



食育ピクトグラム



令和5年度

埼玉県小・中学校等食育指導力向上

授業研究協議会 学習指導案集 part 2



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

## は じ め に

日頃から、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食育を一層推進していくことが求められています。

学校において食育を推進していくためには、まず、児童生徒や地域等の実態を適切に把握し、実態を考慮した目標の設定や具体的な取組を進めていくことが重要です。また、これらを教職員全体で共通理解するとともに、各取組において、栄養教諭や学校栄養職員、養護教諭等の専門性を生かすことができるよう、教職員間の連携を図ることも大切です。

これらを踏まえ、各学校における食に関する指導の普及・充実に向け、県では、「埼玉県小・中学校等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2校、中学校3校）において、校長先生のリーダーシップの下、校内の推進体制を整え、食育に取り組んでいただきました。

授業研究協議会では、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」、「社会」、「美術」等の教科・領域や、特別支援学級での授業も含め、14の授業を公開していただきました。各教科等の特質に応じて食に関する指導を効果的に関連付け、様々な視点から児童生徒の食に関する理解を深めるとともに、望ましい食習慣の形成を図るろうとする実践が見られました。また、栄養教諭や学校栄養職員が担任や教科担当の教諭等と連携を図る場面だけでなく、生きた教材としての学校給食の活用、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多くの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学習指導案をまとめ、電子ファイルによる学習指導案集といたしました。各学校におかれましては、それぞれの学校や地域の実態に合わせ、本指導案集を食に関する指導の一層の推進に役立てていただきますようお願いいたします。

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、本指導案集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6年3月

埼玉県教育局県立学校部保健体育課  
参事兼課長 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)	新座市立池田小学校	5
	食べ物はかせになろう	【第3学年 総合的な学習の時間】 6
	食べて元気に	【第5学年 家庭科】 12
(2)	上尾市立上平中学校	19
	調和のとれた生活「食事と健康」	【第1学年 保健体育（保健分野）】 20
	特色ある中央高地の産業	【第2学年 社会科】 26
	食品ロスについて 生物育成に関する技術を未来に生かそう	【第3学年 技術・家庭科（技術分野）】 32
(3)	所沢市立南小学校	35
	研究の概要	36
	きゅう食しつひの ひみつを知り ありがとうの 気持ちをつたえよう	【第2学年 特別活動】 38
	食べることは生きること	【第3学年 特別活動】 41
	食べて元気に「ご飯とみそ汁は食事の基本」	【第5学年 家庭科】 43
(4)	神川町立神川中学校	46
	研究の概要	47
	「『ダイコンは大きな根?』の工夫を考える ～『野菜のひみつ』をわかりやすく伝えよう～」	【第1学年 国語科】 51
	生物のからだのつくりとはたらき	【第2学年 理科】 55
(5)	吉川市立東中学校	57
	健康な生活と病気の予防	【第1学年 保健体育（保健分野）】 58
	食生活を見直そう	【第3学年 技術・家庭科（家庭分野）】 65
	食の大切さ～必要な栄養素を満たす食事～	【特別支援学級 生活単元学習】 69

# 上尾市立上平中学校





## 第1学年2組 保健体育科（保健分野）学習指導案

令和5年10月24日（火）第5校時  
場 所 第1学年2組教室  
生徒数 36名  
指導者 教 諭 佐藤 寛美（T1）  
栄養教諭 湯浅裕利子（T2）

### 1 単元名 調和のとれた生活「食事と健康」

### 2 単元について

この単元は、健康な生活と疾病の予防について課題を発見し、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。

健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、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について理解を深めるようにする。

ここでは、人間の健康は、主体と環境が関わり合って成り立つこと、健康を保持増進し、疾病を予防するためには、それに関わる要因に対する適切な対策があることについて理解できるようにする必要がある。また、健康な生活と疾病の予防に関する課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにすることが必要である。さらに、自他の健康に関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復に主体的に取り組む態度を身に付けることが必要である。このため、本内容は、健康の保持増進や生活習慣病などを予防するためには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること、生活行動と健康に関する内容として喫煙、飲酒、薬物乱用を取り上げ、これらと健康との関係を理解できるようにすること、また、疾病は主体と環境が関わりながら発生するが、疾病はそれらの要因に対する適切な対策、例えば、感染症への対策や保健・医療機関や医薬品を有効に利用することなどによって予防できること、社会的な取組も有効であることなどの知識と健康な生活と疾病の予防に関する課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

