品を組み合わせ、食材に合った調理法や味付けを決め、ワークシートに記入している。  <b>おおむね満足できる状況（B）</b>          どの野菜を使うか選び、調理法や味付けを決め、ワークシートに記入している。          →担任と栄養教諭とで、副菜を考える活動で机間指導をしながら選び方やバランスについて助言し気付きを促す。</p>			
9	<p>考えた副菜を発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>副菜名</li> <li>副菜の特徴</li> <li>考えた理由</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>副菜のメニュー名だけでなく、アピールポイントやその副菜を考えた理由も話すようにさせる。</li> <li>グループで発表させるようにし、お互いに質問したり、感想を伝え合わせたりする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>各グループの発表の様子を見る。</li> </ul>	<p>ワークシート</p> <p>タブレット発表ノート</p>
10	<p>栄養教諭の話聞く。</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>児童の考えた副菜について評価する。</li> <li>主に児童の献立のよい点を評価することで、次時への意欲につなげる。</li> </ul>	
7分	<p>11 振り返りをする。</p> <p>12 本時のまとめをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本時の感想を発表させる。</li> <li>児童の感想を取り上げ、まとめをする。</li> </ul>		<p>ワークシート</p>
<p><b>吉見町産の野菜で、栄養バランスやいろどりのよい副菜を考えることができた。</b></p>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で考えた副菜について、次時により詳しい調理計画を立てることを知らせる。</li> </ul>		

(4) 板書計画

こんだてを 工夫して

**課** 吉見町の野菜を使って、おいしい副菜を考えよう。



**吉見町産の野菜や加工品**

- ・小松菜 ブロッコリー キャベツ
- ・ほうれん草 白菜

**地産地消**

新鮮でみずみずしい。作り手が分かる。安心。

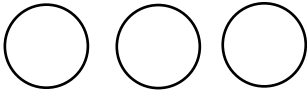
**おいしい副菜にするポイント**

**調理法** 「切る」「ゆでる」「いためる」

**味付け** 【だし・しょう油】【塩・こしょう】【バター】

**栄養バランス** いろどり→他の食材を組み合わせる

副菜のメニュー例

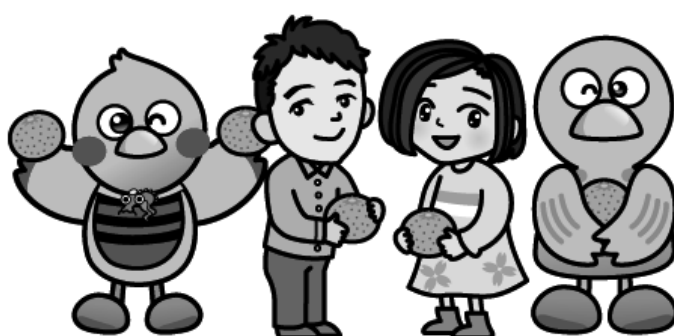


みんなが考えた副菜メニュー

- ・
- ・

**⑤** 吉見町産の野菜で、栄養バランスやいろどりのよい副菜を考えることができた。

# 寄居町立寄居中学校



2021年は埼玉誕生150周年



# 【寄居町立寄居中学校 研究の取組について】

<研究構想図>



<研究の成果 (○) と今後の課題 (●) > (一部掲載)

- 「もったいないから残さない」「朝ご飯は何を食べた?」「何を食ったら体が大きくなるかな?」等の会話が聞かれるようになった。
- 給食の残飯(残菜)を実感させたり、残飯(残菜)を減らすための取組を実施したりしたことで、残さず全部食べようとする意識が高まった。
- 給食だよりを全校一斉に読む時間を設ける等の取組により、献立や栄養量を確認するようになった。
- 食育に関する様々な取組を定着させていくと同時に、町の食育の日とタイアップするなど新たな取組を実現し、継続して生徒の望ましい食習慣を形成していくことが課題である。

## 5・6組「生活単元学習」学習指導案

日 時 令和3年11月26日(金) 第5校時

指導者 教諭 竹田 温子 (T1)

教諭 吉田 礼子 (T2)

### 1 単元名 「家族と調理にチャレンジしよう」 献立作成と調理

#### 2 単元設定の理由

##### (1) 学級及び生徒の実態

本学校には、情緒障害特別支援学級の生徒が2名(2年男子1名、3年男子1名)、知的障害特別支援学級の生徒が2名(3年男子1名、3年女子1名)在籍している。家庭での調理経験については、毎日食事作りを手伝っている生徒が1人で、他の生徒は全く食事作りや手伝いを行っていない。給食の献立には興味を示し関心はあるが、栄養のバランスや食事の組み合わせ方等についての意識は低く、理解にも課題がある。交流学級で家庭分野「食生活の自立」を学んだ生徒は3名で、学んだ知識や技能を生活に活用するまでには至っていない。

##### (2) 単元について

本単元では献立作成の基本を学ぶ。生徒に主食、主菜、副菜、汁物・飲み物の順で献立を組み合わせ、料理の内容や栄養のバランスを意識することの大切さを理解できるよう指導する。1食分の献立を作成し、摂取できる食品群を自分で分類、計算、グラフにし、結果を振り返ることで健康的な食生活を意識することにつながられるのではないかと考える。また、作成した献立の中で作れそうな料理に家庭でチャレンジする。家族と協力しながら食事作りをすることで家庭での調理経験を積むきっかけとなる機会にしたい。

##### (3) 指導・支援について

生徒が自身の健康を意識し、食事内容を考え、6つの基礎食品群を意識してバランスよく組み合わせられる力を育みたい。そのため生徒が主体的に献立作成できるよう手順を視覚化、構造化し、見通しをもった学習になるよう資料を準備する。現在、学校での調理実習が難しいため、家庭環境も配慮しながら、保護者と連携して、家庭での実習に繋げる。それぞれの生徒が作成した献立やチャレンジした料理を発表する場を設ける。発表時にICTでチャレンジした料理を提示し、お互いの取り組みをイメージできるようにする。生徒たちがお互いに評価し合うことでコミュニケーション能力や実践力、自己肯定感を高めることができるよう指導したい。

#### 3 単元の目標

- (1) 献立の構成要素と作成手順を理解して、1食分の献立を作ることができる。
- (2) 作成した献立のバランスを調べることができる。
- (3) 家族と協力しながら料理にチャレンジすることができる。
- (4) 献立作成や家庭での実践を、共有し伝え合うことができる。

#### 4 指導計画【省略】

#### 5 学校研究課題との関連

研究主題 「主体的・対話的で深い学びの実現に迫る授業改善～食に関する指導の研究を柱に～」

本年度、「主体的・対話的で深い学び」を目指し、アクティブ・ラーニング等の工夫改善を図り、生徒が意欲的に参加できる授業づくりを重点目標としている。

生徒の活動をサポートするために作業手順を視覚化し、それをヒントに作業することで自分の力で作業が進められた、という自信に繋げていく。自分の思いを文章で表現することが不得手な生徒には、ヒントになるカードを提示する。また、発表形式をパターン化し、主体的・対話的な活動に繋がるようルールを設ける。その他、授業のルールとしてわからない時、困った時にまずは自分で考えて解決する、仲間に相談して解決する、先生に相談して解決するという段階を踏ませる。加えて、解決したいことを自らの言葉で表現して伝えることを重視し、社会人となったときに必要になるコミュニケーション能力を伸ばしたいと考える。

#### 6 食育の視点

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】

7 本時の学習

(1) 共通目標

- ①家族と協力してチャレンジした調理について発表することができる。
- ②仲間の発表を聞いて、感想を伝えることができる。

(2) 生徒の実態【省略】


(3) 個別の指導内容及び目標

NO	学年	名前	具体的な指導内容	個人目標
1	2年男	A	リラックスして発表できるよう、目を閉じて深呼吸させ、順番も配慮する。	自分のチャレンジした調理を丁寧に発表できる。仲間の発表を聞いて、自分の言葉で感想を発表できる。
2	3年男	B	発表につまずいた時のヒントになる見本を予め準備しておく。	自分のチャレンジした調理をすらすらと発表できる。仲間の発表を聞いて、簡潔に感想を発表できる。
3	3年男	C	最後まで堂々と発表できるよう、視線を合わせたり、手で合図を送る。	自分のチャレンジした調理を最後まで堂々と発表できる。仲間の発表を聞いて、良い部分に気付いて感想を発表できる。
4	3年女	D	自信をもって発表できるよう、称賛しながら応援する。	自信をもって、自分のチャレンジした調理を発表できる。仲間の発表を聞いて、前向きな感想を発表できる。