### 3 学校課題研究主題との関連

#### （1）研究主題

『主体的・対話的で深い学びの実現に向けた指導方法の工夫』

～ICTとその他の教材を効果的に組み合わせて～

#### （2）研究主題実現のために

- ・グループでの協働学習を行い、学習課題に対する解答をする。
- ・生徒の解答は、短時間でを行うために口頭で発表させる。板書は、予想できる解答のカードを作成しておき、可能な限りスピーディーに行う。
- ・資料の提示は大型モニタに映し、全員で共有しやすくする。

### 4 「学力向上プラン」との関わり

- ・スキルアップトレーニングの内容を自分たちの力に合わせて考えさせる。

（思考力・判断力・表現力等）

- ・ペアやグループによる対話的活動で、コーチングをさせ、互いの良さを生かして協働する力をつけさせる。  
(学びに向かう力・人間性等)

## 5 生徒の実態

### (1) 知識及び技能

食事は健康に大きく関わるということについて理解しているが、具体的な栄養素の効能を理解し自分の成長の為に自ら気を付けて食事をとっている生徒は少ない現状である。

### (2) 思考力、判断力、表現力等

自己の課題を見つけ、ワークシートなどの活用を通して実践力を身に付けようとする姿が見られる。対話的活動については、近くの友達と積極的に話す姿が見られる。

### (3) 学びに向かう力、人間性等

素直で明るく、保健の学習に対しても前向きに取り組む生徒が多い。質問に対しての反応が良く、学ぶ姿勢も前向きである。

## 6 教師の指導観

### (1) 知識及び技能

小学校では、1日の健康な生活の行い方について学習し、中学校では前時までに「運動と健康」について学習している。本学習では、『食事』について、健康への関わり方、健康的な食習慣について正しく理解し、実践できる力を身に付けていく授業を展開する。

### (2) 思考力、判断力、表現力等

自分の課題を見つけやすいように、普段の食生活をワークシートで振り返ったり、食生活の改善について班で話し合ったりすることで言語活動を充実させる。仲間との学び合いを通して、規則正しい食生活について課題を発見したりすることができるようにすることで、実践力の育成を図る。

### (3) 学びに向かう力、人間性等

栄養教諭とチームティーチングを行うことにより、より専門的な話や考え方を積極的に取り入れていきたい。本学習においては、日常生活に基づいた内容であり、いつもとは違う専門的な話によって、生徒たちもより積極的に取り組むのではないかと思われる。

## 7 単元の目標

- (1) 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事、年齢や運動量に応じて、摂取する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を理解できるようにする。  
(知識及び技能)

- (2) 健康な生活にかかわる事象や情報から、生活の質を高めることなどに関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、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) 食事と健康について、自他の食事や健康について班での話し合いに積極的に参加することができるようにする。  
(学びに向かう力、人間性等)

## 8 単元の評価基準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 心身の健康は生活習慣と深く関わっており、健康	① 健康な生活と疾病の予防における事柄や情報などについて、保健	① 食事と健康について、課題解決に向けた学習に自

を保持増進するためには、年齢、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 れた生活を続けることが 必要であることを理解し ている。	に関わる原則や概念を基に整理 したり、個人生活と関連付けたり して、自分の課題について発見し 今後の生活について考えている。 ② 食事の改善について、自分の生活 と関連付けて課題を発見し、解決 方法を考えている。	主的に取り組もうとして いる。
--	--	--------------------

9 単元の指導と評価計画

時	ねらい・学習内容	知	思	態	評価方法
1	健康の成り立ち（詳細は省略）	①			観察
2	運動と健康（詳細は省略）		①	①	ワークシート
3	食事と健康 I ねらい ・食生活の改善について、自分の生活と関連付けて課題を発見し、 解決方法を考えることができるようにする。 II 学習活動 1 本時の課題について考える。 2 学習のねらいを確認する。 3 食事と健康について考える。 4 健康的な食習慣について理解し、どのようにしたら身に付く か考える。 5 本時の学習の振り返りとまとめ		②		観察 ワークシート
4	休養・睡眠と健康（詳細は省略）	①			観察

※主体的に学習に取り組む態度①については毎時間見取るが、2時間目の時間について評価する。

10 本時の学習と指導（3/4時）

(1) 本時のねらい

食生活の改善について、自分の生活と関連付けて課題を発見し、解決方法を考え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

栄養や食事のとり方などについて、自分の食生活を関連付けて正しい知識、情報に基づいた判断ができるようにする。【心身の健康】

(3) 準備…タイマー、ホワイトボード、ペン、PC、大型モニタ、ワークシート

(4) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価基準★食育の視点)		資料
		T 1	T 2	
導入	1 本時の学習内容をつかむ 2 「課題をつかむ」に取り組む	○授業の準備。 ○大型モニタを利用		・大型モニター

7分	<p>朝食と健康状態の関係からどのようなことが読み取れるか近くの友達と考える。</p> 	<p>して本時の流れを説明し、キーワードを伝える。</p> <p>○朝食と健康状態の関係から読み取れることを近くの友達と会話して考えさせる。</p> <p>○他教科との関連についても触れる。</p>	<p>○朝食をとる意義について説明する。</p>	<p>・教科書資料①</p> <p>・教科書資料⑤</p>
展開35分	<p>3 本時の学習課題を確認</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【学習課題】 自分の健康的な食生活を考えよう。</p> </div> <p>4 食事が健康に大きく関わることを考える。</p> <p>・食事の役割について考える。予想される生徒の解答体を作る、エネルギー、楽しい</p> <p>・自分の食生活を振り返り、ワークシートにまとめる。</p> <p>・栄養素やエネルギーの過不足による問題を知る。</p> <p>5 健康的な食習慣について理解し、どのようにしたら身</p>	<p>○学習課題を確認し本時の見通しが持てるようにする。</p> <p>○朝食が体温や体調にも影響するように、食事は健康に大きく関わっていることを伝える。</p> <p>○食事にはどんな役割があるのかを考えさせ、発表させる。 (個人指名)</p> <p>○自分の食生活を振り返り、ワークシートにまとめさせる。</p> <p>○栄養素の過不足により健康問題を引き起こすことを知らせる。</p> <p>○食事が健康と大きく</p>	<p>○発表内容を黒板に書く。</p> <p>○教科書 P22「食事の役割」を読む。</p> <p>○教科書資料②について説明する。</p> <p>○エネルギーの過不足についてのビデオを見せる。</p> <p>○資料③を使い、エネルギーの過不足について説明する</p>	<p>・ワークシート2</p> <p>・教科書</p> <p>・ワークシート</p> <p>・パワーポイント</p> <p>・教科書資料③</p>