(4) 展開

時間	学習内容	○生徒の活動 ◎予想される生徒の反応 □指導者の主な指示、発問等 ※支援の手立て *評価の観点 ★深い学び	資料等
3分	1 はじめのあいさつをする。	<p>□献立作成の学習をしてバランスを考えました。家で調理にチャレンジする計画を立てました。今日は、チャレンジした調理を発表してもらいましょう。発表の前に今日の授業の流れを説明します。この後は、発表の仕方・注意点の説明、発表会、評価、振り返りの順番で行います。</p> <p>※1時間の流れを説明、掲示し見通しをもたせる。</p> <p>◎発表が不安で恥ずかしいと言葉や態度で表す。</p>	
42分	<p>2 発表の仕方・注意点の説明を聞く。</p> <p>3 本時の学習課題を確認する。</p> <p>4 家族とチャレンジした調理の発表会をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理名</li> <li>・材料</li> <li>・手順</li> <li>・行った作業</li> <li>・できるようになったこと</li> <li>・作った感想</li> <li>・画像の説明等</li> </ul>	<p>*教師の方に顔を向けて話を聞いているか。</p> <p>□発表はゆっくり行いましょう。発表原稿を見てもいいですが、なるべく顔を上げて下さい。大型テレビの画像を映す時はどんな場面か説明をして下さい。発表の仕方・注意点で何か質問はありますか。</p> <p>※質問には丁寧に対応し、不安を軽減させる。</p> <p>・学習意欲が高められるように課題と目標を伝える。</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">学習課題 家族とチャレンジした調理の発表会をしよう。</p> <p>□発表会を始めます。一人の発表が終わったら、発表を聞いた感想を発表してもらいます。がんばったことや良いことに気付いて具体的に伝えられるようにしましょう。また、発表中に気になったことを質問してもいいです。</p> <p>※家族とチャレンジした調理の発表順は予め決定しておく。</p> <p>※仲間のがんばったことを認められるよう促す。</p> <p>※発表の後は拍手をさせる。</p> <p>★発表の最後に質疑応答の場を設けることで意見交換ができるようにする。</p> <p>□では、○○さん発表をお願いします。</p> <p>□○○さん発表ありがとうございました。○○さんの発表の感想を発表してくれる人はいますか。(4人繰り返す。)</p>	大型テレビ 発表原稿 タブレット



			A	B	C	D	大型テレビ 発表原稿 タブレット
	・ 仲間の発表の 感想発表		○家族とチャレンジした調理の発表をする。 ※発表に戸惑った時は声を掛け、目を閉じて深呼吸させる。 *自分のチャレンジした調理を丁寧に発表できたか。	○家族とチャレンジした調理の発表をする。 ※発表に戸惑った時は発表原稿を見てしっかり読むように促す。 *自分のチャレンジした調理をすらすらと発表することができたか。	○家族とチャレンジした調理の発表をする。 ※声が小さくなったら合図をし、堂々と発表できるように促す。 *自分のチャレンジした調理を最後まで堂々と発表できたか。	○家族とチャレンジした調理の発表をする。 ※発表に戸惑った時は近くに寄り添って発表を見届ける。 *自信を持って、自分のチャレンジした調理を発表できたか。	ワークシート
	5 発表会の評価と、感想を記入する。		<input type="checkbox"/> 今日は、家族とチャレンジした調理の発表会を行いました。発表はしっかりできましたか。ワークシートに発表の評価と感想を記入して下さい。 <input type="checkbox"/> ワークシートに発表の評価と感想を記入する。 ※全員が記入できるよう個別に支援する。				ワークシート
5分	6 本時の学習を振り返る。 7 次時の予告をする。 8 終わりのあいさつをする。		<input type="checkbox"/> 今日の発表の評価と感想を発表して下さい。 <input type="checkbox"/> 一人ずつワークシートに記入した発表の評価と感想を発表する。 ※発表を聞くときは視線と姿勢に注意させる。				

## 8 本時の評価

### (1) 共通目標に係る評価

- ①家族と協力してチャレンジした調理について発表することができたか。
- ②仲間の発表を聞いて、感想を伝えることができたか。

### (2) 個人目標に係る評価

NO	学年	名前	評価
1	2年男	A	自分のチャレンジした調理を丁寧に発表できたか。 仲間の発表を聞いて、自分の言葉で感想を発表できたか。
2	3年男	B	自分のチャレンジした調理をすらすらと発表できたか。 仲間の発表を聞いて、簡潔に感想を発表できたか。
3	3年男	C	自分のチャレンジした調理を最後まで堂々と発表できたか。 仲間の発表を聞いて、良い部分に気付いて感想を発表できたか。
4	3年女	D	自信をもって、自分のチャレンジした調理を発表できたか。 仲間の発表を聞いて、前向きな感想を発表できたか。



## 9 板書計画【省略】

## 10 教室環境【省略】

## 第1学年3組 学級活動(2) 学習指導案

日 時 令和3年11月26日(金) 第5校時  
 指導者 教 諭 岡部 友菜  
 栄養教諭 次六 雄子

### 1 題材名

「自分の食生活を見直し、健康について考えよう」  
 (オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成)

### 2 題材について

#### (1) 生徒の実態

アンケートの質問事項	「している」「どちらかといえば、している」と答えた生徒の割合	
	1-3	学校全体
1 朝食を毎日食べている	100%	94.4%
2 給食の時間を楽しみにしている	80.7%	83.5%
3 給食を残さず、全部食べようとしている	96.8%	84.1%
4 給食の残飯(残菜)が多いと気になる	67.7%	65.8%
5 給食献立表を見て、献立(食材)や栄養量などを確認している	29.1%	35.8%

本学級の生徒は、「朝食を毎日食べる」、「給食を残さず全部食べようとしている」のアンケート結果から、食に関する関心・意欲が高いことがわかる。その反面、残飯への意識や栄養バランスなどに関する関心・意欲に課題がある。特に、「5 給食献立表を見て、献立(食材)や栄養量などを確認している」の質問に対し、「している」「どちらかといえば、している」と答えた生徒の割合が学校全体と比べて6.7%低い。よりよい食生活を送るために、自らの食生活を見直すことや実践意欲を高めさせ、望ましい食習慣の形成へとつなげていきたい。

#### (2) 題材設定の理由

本題材は、学級活動の「(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の「オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」に示されている。心身の発育・発達が著しい中学生の時期においては、自己の健康を管理し改善していく資質や能力の基盤を育成することが重要である。学習面を充実させるためには、自らの食生活を見直し、自ら改善して望ましい食習慣を形成することが必要である。そこで、本校学校教育目標にある「自ら学ぶ生徒・自ら鍛える生徒」のように、自らの食習慣を見直し、実践できる力を身に付けさせるように本題材を設定した。

### 3 学校研究課題との関連

研究主題 「主体的・対話的で深い学びの実現に迫る授業改善～食に関する指導の研究を柱に～」

本年度、「主体的・対話的で深い学び」を目指し、アクティブ・ラーニング等の工夫改善を図り、生徒が意欲的に参加できる授業づくりを重点項目としている。

学級活動では、集団での話し合いを通して、生徒一人一人が自らの実践目標を決めその実現に向けて取り組んでいくことを意識させたい。そのために授業内では「つかむ→さぐる→見つける→決める」の過程で実践目標を決めて、1週間後に実行できたかどうかを振り返り、実践意欲の継続を図りたい。

### 4 評価規準【省略】

### 5 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・食に関するアンケートに取り組み、自分の食生活について振り返る。</li> <li>・普段の食事から栄養バランスの偏りがないかを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教諭と連携し、成長期に欠かせない栄養素について分かりやすく資料の提示をする。</li> </ul>	◎自分の食事のとり方を振り返り、アンケートに答えている。 【思】(アンケート)

6 本時のねらい

(1) 本時の目標

- ・食生活と健康について、学習したことを事例をもとに自らの食生活を見直し、栄養バランスのとれた食生活をできるようにする。(思考・判断・表現)