<p>に付けることができるのかを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バランスの良い食事をとる方法を理解する。</li> <li>・バランスの良い食事とはどのような食事かを話し合い、発表する。</li> <li>・適切なエネルギー量と規則正しい食事の重要性について理解する。</li> </ul>	<p>康に過ごすには、どのように実践していく必要があるかを考えることを伝える。</p> <p>○ワークシートを使って考えさせる。</p> <p>○内容が具体的にどのように机間指導する。</p>	<p>○内容が具体的にどのように机間指導する。</p> <p>○バランスの良い食事、適切なエネルギー量について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・個人差があること、個に応じて適量をとることが必要であることを伝えるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート4</li> <li>・ポイント</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分に必要なエネルギー量を知る。</li> <li>・中学1年生運動部の人の1日の食生活について考え、発表する。</li> <li>・食事の時間や、量を考えていく。</li> <li>・少人数班で意見を出し、ホワイトボードにまとめる。</li> </ul>	<p>○資料④を使い、自分に必要なエネルギー量を知る。(自分の年齢にマーカ一する)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食1食分 830kal から食事量を考える。</li> </ul> <p>○少人数班で考えさせる。</p> <p>○①～④を各班に振り分け、○と×で考えさせる。</p> <p>◆食事の改善について、自分の生活と関連付けて課題を発見し、解決方法を考えることができるようにする。</p> <p>〈思考・判断・表現〉</p>	<p>○資料④を使い、自分に必要なエネルギー量を知る。(自分の年齢にマーカ一する)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食1食分 830kal から食事量を考える。</li> </ul> <p>○解答と理由を伝え、生徒の意見に捕捉する。</p> <p>○規則正しい食事のリズムの重要性についてまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書資料④</li> <li>・ワークシート5</li> <li>・ホワイトボード</li> <li>・教科書</li> <li>・ポイント</li> </ul>
<div data-bbox="247 1697 670 1960" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;"><b>Z君のある日の食生活</b></p> <p>①朝起きたのが遅かったので、朝と昼の分を合わせて11時頃に食べた。量は多めにして主食・主菜・副菜とバランスよく食べた。</p> <p>②午後3時になってお腹がすいたので、ポテトチップス1袋を食べ、甘い味も食べたくなかったのでチョコレート1枚と水分補給にコーラを1本(500ml)飲んだ。</p> <p>③家族みんなで、夕飯を食べた。メニューは、ごはん・みそ汁・焼き魚・ひじきの煮物・野菜炒め・りんごだった。</p> <p>④寝ているときにお腹がすくと体によくないと思ったので、寝る前にパンとみかんを食べてから寝た。</p> </div>	<p>○ワークシート4</p> <p>○内容が具体的にどのように机間指導する。</p> <p>○バランスの良い食事、適切なエネルギー量について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・個人差があること、個に応じて適量をとることが必要であることを伝えるようにする。</li> </ul> <p>○資料④を使い、自分に必要なエネルギー量を知る。(自分の年齢にマーカ一する)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食1食分 830kal から食事量を考える。</li> </ul> <p>○少人数班で考えさせる。</p> <p>○①～④を各班に振り分け、○と×で考えさせる。</p> <p>◆食事の改善について、自分の生活と関連付けて課題を発見し、解決方法を考えることができるようにする。</p> <p>〈思考・判断・表現〉</p>	<p>○内容が具体的にどのように机間指導する。</p> <p>○バランスの良い食事、適切なエネルギー量について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・個人差があること、個に応じて適量をとることが必要であることを伝えるようにする。</li> </ul> <p>○資料④を使い、自分に必要なエネルギー量を知る。(自分の年齢にマーカ一する)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食1食分 830kal から食事量を考える。</li> </ul> <p>○解答と理由を伝え、生徒の意見に捕捉する。</p> <p>○規則正しい食事のリズムの重要性についてまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書資料④</li> <li>・ワークシート5</li> <li>・ホワイトボード</li> <li>・教科書</li> <li>・ポイント</li> </ul>



第2学年4組 社会科学習指導案

令和5年10月24日(火)第5校時

場 所 2年4組教室

生徒数 35名

指導者 岡 安 俊 太

1 単元名

第3編 第3章 4節 3 特色ある中央高地の産業

2 単元について

(1) 教材観

この単元は、学習指導要領における地理的分野2内容C日本の様々な地域(3)日本の諸地域を受けて設定されている。

学習指導要領には、本単元の内容の取扱いとして次のように記載されている。

次の①から⑤までの考察の仕方を基にして、空間的相互依存作用や地域などに着目して、主題を設けて課題を追究したり解決したりする活動を通して、以下のア及びイの事項を身に付けることができるよう指導する。

- ① 自然環境を中核とした考察の仕方
- ② 人口や都市・村落を中核とした考察の仕方
- ③ 産業を中核とした考察の仕方
- ④ 交通や通信を中核とした考察の仕方
- ⑤ その他の事象を中核とした考察の仕方

また、身に付ける事項として、

ア 次のような知識を身に付けること。

(ア) 幾つかに区分した日本のそれぞれの地域について、その地域的特色や地域の課題を理解すること。

(イ) ①から⑤までの考察の仕方を取り上げた特色ある事象と、それに関連する他の事象や、そこで生ずる課題を理解すること。

イ 次のような思考力、判断力、表現力等を身に付けること。

(ア) 日本の諸地域において、それぞれ①から⑤までで扱う中核となる事象の成立条件を、地域の広がりや地域内の結び付き、人々の対応などに着目して、他の事象やそこで生ずる課題と有機的に関連付けて多面的・多角的に考察し、表現すること。

とある。

この単元では、地域の農業や工業などの産業に関する特色ある事象を中核として、それをそこでの自然環境や交通・通信などに関する事象と関連付け、産業が地域の自然環境や交通・通信などと深い関係をもっていることや、産業の振興と環境保全の両立などの持続可能な社会づくりが地域の課題となることなどについての考察の仕方を身に付けさせる。

中核とした地理的な事象は、他の事象とも関わり合っており成り立っていることに着目して、それらを有機的に関連付けることで動的に取り扱うこと、調べ、追究する学習活動を通して地域的特色や地域の課題を捉えるようにすることなどが大切である。

#### (2) 生徒観（または生徒の実態）

本クラスの生徒は、社会科に関する興味・関心が高い生徒がいる一方で、苦手意識をもち、暗記科目として捉えている生徒も多くみられる。そのため、資料の読み取りや話し合い活動などを取り入れて、社会的な思考力・判断力・表現力を養っていきたい。また、全体的に落ち着いた雰囲気の中で学習に取り組んでいるが、積極的に自分の言葉で意見を表明できる生徒が少ない傾向にある。グループワークでクラスメートと意見交換をする場面を設定し、また、活発に意見を言えるような雰囲気を作っていく。

#### (3) 指導観

学習指導要領に示されているように、地域の農業や工業などの産業に関する特色ある事象の成立条件を、他の事象やそこで生ずる課題と有機的に関連付けて多面的・多角的に考察し、表現させることを目指す。

社会科に関する興味・関心をより高め、学習効果を高めるとともに、中核となる事象との有機的な関連付けのために、既習事項との関連付けに重きを置いて考察させる。また、食育を意識し、我々の食生活との関連についても考えさせる。学習課題についてグループでの協働学習を促し、意見交換や話し合いを行い、学習課題に迫っていけるような授業を目指す。共に学び合う楽しさや大切さを実感できる授業を行う。

### 3 学校研究主題との関連

#### (1) 研究主題

『主体的・対話的で深い学びの実現に向けた指導方法の工夫』

～ICTとその他の教材を効果的に組み合わせて～

#### (2) 研究主題実現のために

- ・グループでの協働学習を行い、学習課題に対する解答をする。
- ・生徒の解答は、短時間でを行うために口頭で発表させる。板書は、予想できる解答のカードを作成しておき、可能な限りスピーディーに行う。
- ・資料の提示は大型モニタに映し、全員で共有しやすくする。

### 4 「学力向上プラン」との関わり

- ・本時の学習の課題を提示することにより効果的な本時の学習の動機付けを行う。
- ・少人数グループでの話し合い活動や協働的な学習を展開し、学び合いの技能を高める。
- ・ICTを活用して資料、地図、動画といった教材提示を行う。

### 5 単元の目標と評価規準

#### (1) 単元の目標

- ・中部地方について、その地域的特色や地域の課題を理解させる。 (知識及び技能)
- ・産業を中核とした考察の仕方を取り上げた特色ある事象と、それに関連する他の事象や、そこで生ずる課題を理解させる。 (知識及び技能)
- ・中部地方において、産業の成立条件を、地域の広がりや地域内の結び付き、人々の対応などに着目さ



せ、他の事象やそこで生ずる課題と有機的に関連付けて多面的・多角的に考察、表現させる。  
(思考力・判断力・表現力等)

- ・中部地方について、よりよい社会の実現を視野にそこで見られる課題を主体的に追究させる。  
(学びに向かう力、人間性等)