(2) 食育の視点

- ・心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】

7 展開

	生徒の活動	指導上の留意点		資料	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
		T1(学級担任)	T2(栄養教諭)		
導入 10分	<p>1 食事と健康な体のつくりの関係を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・資料から病気の原因について考える。</li> <li>・栄養素の過不足と健康の関係から、食生活と健康について関心をもつ。</li> </ul> <p>・事前アンケートの結果から実態や課題を共有する。</p> <p>2 本時のテーマについて確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・資料を掲示し、選択肢から選ばせる。</li> <li>・運動だけでなく、栄養素の不足も健康に影響することを理解させる。また摂りすぎについても説明する。</li> <li>・アンケート結果をスクリーンに映し現状を確認する。</li> <li>・ワークシートを配布し、本時の学習の見通しをもたせる。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・スクリーンに資料を掲示する。</li> <li>・アンケート結果</li> <li>・ワークシート</li> </ul>	
(テーマ) 自分の食生活を見直し、健康について考えよう					
展開 30分	<p>3 栄養教諭に話を聞き、献立表の見方と栄養バランスについて知る。</p> <p>4 Aさんの例から、Aさんの生活習慣と食事内容の改善点を考え、発表する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシートでAさんの事例を提示し、改善点を考える。</li> <li>・出た意見を「生活習慣」「食事内容」に分類してまとめる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立表の見方と栄養バランスについて専門的な視点から資料をもとに説明する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・11月の献立表</li> <li>・ワークシート</li> </ul>	

	5 Aさんの食事内容の改善策を班で考え、発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教諭からの話を踏まえて、栄養バランスのとれた食生活を班で協力して考えさせる。</li> <li>・正しい生活習慣について確認をさせ、板書にまとめる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各班の話し合いの様子を見て回り、質問に答えたりアドバイスをしたりする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ活動シート</li> </ul>	
終末10分	6 自分自身の食生活を振り返り、より健康に過ごすために今週の食生活の目標を考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の授業で学んだことを生かすよう助言する。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎自分の食生活を振り返り、よりよい食習慣にするための改善方法を考える。 【思】(発言・ワークシート)</li> </ul>

### 8 板書計画【省略】

### 9 事後の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿【観点】(評価方法)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で決めた方法で取り組み、ワークシートに記入する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・取組を確認し合う場を設け、お互いの実践を認め励まし、継続的に取り組めるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎自分で決めた実践方法に取り組もうとしている。【態】(観察・ワークシート)</li> </ul>



(栄養教諭に話を聞き、献立表の見方と栄養バランスについて知る場面)



(食事内容の改善策を、代表生徒が全体で発表する場面)

## 第2学年1組 学級活動(2) 学習指導案

日時 令和3年11月26日(金) 第5校時

指導者 教諭 小内 貴司

栄養教諭 次六 雄子

### 1 題材名

「自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう」

(オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成)

### 2 題材について

#### (1) 生徒の実態

アンケートの質問事項	「している」「どちらかといえば、している」と答えた生徒の割合	
	2-1	学校全体
1 朝食を毎日食べている	97.0%	94.4%
2 給食の時間を楽しみにしている	85.3%	83.5%
3 給食を残さず、全部食べようとしている	70.6%	84.1%
4 給食の残飯(残菜)が多いと気になる	61.7%	65.8%
5 給食献立表を見て、献立(食材)や栄養量などを確認している	41.2%	35.8%

本学級の生徒は、朝食を毎日食べたり給食の時間を楽しみにしたりと食に関する関心・意欲は高いことがアンケートの結果からわかる。その反面、残飯への意識や栄養バランスなどに関する関心・意欲に課題がある。特に、「3 給食を残さず、全部食べようとしている」の質問に対し、「している」「どちらかといえば、している」と答えた生徒の割合が学校全体と比べて、13.5%低い。よりよい食生活を送るために、自らの食生活を見直すことや実践意欲を高めさせ、学力向上へとつなげていきたい。

#### (2) 題材設定の理由

本題材は、学級活動の「(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の「オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」に示されている。心身の発育・発達が著しい中学生の時期においては、自己の健康を管理し改善していく資質や能力の基盤を育成することが重要である。学習面を充実させるためには、自らの食生活を見直し、自ら改善して望ましい食習慣を形成することが必要である。そこで、本校学校教育目標にある「自ら学ぶ生徒・自ら鍛える生徒」のように、自らの食習慣を見直し、実践できる力を身に付けさせるように本題材を設定した。

### 3 学校研究課題との関連

**研究主題 「主体的・対話的で深い学びの実現に迫る授業改善～食に関する指導の研究を柱に～」**

本年度、「主体的・対話的で深い学び」を目指し、アクティブ・ラーニング等の工夫改善を図り、生徒が意欲的に参加できる授業づくりを重点項目としている。

学級活動では、集団での話し合いを通して、生徒一人一人が自らの実践目標を決めその実現に向けて取り組んでいくことを意識させたい。そのために授業内では「つかむ→さぐる→見つける→決める」の過程で実践目標を決めて、1週間後に実行できたかどうかを振り返り、実践意欲の継続を図りたい。

### 4 評価規準【省略】

### 5 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
・食に関するアンケートに取り組み、自分の食生活について振り返る。 ・普段の食事から栄養バランスの偏りがないかを確認する。	・栄養教諭と連携し、成長期に欠かせない栄養素について分かりやすく資料の提示をする。	◎自分の食事のとり方を振り返り、アンケートに答えている。 【思】(アンケート)

### 6 本時のねらい

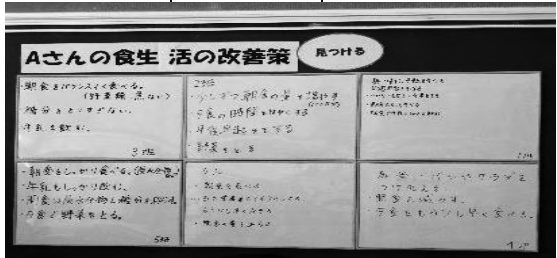
#### (1) 本時の目標

- ・自分の食生活を振り返り、よりよい食習慣にするための改善方法を考える。(思考・判断・表現)

#### (2) 食育の視点

- ・心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】

7 展開

	生徒の活動	指導上の留意点		資料	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
		T1(学級担任)	T2(栄養教諭)		
導入 10分	1 事前アンケートの結果から実態や課題を共有する。 2 本時のテーマについて確認する。	・アンケート結果をスクリーンに映し現状を確認する。		・アンケート結果	
(テーマ) 自分の食生活を見直し、学力アップを目指そう					
展開 30分	3 Aさんの例から、Aさんの生活習慣と食事内容の改善点を考え、発表する。  4 Aさんの食事内容の改善策を班で考え、発表する。  5 栄養教諭の話聞き、よりよい食生活について知る。	・ワークシートでAさんの事例を提示し、改善点を考えさせる。その際に、Aさんの食生活を自分たちと重ね合わせながら考えるよう声かけを行う。 ・出た意見を「生活習慣」「食事内容」に分類してまとめる。  ・栄養バランスのとれた食生活を班で協力して考えさせる。 ・正しい生活習慣について確認をさせ、板書にまとめる。		・ワークシート	
				・グループ活動シート	◎自分の食生活を振り返り、よりよい食習慣にするための改善方法を考える。 【思】(発言・ワークシート)
終末 10分	6 自分自身の食生活を振り返り、今週の食生活の目標を考える。	・本時の授業で学んだことを生かすよう助言する。	・机間指導を行い、生徒へアドバイスをする。	・ワークシート	

8 板書計画【省略】

9 事後の指導

生徒の活動	指導上の留意点	◎目指す生徒の姿 【観点】(評価方法)
<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で決めた方法で1週間取り組み、結果や振り返りをワークシートに記入する。</li> <li>1週間の自分の生活を振り返り、保護者からコメントを書いてもらう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>取組を確認し合う場を設け、お互いの実践を認め励まし、継続的に取り組めるようにする。</li> </ul>	◎自分で決めた実践方法に取り組もうとしている。【態】(観察・ワークシート)



(食事内容の改善策を班で考える場面)

## 第2学年2組 保健体育科（保健分野）学習指導案

日時 令和3年11月26日（金）第5校時  
指導者 教諭 鈴木 しのぶ

### 1 単元名

「健康な生活と病気の予防」 ～生活習慣病と食生活の関わり～

### 2 単元について

現代の中学生の生活を見ると、生活の夜型化、睡眠時間の減少の他、食生活では食事摂取時間の不規則化、朝食欠食の日常化、栄養摂取の偏りなどが問題である。また、運動面では二極化が見られ、運動習慣が十分身に付いていない生徒もいる。これらが極端な痩身や肥満などの原因となったり、生活習慣病を引き起こす要因となったりして、生涯にわたる心身の健康にさまざまな影響を及ぼすことになる。

本単元では、健康の保持増進には、年齢・生活環境に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解させたい。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠不足など生活習慣の乱れを長期に続けることが、生活習慣病の要因となることを知り、それに対する適切な対策を行う必要があることを理解させる単元である。

### 3 学校研究課題との関連

研究主題 「主体的・対話的で深い学びの実現に迫る授業改善～食に関する指導の研究を柱に～」

本年度、「主体的・対話的で深い学び」を目指し、アクティブ・ラーニング等の工夫改善を図り、生徒が意欲的に参加できる授業づくりを重点項目としている。

保健体育科では、技の教え合いやアドバイスをする中で、「主体的・対話的で深い学び」につなげたいと考える。保健の授業では、学習課題に対して「なぜ？」と考えることから始め、自分の考えを仲間に伝えたり、グループで話し合っただけで考えをまとめたりするような協働的な活動を多く取り入れたいと考える。

### 4 生徒の実態

本学級は、明るく穏やかな生徒が多く、前向きに学校生活を送っている。男女も仲が良く、良好な人間関係を構築できる。学習にも前向きな生徒が多く、ノートをとるなどの作業は丁寧に取り組んでいる。多くの教科や道徳で、協働的な活動は何度も経験しているが、自分の意見や考えを伝えたり、人の意見を聞いてそれに対する考えをまとめたりする活動は、やや苦手な生徒が多い。

事前アンケート結果から見られる生活習慣病に対する生徒の実態は、以下のとおりである。

(在籍35名、回答34名、欠席1名)

Q1 生活習慣病について学習することは大切だと思いますか。 思う34人・思わない0人

Q2 自分は将来、生活習慣病にならないと思いますか。 思う3人・思わない4人・わからない27人

Q3 将来、生活習慣病にならないために実践していることはありますか。 ある29人・ない5人

Q4 Q3であると答えた人は、どんなことを実践していますか。

・食生活9人 ・適度な運動16人 ・睡眠、休養16人 ・ストレスをためない8人

Q5 Q4で「食生活」と答えた人は、実践していることを具体的に書いてください。

・バランスの良い食事 6人 ・間食をあまりとらない 4人 ・3食きちんと食べる 2人

・お菓子を食べ過ぎない 1人 ・肉を食べたら、玉ねぎを多めにとる 1人

Q6 生活習慣病について学んだことを、身近な家族に語ろうと思いますか。

思う17人 ・ 思わない17人

Q7 あなたが一番不安を感じる生活習慣病を一つ選んでください。

がん20人 脳卒中2人 心臓病2人 糖尿病7人 慢性閉塞性肺疾患0人 痛風2人

生活習慣病について学習することは大切であると考えている生徒は100%で、現代社会を取り巻く生活習慣病の怖さをよく理解できている。生活習慣病にならないために実践していることがあるかという問いにも、8割以上の生徒が「ある」と答えている。しかし、その中で「食生活」と答えた生徒は9人しかおらず、今から食生活に気を付けていこうという意識のある生徒は少ない。また、学んだことを身近な家族に語ろうと思うかの問いに対しては、半数しか「思う」と答えておらず、自分の家族の健康に対する意識はあまり高くはない。

5 教師の指導観

生活習慣病は、その名の通り、日頃の生活習慣が大きな要因となって起こる病気である。ここでは、生活習慣病の発症と特に関わりの深い食事について、自らの食生活を振り返ることで、問題点を考えさせていきたい。まずは提示資料を用意し、病気や料理のイメージをもたせ、考えを深めさせたい。次に、知識伝達だけにとどまらず、生徒が互いに学び合い、考えを深め合うための工夫として、小グループでの学習形態をとり、意見の交換が行われやすい環境を作る。その活動から、最終的には自己に返し、自分の問題として考え、理解し、意識の変化へとつながるようにしていきたい。

6 単元の見どころ

- (1) 健康な生活と生活習慣病などの予防について、理解することができるようにする。(知識)
- (2) 生活習慣病などの予防にかかわる事象や情報から自他の課題を見直し、生活習慣病などのリスクを軽減したり、生活の質を高めたりする視点から解決方法を考え、適切な方法を選択するとともに、それらを伝え合うことができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- (3) 生活習慣病などの予防について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

7 単元の指導計画と評価計画【省略】

8 本時の学習と指導 (3/3)

(1) ねらい

生活習慣病について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等のリスクを軽減し、健康を保持増進する方法を選択することができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)

(2) 食育の視点

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】

(3) 準備

提示資料、料理カード、ワークシート

(4) 展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価)
導入 10分	1 前時を振り返り、学習の流れを確認する。 2 血管と腸管の写真を見て、食生活と生活習慣病は密接に関係していることに気付くと共に、「生活習慣チェック表」で、自分自身を振り返る。 3 本時の課題を知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;">生活習慣病を予防できる食生活を考えてみよう～和食の良さを見直そう～</div>	○生活習慣病について、基本的なことを押さえる。  ○血管と腸管の写真を提示することで、好ましくない生活習慣のうち、何が原因で写真のようになるのかを考えさせる。 ○生活習慣チェック表で自己を振り返り、自分自身の課題を発見できるようにする。
展開 35分	4 給食の献立をもとに、ごはんが主食の食事と、パンが主食の食事を比較する。  5 現代の食事傾向を振り返り、昔の食事と比較する。 ・食材や調理方法を比較する。	○ごはんとパンの献立を比較することで、エネルギーと脂質の関係に気付くことができるようにする。 ・主食がごはんの日のエネルギーは高いが、脂質は低い。逆に、主食がパンの日のエネルギーは低い、脂質は高い。 ・糖質や脂質は摂り過ぎると「脂肪」になり、体に蓄積され、生活習慣病の原因となることを知る。 ・昔の食生活は、ごはんを主食にしているためエネルギーが高くても、和食のおかずは脂質が低いことを確認する。 ・食事の欧米化により、生活習慣病が増えてきていることを知る。 ○日本型食生活とは、「米・野菜・魚・大豆を中心とした伝統的な食事パターンに、肉・乳製品・卵・果実を加えた、栄養バランスのとれた健康的な食生活」であることを理



	<p>6 昔の食事方法を日本型食生活(一汁三菜)とって、主食+副食(主菜と副菜)+汁物が基本になっていることを知る。 ・給食の献立を例に挙げ確認する。</p> <p>7 生活習慣病予防のために、どのような食生活をしようと思うかまとめる。</p> <p>8 生活習慣病は、自分が気を付けるだけでなく家族の協力が必要不可欠になってくるため、家庭での取組も重要であることを知る。</p>	<p>解させる。 ・カードを使い、日本型食生活の例を作って発表する。 ○「生活習慣チェックシート」を確認し、食事の量や頻度、栄養素のバランスを整えることを押さえる。</p> <p>◆心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。 【心身の健康】</p> <p>○家族で同じ食事をするところから、家族で何か一つ生活習慣病を予防するためのテーマを決め、家族で継続していく目標が考えられるようにする。</p> <p>◆学んだことを生かし、自分や家族の食生活を見直そうと、他者と話し合ったり、ワークシートに記述したりして考えている。 【思考・判断・表現】</p> <p>&lt;「努力を要すると判断される状況」(C)の生徒への手立て&gt; 机間指導を行い、自分の考えがまとめられるようにキーワードを伝え、学習を整理できるようにする。 &lt;「十分満足できると判断される状況」(A)の生徒の具体的な姿&gt; 学習したことをもとに、「自分」及び「家族」の「現在」及び「将来」の具体的な対策について、ワークシートにまとめている。</p>
<p>まとめ 5分</p>	<p>9 教師の話を聞く。</p>	<p>○本時のまとめを行い、教師自身の取組について話をする。急激に取り組むと無理が起こるので、できることから少しずつ始めることが大切であることを確認する。</p>