(2) 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
①中部地方について、その地域的特色や地域の課題を理解している。 ②産業を中核とした考察の仕方を取り上げた特色ある事象と、それに関連する他の事象や、そこで生ずる課題を理解している。	①中部地方において、産業の成立条件を、地域の広がりや地域内の結び付き、人々の対応などに着目させ、他の事象やそこで生ずる課題と有機的に関連付けて多面的・多角的に考察、表現している。	①中部地方について、よりよい社会の実現を視野にそこで見られる課題を主体的に追究しようとしている。

6 単元の指導計画と評価計画 (4時間扱い 本時3/4時)

小単元	時間	○学習活動 ・学習内容	【評価の観点】(内容) <方法>	資料等
1 中部地方をながめて	学習問題：中部地方では、なぜ各地に個性豊かな産業が発達しているのでしょうか。			
	本時の課題：中部地方を大きくながめると、どのような特色が見られるのでしょうか。			
1	①基礎的・基本的な知識を身に付ける。 ・日本の屋根 ・3つの気候 ②学習問題を立てる。 ・特色ある産業	【知識・技能①】 地域的特色や地域の課題を理解している。 <発言・ノート>	・デジタル教科書 ・大型モニタ	
2 特色ある東海の産業	本時の課題：東海で発達している産業には、どのような特色がみられるのでしょうか。			
	①工業について、変容と国際化にもなう課題の視点から考察する。 ・世界をリードする東海の工業 ・東海の工業の課題 ②農業について、各地の自然条件と社会的条件に応じて発達してきたことを理解する。 ・温暖な気候を生かした農業	【思考・判断・表現①】 工業の特色について、社会的条件と関連付けて多面的・多角的に捉え、国際化への対応についても考え、表現している。 <発言・ノート> 【知識・技能②】 農業の特色を、資料と関連付けて読み取っている。 <発言>	・デジタル教科書 ・大型モニタ	
3 特	本時の課題：中央高地の産業と地理的条件とはどのように結びついているのでしょうか。			

色 あ る 中 央 高 地 の 産 業	3 (本時)	①農業や工業について、各地の自然条件と社会的条件との関連を多面的・多角的に考察する。 ・土地の特色を生かした農業 ・製糸業から発達した中央高地の工業 ②歴史的な家屋や町並みに着目し、観光業を中心とした地域づくりをしていることを理解する。 ・観光業と持続可能な地域づくり	【思考・判断・表現②】 中央高地の農業や工業の特色を、自然の特色や交通の発達などによる地域の結びつきに着目して、他の事象やそこで生ずる課題と有機的に関連付けて多面的・多角的に考察している。 <発言・ノート>	・デジタル教科書 ・大型モニター ・短冊
4 特 色 あ る 北 陸 の 産 業	本時の課題：北陸で発達している産業には、どのような特色が見られるでしょうか。			
	4	①農業や工業について、各地の自然条件と社会的条件に応じて発達してきたことを理解する。 ・豊富な水を生かした北陸の産業 ②北陸の伝統産業や地場産業について、自然条件や歴史的背景などの視点から考察する。 ・雪国で育った伝統産業 ③中部地方について、よりよい社会の実現を視野にそこで見られる課題を主体的に追究しようとしている。	【主体的に学習に取り組む態度①】 中部地方について、よりよい社会の実現を視野にそこで見られる課題を主体的に追求しようとしている。 <振り返りシート>	・デジタル教科書 ・大型モニター
学習問題の結論 (例)気候や地形に合わせた産業が発達してきたから。 歴史的な背景によってそれぞれ独自の発展をしてきたから。				

### 7 本時の学習指導 (本時 3 / 4 時)

#### (1) 目標

- ・農業や工業の特色を、自然の特色や交通の発達などを示す資料と関連付けて読み取り、多面的・多角的に考察している。(思考力・判断力・表現力等)


#### (2) 食育の視点

- ・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 (食文化)
- ・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 (感謝の心)

#### (3) 準備 (主な教師提示用資料) (主な生徒用資料)

- ・デジタル教科書、大型モニター、短冊

#### (4) 展開

学習活動 ・ 学習内容	○指導上の留意点 ◆評価規準 (観点) 【評価方法】 (→支援) ★食育の視点	資料	時間
1 導入 ・なぜ香川県や埼玉県ではうどんの生産量・消費量が多いのか。	○うどんの生産量や消費量の資料を大型モニターにうつしゲーム形式でランキングを当てさせる。小麦の生産がしやすい地理的条件があることを示す。 ○他教科との関連についても触れる。	写真資料 	5