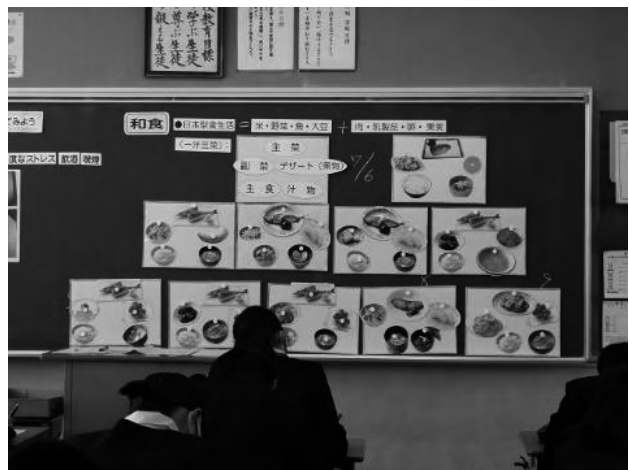
9 事後の指導

本単元終了後、痛風を患っている人の話を聞き、将来を見据えた学習として位置付けたい。

10 板書計画【省略】



(カードを使い、日本型食生活の例を作る場面)



(各班で出来上がった日本型食生活)

# 行田市立南小学校



 2021年は埼玉誕生150周年 



<p><b>【児童の実態】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝ごはんを毎日食べる児童 82.9%</li> <li>・給食を残さず食べる児童 43.7%</li> <li>・肥満傾向の児童 19%</li> </ul> <p><b>【保護者地域の実態】</b> (第2次行田市食育推進計画)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝ごはんを毎日食べる 88%</li> <li>・行田でとれる地場産物を知っている人 49%</li> <li>・主食・主菜・副菜の食事を毎日食べている 54%</li> </ul>	<p><b>学校教育目標</b></p> <p>○進んで 勉強する子(知) &lt;学ぶ&gt; ○なかよく 協力する子(徳) &lt;磨く&gt; ○健康で たくましい子(体) &lt;鍛える&gt;</p> <p><b>学校経営方針</b></p> <p>「笑顔と挑戦」 夢がある 元気がある 楽しさがある みんなの学校 —児童・教職員・保護者・地域が「成長する喜び」を共有する学校—</p>	<p><b>【第4次食育推進基本計画】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食を欠食する子 0%</li> <li>・栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民 50%</li> </ul> <p><b>【埼玉県食育推進基本計画】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている人 70%以上</li> </ul> <p><b>【教育委員会指導指針】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・主体的に行動できる子供の育成</li> </ul>
---	--	--

**食育の視点**

- ◇食事の重要性
- ◇心身の健康
- ◇食品を選択する能力
- ◇感謝の心
- ◇社会性
- ◇食文化

**食に関する指導目標**

(知識・技能)  
食事の重要性や栄養バランス、食文化等について理解し、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身につけている。  
(思考力・判断力・表現力等)  
正しい知識、情報に基づき、食生活や食の選択について考え、自ら管理したり判断したりできる。(学びに向かう力・人間性等)  
食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じて人間関係を形成しようとする態度を身につけている。

幼稚園 保育所 こども園等	<b>各学年の食に関する指導の目標</b>	中学校						
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 33%;">1.2年</th> <th style="width: 33%;">3.4年</th> <th style="width: 33%;">5.6年</th> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>○食べ物に興味関心を持ち、食品の名前がわかる。</li> <li>○食べ物が体に必要なことがわかり、苦手なものでも一口は食べようとする。</li> <li>○みんなと協力して、給食の準備や片付けができる。</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しく食事をすることが心身の健康に大切なことがわかる。</li> <li>○健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。</li> <li>○衛生的に給食の準備や食事、片づけができる。</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しく食事をすることが人と人とのつながりを深め豊かな食生活につながる事がわかる。</li> <li>○食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせる大切さを理解し一食分の食事が考えられる。</li> <li>○食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。</li> </ul> </td> </tr> </table>	1.2年	3.4年	5.6年	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食べ物に興味関心を持ち、食品の名前がわかる。</li> <li>○食べ物が体に必要なことがわかり、苦手なものでも一口は食べようとする。</li> <li>○みんなと協力して、給食の準備や片付けができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しく食事をすることが心身の健康に大切なことがわかる。</li> <li>○健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。</li> <li>○衛生的に給食の準備や食事、片づけができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しく食事をすることが人と人とのつながりを深め豊かな食生活につながる事がわかる。</li> <li>○食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせる大切さを理解し一食分の食事が考えられる。</li> <li>○食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。</li> </ul>	
1.2年	3.4年	5.6年						
<ul style="list-style-type: none"> <li>○食べ物に興味関心を持ち、食品の名前がわかる。</li> <li>○食べ物が体に必要なことがわかり、苦手なものでも一口は食べようとする。</li> <li>○みんなと協力して、給食の準備や片付けができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しく食事をすることが心身の健康に大切なことがわかる。</li> <li>○健康に過ごすことを意識して、いろいろな食べ物を好き嫌いせずに食べようとする。</li> <li>○衛生的に給食の準備や食事、片づけができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○楽しく食事をすることが人と人とのつながりを深め豊かな食生活につながる事がわかる。</li> <li>○食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせる大切さを理解し一食分の食事が考えられる。</li> <li>○食品の衛生に気を付けて、簡単な調理をすることができる。</li> </ul>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>・充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見直しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出す。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の将来の課題を見つけて、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し自ら健康を保持増進できるようにする。</li> <li>・食文化や食品の生産・流通について理解を深め、食事を通して豊かな心と望ましい人間関係が構築することができる。</li> </ul>						

**食育推進組織（食育研究推進委員会）**  
 委員長：校長（副委員長：教頭）  
 委員：食育主任（栄養教諭）、主幹教諭、保健主事（養護教諭）、専門部部長、専門部副部長  
 ※必要に応じて、学年主任、体育主任、保護者代表、学校医、学校歯科医、学校薬剤師の参加

- 食に関する指導**
- ①教科等における食に関する指導：関連する教科等において食に関する指導の視点を位置づけて指導  
 社会、理科、家庭、保健体育、道徳、総合的な学習の時間、特別活動 等
  - ②給食の時間における食に関する指導：食に関する指導 → 献立を通して学習、教科で学習したことを確認  
 給食指導 → 準備から片付けまでの一連の指導の中で習得
  - ③個別的な相談指導：肥満・やせ傾向、食物アレルギー、偏食、スポーツ栄養

**地場産物の活用**  
 行田市産「彩のかがやき」、牛乳、長ねぎ使用、地場産ポスターの作成、教科等の学習や体験活動と連携を図る。

**家庭・地域との連携**  
 学校公開、ホームページ、ブログによる情報発信。学校運営協議会の評価、給食センター、地域ネットワーク（人材バンク）等の活用  
 学校だより、食育だより、給食だより、保健だより、学校給食試食会、家庭教育学級、学校保健委員会、講演会  
 自治体広報誌、ホームページ、公民館活動、食生活推進委員、生産者団体、地域食育推進委員、学校運営協議会

**食育推進の評価**  
 活動指標：食に関する指導の実施率→100%（全ての学級で実施）  
 成果指標：児童の朝食喫食率100%、(食育アンケート)

令和3年度 行田市立南小学校 食に関する指導の全体計画②

教科等 学校行事等	4月 入学式 計画策定	5月 運動会 委員会 委員会	6月 わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】 どれくらい育ったかな 【6年】 植物の発芽と成長【5年】 糧物のからだのはたらき 【6年】	7月 林間学校 委員会	8～9月 わたしたちの市につくら れるもの【3年】 水産業のさかんな地域 【4年】 米づくりのさかんな地域 【5年】 わたしたちの食料生産とわ たしたち【6年】 実ができたよ【5年】 花から実へ【6年】	10月 就学時健康診断 委員会	11月 修学旅行 委員会	12月 委員会 評価実施	1月 評価結果の分析 委員作成	2月 委員作成 計画案作成	3月 卒業式
社会	わたしたちの国土【5年】	行田市のようす【3年】	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	こみのもじりと利用【4年】 くらしを支える食料生産 【5年】 米づくりのさかんな地域 【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
理科	たねをまこう【3年】	動物のからだのはたらき 【6年】	どれくらい育ったかな 【6年】 植物の発芽と成長【5年】 糧物のからだのはたらき 【6年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
生活	ぐんぐんそだててわたしの 野菜【2年】	動物のからだのはたらき 【6年】	どれくらい育ったかな 【6年】 植物の発芽と成長【5年】 糧物のからだのはたらき 【6年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
家庭	クッキングはじめの一歩 【5年】 できることを増やしてクッ キング【6年】	動物のからだのはたらき 【6年】	どれくらい育ったかな 【6年】 植物の発芽と成長【5年】 糧物のからだのはたらき 【6年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
体育		動物のからだのはたらき 【6年】	どれくらい育ったかな 【6年】 植物の発芽と成長【5年】 糧物のからだのはたらき 【6年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
他教科等		動物のからだのはたらき 【6年】	どれくらい育ったかな 【6年】 植物の発芽と成長【5年】 糧物のからだのはたらき 【6年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
道徳	あめ玉【3年】	ほくほくやうぼう【3年】 【1年】 ほくほくやうぼう【5年】	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
総合		ほくほくやうぼう【3年】 【1年】 ほくほくやうぼう【5年】	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
学級活動	しょうずな食事の仕方 【1年】	ほくほくやうぼう【3年】 【1年】 ほくほくやうぼう【5年】	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
特別活動	児童会活動	ほくほくやうぼう【3年】 【1年】 ほくほくやうぼう【5年】	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
給食	給食指導	仲良く食べよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
	食に関する指導	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
月目標	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	仲良く食べよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
食文化の継承	食文化の継承 行事食等	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
旬の食材	旬の食材 清見オレンジ	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
職場産産材	職場産産材	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
個別的な相談指導	個別的な相談指導	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式
家庭・地域との連携	家庭・地域との連携	給食の準備を きちんとしよう 給食のきまりを覚えよう 楽しい給食時間しよう	わたしたちのくらしをさ えらふこと【3年】 くらしを支える水【4年】 わたしたちの生活と食料 生産【5年】	健康な生活【3年】 病気の起り方【6年】	わたしたちの市につくら れるもの【3年】 県内の伝統や文化と先 人の働き【4年】 県内のまつり【4年】	就学時健康診断 委員会	修学旅行 委員会	評価実施	評価結果の分析 委員作成	委員作成 計画案作成	卒業式

## 第1学年2組 学級活動(2) 指導案

令和3年11月9日(火) 第5校時  
場 所 1年2組教室  
児童数 男子16名 女子7名 計23名  
指導者 T1教諭 田中 佑季  
T2栄養教諭 松本 朋子

### 1 題材名 しっかりたべてげんきにすごそう

学級活動内容(2) エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

### 2 題材について

#### (1) 児童の実態

非常に明るく、元気な学級である。毎日の給食は児童の楽しみであり、今日の給食は何かよく話題に上がっている。しかし、好き嫌いが激しい児童が多くいる現状もあり、給食での残量は少ないとは言えない。

アンケート(内容省略)の結果から、食べ物の中でも野菜が嫌いな児童が半数いることが分かった。また、それとは対照的に、肉が好きな児童は91%もいることが分かった。給食時の様子を見てみると、肉だけ食べ、一緒に入っている野菜を残す児童をよく見る。更に、野菜が入っているというだけで、一口も食べようとしない児童も少数存在する。また、嫌いな食べ物のほとんどが野菜の名前であることから、野菜嫌いが多いことが伺える。

#### (2) 題材設定の理由

そこで本時の学習では、バランスよく食べることの重要性を、楽しく分かりやすく示し、どうして好き嫌いしてはいけないのかを実感させたい。本時の展開では、バランスよく食べられているかどうかをすぐに分かるよう、食材を積み重ねてできた船で表現する。その船の大きさや各栄養素のバランスをみて、自分の食事の実態を知ることにつなげる。実態を把握した上で、バランスよく食べることの重要性を学び、自分の食事の課題を見出させたい。また、給食だけでなく朝昼晩どの食事でもバランスよく食べ、よりよい生活を送りたいという意欲につなげていく。

### 3 研究主題との関わり

#### 【研究主題】

主体的・対話的に学び合い、考えを深め合える児童の育成  
－「食べる力」＝「生きる力」食育を通して生き生きと生活できる力を育む－

#### 【目指す児童像】

- ・食べることを大切にする子
- ・健康的な食事ができる子(バランスよく食べる子)

〈手立て1〉各教科を通して、食を大切にする指導の工夫

⇒しっかり食べることが、学習や運動等にも大きく影響することを実感させる場を設定した。

〈手立て2〉栄養教諭やゲストティーチャーを活かした専門的な指導

⇒栄養教諭による、専門的知識を活かした指導の場を設定した。

〈手立て3〉食を身近に感じさせるための、校内掲示や家庭への啓発の工夫

⇒・単元を通して、食を身近に感じさせる掲示物を作成し、教室内に掲示した。

・完食しようとする意欲を向上させることをねらいとした「もりもりの木」を掲示した。

#### 4 題材の目標

(1) 食事のマナーを身に付ける。

(2) 食べ物の働きによって3色に分けられることが分かる。

(3) バランスよく食べることの大切さが分かる。

#### 5 評価規準

	よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
題材の評価規準	<ul style="list-style-type: none"><li>・基本的な食事のマナーを理解している。</li><li>・「黄」の栄養や働きと、黄の食べ物を理解している。</li><li>・「赤」の栄養や働きと、赤の食べ物を理解している。</li><li>・「緑」の栄養や働きと、緑の食べ物を理解している。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・なぜ食事のマナーを身に付けなくてはならないのかを考えることができる。</li><li>・バランスよく食べることについて考え、なんでもよく食べようとしている。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・元気に生活するために、栄養に気を付けて食べようとしている。</li><li>・バランスのよい食事を知り、今後の食事で意識して食べようとしている。</li></ul>

#### 6 指導と評価の計画（省略）

#### 7 本時の学習

(1) 本時のねらい

・ バランスよい食事を知り、今後の食事で意識して食べることができるようにする。

(2) 食育の視点



・ 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

【食事の重要性】

・ 心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。

【心身の健康】

(3) 展開

段階	児童の活動	指導上の留意点		教材・資料	◎目指す児童の姿 【観点】(評価方法)
		T 1 (学級担任)	T 2 (栄養教諭)		
導入 (7分)	1 前時の振り返りをする。  2 本時の学習の課題を考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>楽しく学習が始められる雰囲気作りのために、「えいようのうた」を歌う。</li> <li>担任の朝ごはんのカードを重ねて船の形にして掲示する。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>モニター</li> <li>食べ物カード</li> </ul>	
<p>「もりもりごう」をすすめるにはどうしたらいいか、かんがえよう</p>					
展開 (24分)	3 給食を3色の栄養に当てはめる。  4 今日の給食で食べられなかったもののカードを抜く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>今日の給食の船を隣の人と確認し合いながら作る。</li> <li>→ 3色の栄養の掲示物や、「えいようのうた」をヒントに考えさせる。</li> <li>全てのペアが完成したら正解の形を掲示する。</li> <li>作った船の中から、食べられなかったものを抜き、自分がどれくらいバランスよく食べられているか確認させる。</li> <li>船は自分の身体であることを再確認し、自分の身体に影響があるということを説明する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>今日の給食の説明をする。</li> <li>船の色別の役割を、体と結びつけて説明する。</li> <li>給食は完食すると、3色の栄養がバランスよく摂れることを説明する。</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>3色の栄養の食べ物をバランスよく食べないと、船が進まないことを説明する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食の食べ物カード</li> <li>磁石ボード</li> <li>モニター</li> </ul>	◎バランスよく食べることの大切さについて考え、何でもよく食べようとしている。 【思・判・表】 (発言・観察)



終末 (14分)	5 今日の学習のまとめをする。	「もりもりごう」をすすめるには、すききらいせずになんでもたべることがたいせつ		・ワークシート	◎バランスのよい食事を 知り、今後の 食事で意識 して食べよ うとしてい る。 <b>【態】</b> (ワークシ ート・発言)
	6 振り返りをする。	・学習を振り返り、これからがんばりたいことを書かせる。			

8 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点	◎目指す児童の姿 【観点】(評価方法)
自分の立てためあてや取組を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食のすぐ後に、取組を確認する時間を設け、実践の継続を図るようにする。</li> <li>児童のめあてや取組を保護者に伝え、コメントをもらうことで、家庭での食の関心を高める。</li> </ul>	◎バランスのよい食事を知り、今後の食事で意識して食べようとしている。 <b>【態】</b> (ワークシート)

9 板書計画

「もりもりごう」をすすめるにはどうしたらいいか、かんがえよう

のこすと


みどり

あか

きいろ

朝ごはん  
で作った  
船

「もりもりごう」をすすめるには、すききらいせずになんでもたべることがたい

10 ワークシート

しっかりとべて げんきにすごそう

くみ ばん なま( )

**【あか】**  
- いろいろな食料を  
- だまきりになりにくくする

**【あか】**  
- だまにく、は、ほろほろする

**【きいろ】**  
- だまをちからにする

【きいろ】の作ったこと、きいたこと

---



---



---

【あか】の作ったこと、きいたこと

---



---



---



## 第5学年 総合的な学習の時間 学習指導案

令和3年11月9日(火) 第5校時  
場 所 5年1組教室・5年2組教室  
児童数 男子33名 女12名 計45名  
指導者 教諭 入江 恭子  
教諭 筋 慎也

1 単元名 「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
～食品ロスの問題を考える～

2 単元の目標

- (1) 食品ロスの問題について現状や要因を調べ、様々なところで解決に向け工夫していることを知る。
- (2) 食品ロスの問題が、自分、家族、地域の人、一人一人の考え方や日常生活における行動と深く関わっていることに気づき、学んだことを自らの生活や行動に生かそうとする。

3 食育の視点

- (1) 正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。 【食品を選択する能力】
- (2) 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々への感謝する心をもつ。 【感謝の心】

4 児童の実態

今年度当初、給食残量がとても多かった。特に、野菜や魚の残量が多く、ごちそうさまの時間がくると何も考えずに簡単に残す様子が見られた。自分が食べきれる量を配膳すること、苦手なものでも一口は食べることをルールとしたり、いただきます後、食缶に残っているものは担任がまだ食べられる児童に配ったりするなどしてクラス全体の給食の残量を減らす指導を行ってきた。

アンケートの結果から、食事や食べ物への関心が高まってきたこと、苦手なものでも頑張っ  
て食べようという気持ちが育ってきていることが分かる。家庭科の調理実習前に学活「野菜を  
しっかり食べよう」や林間学校でバイキング形式の食事をするを考え、「バランスの良い食  
事について考えよう」という授業を栄養教諭と連携して行った。時期を見て、教科横断的に食  
に関する指導を行ってきた成果であると考えられる。

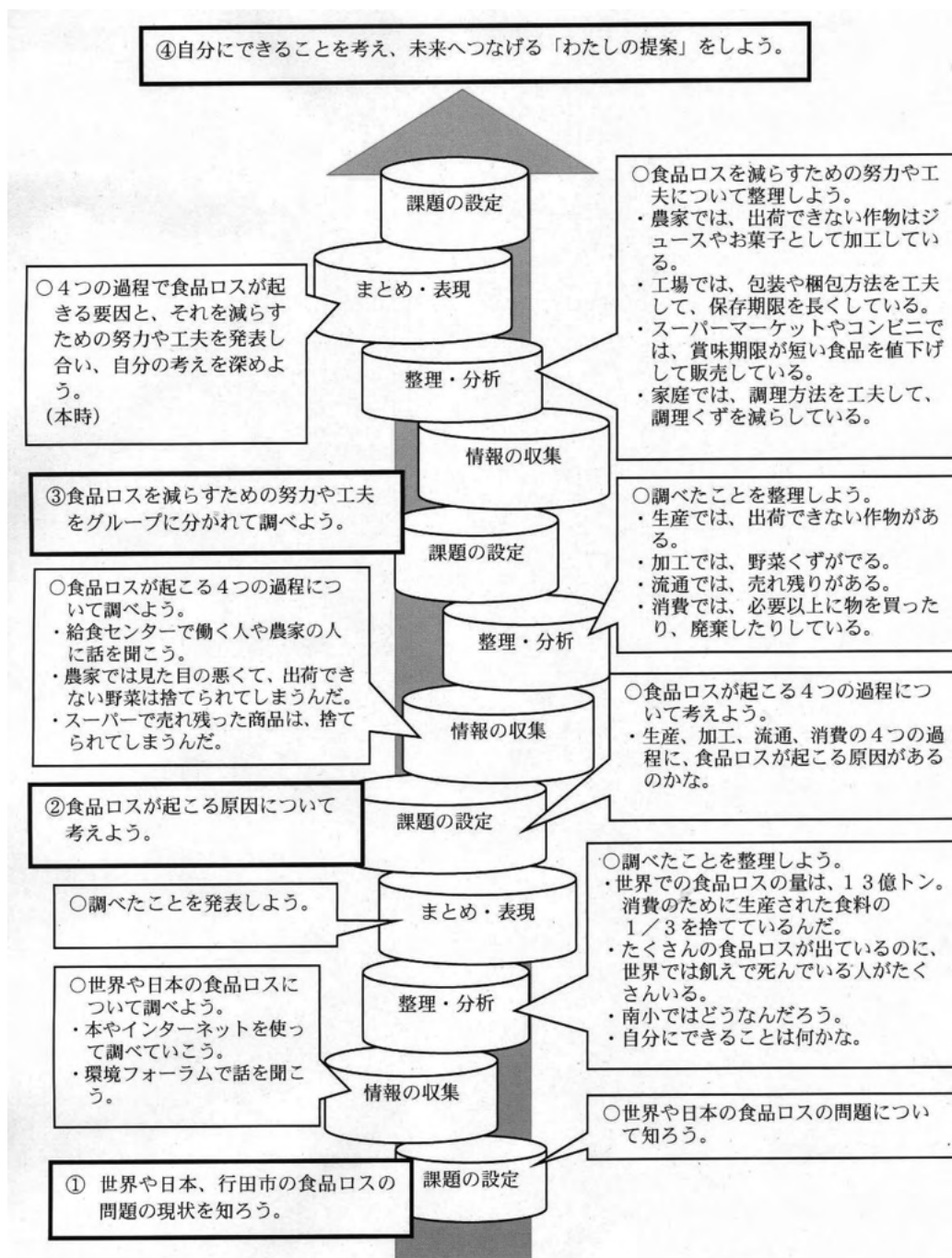
さらに、この学習で、SDGsの1つの削減目標でもある世界規模で起きている食品ロスの問題  
について知り、一人一人の考え方や日常の行動と深く関わっていることに気づき、学んだこと  
を自らの生活や行動に生かしてほしい。そして、食べ残しを減らし、食べ物を大切に  
する子、自ら健康的な食事ができる子になってほしい。

## 5 教材について

食は、児童にとって身近なものである。これまでに児童は、家庭科で青菜やじゃがいものゆで方について知り、マイゆで野菜サラダを作った。社会科では米作りと農業、水産業、食料生産等の内容について学習している。他教科で学習したことを教科横断的に総合的な学習の時間とつなげていきたい。

食品ロスは、日本や世界の課題であるだけでなく、児童の身近でも起こっている課題である。食品ロスの現状や要因について調べたり、インタビューしたりするなどして収集した情報を整理し、まとめる活動を通して、自分たちの食生活が世界とつながっていること、自分たちの行動が身近な地域や世界に影響を与えていることに気付くことができると考える。

## 6 単元で予想される活動の流れ



7 研究主題との関わり

【研究主題】

主体的・対話的に学び合い、考えを深め合える児童の育成  
 —「食べる力」＝「生きる力」食育を通して生き生きと生活できる力を育む—

【目指す児童像】

- ・ 食べることを大切にする子
- ・ 健康的な食事ができる子（バランスよく食べる子）



- 〈手立て1〉各教科を通して、食を大切にする指導の工夫  
 ⇒家庭科、学活、林間学校の事前指導など、様々な教科や場面で食に関する指導を行った。
- 〈手立て2〉栄養教諭やゲストティーチャーを活かした専門的な指導の工夫  
 ⇒栄養教諭やゲストティーチャーと連携した授業（環境フォーラム、みるく教室、給食センターの人の話を聞く、農家の人の話を聞く、お店にインタビューに行く）により、専門的な立場からお話を聞く場面を多く設定した。
- 〈手立て3〉食を身近に感じさせるための校内掲示や家庭への啓発の工夫  
 ⇒児童にとって身近な「ごはん」である米が、どのように育つか知るために、特別支援学級と合同でバケツ稲の栽培を行った。

8 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①食品ロスの現状や要因について調査したり、身近な人にインタビューしたりするなどして収集した情報を整理し、まとめる方法が分かっている。</p> <p>②「生産」「加工」「流通」「消費」の各過程で起きる食品ロスについて、その現状や要因、それを減らす努力や工夫を理解し、自分なりに考えている。</p>	<p>①食品ロスの問題を解決するために必要な情報を、手段を選択して収集している。</p> <p>②伝える相手や目的に応じて、自分の考えをまとめ、適切な方法で表現している。</p> <p>③食品ロスの問題について、課題をつくり、解決に向けて自分にできることを考えている。</p>	<p>①活動を通して、自分と食品の関わりを見直そうとしている。</p> <p>②課題解決の状況を振り返り、あきらめずに食品ロスの問題の解決に向けて取り組もうとしている。</p> <p>③食品ロスの問題の解決に向けて、友達や関係する人たちの意見や考えのよさを生かしながら、協働して課題解決に取り組もうとしている。</p>

9 単元の指導計画・評価計画（3 2時間扱い）（省略）




10 本時の学習指導 (31 / 32)

(1) 目標

「生産」「加工」「流通」「消費」の各過程で起きる食品ロスについて、その現状や要因、それを減らす努力や工夫を理解し、自分なりに考えている。

(2) 展開

学習活動	・指導上の留意点 ○評価 (評価方法)	準備	時間
1 前時までの流れを確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つの過程を提示しながら、それぞれの役割も想起させる。                             <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">                                 ①生産 (農業、漁業、畜産業)                                  ②加工 (工場、給食センター)                                  ③流通 (スーパーマーケット、コンビニエンスストア)                                  ④消費 (家庭、レストラン)                             </div> </li> <li>給食センターで出る食品ロスを減らす工夫を確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つの過程に分類された模造紙</li> </ul>	5
2 本時の活動のめあてを確認する。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     調べたことを発表し合い、自分の考えを深めよう。                 </div>		
3 グループごとに発表する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                         ・農家                          ・お店                          ・スーパーマーケット                          ・コンビニエンスストア                          ・家庭                          ・レストラン                     </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本時のめあてを確認し、見通しをもって活動を行えるように学習内容を理解させる。</li> <li>資料を使って、自分たちが調べた内容を分かりやすく発表するように助言する。</li> <li>発表する人は、相手によく伝わるように事前に目線や声の大きさ、話す速さについて指導する。</li> <li>聞く人は、発表者に体を向け、静かに聞くなどのマナーを守らせることで堂々と発表できる雰囲気をつくる。</li> <li>ワークシートにメモをしながら聞くことで、自分が調べた場所との違いにも気付かせる。</li> <li>各グループの発表を聞き、食品ロスについての知識を広げさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート</li> <li>発表材料 (テレビ、タブレットPC、模造紙、画用紙、写真など)</li> </ul>	30
4 発表したことを整理する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>1グループの発表が終わるごとに発表の要点を整理し、表に見やすくまとめる。</li> <li>「それぞれの場所での食品ロス」「食品ロスを減らすための工夫」の2つを表に整理する。</li> <li>他のグループの発表内容と自分たちが調べたことについての知識を合わせて理解を深めさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>発表内容が書かれた短冊</li> </ul>	
5 本時の学習のまとめと振り返りをする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>グループ毎の発表を聞いて考えたことや、今後の生活に生かしていきたいことなどを中心に書くようにする。</li> <li>数名の児童に発表させ、発表を聞いて感じたことを共有し、考えを深めさせる。</li> </ul> ○「生産」「加工」「流通」「消費」の各過程で起きる食品ロスについて、その現状や要因、それを減らす努力や工夫を理解し、自分なりに考えている。  (活動の様子・ワークシート)		10

## 1.1 板書計画

世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食  
～食品ロスの問題を考える～

発表する人 目線・声の大きさ・話す速さ  
聞く人 相手を見て・静かに・うなずきながら

① 調べたことを発表し合い、自分の考えを深めよう。

	給食センター	農家	お店	スーパーマーケット コンビニエンスストア	家庭	レストラン
生産（農業、漁業、畜産業）						
加工（工場、給食センター）	どんな食品ロス					
流通（スーパーマーケット、コンビニエンスストア）						
消費（家庭、レストラン）	ロスを減らす工夫					

## 1.2 本時における指導と評価の実際

### (1) ワークシート（振り返り）からの見取り

ワークシートより、本時の思考過程や変容を見取り、評価する。



#### <ワークシート>

- ・家庭グループの野菜の切り方の工夫についての発表を聞き、自分の家でも実践していこうと思った。
- ・農家の規格外になった作物の再利用方法を知り、家族や他の人たちにも広めていこうと思った。
- ・食品ロスを減らす様々な工夫を知り、家や給食では、残さず食べようと思う。

### (2) 評価に基づく改善のポイント

各過程で起きる食品ロスや食品ロスを減らす工夫を知ること、生産者や食品に関わる人々の考えや思いに触れ、自分に何ができるのかを考え、理解を深めていけるようにする。そのために、ワークシートにより、食品ロスに対する児童の自分なりの考えや変容を見取りながら、深い学びにつなげるようにする。

名前 ( )

5年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
調べたことを発表し合い、自分の考えを深めよう

どこで、どのような 食品ロスが出ているか調べよう

① 家庭

○ どのような食品ロスがでているか

- ・料理を作けたりして残る食べ残し
- ・野菜の皮はくきなど食べられるところまで切、捨ててしまふ過剰除去
- ・未開ふうのまま食べずに捨ててしまふ直接はき

○ 食品ロスが 出さないための工夫

- ・買い物時は必要な分だけ買う
- ・料理の際は食べきれぬ量を作る
- ・食事の際はおいしくたべきる
- ・買い物を前に、冷蔵庫や食品庫にある食品をチェックする
- ・食材を適切に保存する
- ・期限表示を確認する

② 消費者庁 家庭での食品ロスをへらすよう

名前 ( )

5年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
調べたことを発表し合い、自分の考えを深めよう

発表を聞いて、メモをしましょう。

発表

2年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
食品ロスを減らすための工夫  
果物などにならないようにする。野菜や果物は皮も食べられるところまで切、捨てる。食べ残しは直接はき。

家庭

2年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
食品ロスを減らすための工夫  
野菜の皮はくきなど食べられるところまで切、捨てる。食べ残しは直接はき。

スーパーマーケット  
コンビニエンスストア

2年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
食品ロスを減らすための工夫  
野菜の皮はくきなど食べられるところまで切、捨てる。食べ残しは直接はき。

家庭

2年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
食品ロスを減らすための工夫  
野菜の皮はくきなど食べられるところまで切、捨てる。食べ残しは直接はき。

レストラン

2年 総合「世界へ、未来へ、つなげよう！わたしたちと食」  
食品ロスを減らすための工夫  
野菜の皮はくきなど食べられるところまで切、捨てる。食べ残しは直接はき。

③ 家庭グループの食品ロスを減らす工夫を聞き、自分の家でも実践していこうと思った。

④ 農家の規格外になった作物の再利用方法を知り、家族や他の人たちにも広めていこうと思った。

⑤ 食品ロスを減らす様々な工夫を知り、家や給食では、残さず食べようと思う。



令和3年度埼玉県小・中学校食育指導力向上授業研究協議会 学習指導案集

発行者 埼玉県教育委員会  
埼玉県学校食育研究会  
埼玉県学校栄養士研究会

令和4年3月発行

担当課 埼玉県教育局県立学校部保健体育課  
所在地 〒330-9301  
埼玉県さいたま市浦和区高砂3-15-1  
TEL 048-830-6968