2 本時の課題を確認する。			
本時の課題：中央高地の産業と地理的条件とは、どのように結びついているのでしょうか。			
3 説明を聞き、中央高地の工業と観光業について、その特徴を地理的歴史的条件と結び付けて考える。(10分)	<p>○プリントに沿って、生徒に発問しながら説明を進める。工業や観光業の特徴を、地理的歴史的条件と結び付けて考えられるよう強調する。</p> <p>○発問の場面で、机間指導を行いながら支援する。 「①扇状地・稲作に適さない・桑の葉・養蚕・製糸」</p>	地図 年表 資料集	
4 中央高地の農業について、地理的条件を踏まえ、なぜその場所でその農産物の生産が行われているのか、グループで話し合う。(8分)	<p>○主体的、対話的で深い学びを意識した協働的な学びになるよう、明確に指示を出す。</p> <p>○机間指導で支援する。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
5 自分たちで考えた回答を発表する。(12分)	<p>○ホワイトボードに解答を書かせ、黒板に貼るとともに口頭で発表させる。</p> <p>○自分の考えと比べながら、静かに聞かせるようにする。</p> <p>○キーワードは短冊で用意しておき、貼る。 「②扇状地・稲作に適さない・昼夜の寒暖差・水はけがよい・観光農園・ワイン・交通網の整備・都市部(消費地)」 「③暑さに弱い野菜・寒冷な気候・夏に栽培・高原野菜・交通網の整備・保冷車・都市部(消費地)」</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆地理的条件を踏まえ、なぜその場所でその農産物の生産が行われているのか考え、表現している。(思・判・表) 【発言・ホワイトボード・ワークシート】 支援の手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ C→B への手立て クラスメートの意見に触れ、「学んだこと」が書けるよう助言する。</li> <li>・ B→A への手立て 既習事項と結び付けて考えられるように助言する。</li> <li>・ A への手立て グループ内の話し合い活動で、他の生徒に助言するよう促す。</li> </ul> </div>	大型モニタ デジタル 教科書	40
6 中央高地の農業が私たちの食生活にどう影響しているかを話し合い、発表する。(10分)	<p>○グループで意見交換させ、数人に発表させる。</p> <p>★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。【食文化】</p>		
7 まとめをする	<p>★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。【感謝の心】</p>		

8 本時の振り返りを行う。	○今日の授業でわかったことや考えたこと、感じたことなどを、振り返りシートに記入させる時間をとる。		5
---------------	--	--	---

8 板書計画・場の工夫

特色ある中央高地の産業

学習課題：中央高地の産業と地理的条件とは、どのように結びついているのでしょうか。

①扇状地 → 稲作に適さない  
→ 桑の葉 → 養蚕 → 製糸

②扇状地 → 稲作に適さない・昼夜の寒暖差・水はけがよい  
→ りんご・もも・ぶどう(ワイン) など

◎交通網の整備 → 観光農園・都市部(消費地)への出荷

③寒冷な気候 → 暑さに弱い野菜を夏に栽培 → 旬ではない時期にも手に入る!

◎高原野菜：交通網の整備・保冷車 → 都市部(消費地)への出荷

まとめ：中央高地の産業は、各地の自然条件と社会的条件に応じて発達してきた。



9 ICT活用計画  
・展開に応じ

## 第3学年3組 技術・家庭科（技術分野）学習指導案

令和5年10月24日（火）第5校時  
場 所 3年3組教室  
生徒数 37名  
指導者 赤間 哲也

### 1 題材名 「食品ロスについて 生物育成に関する技術を未来に生かそう」 【2時間扱い】 （技術分野 B(3)イ）

#### 2 題材について

##### (1)生徒について

素直で明るい生徒が多く、話し合い活動も活発に行う。また、作業は協力して真面目に取り組むことができる。しかし、生活体験の不足から生活関連機器への興味、関心は低く何でも便利になった現代の生活観から身の回りにあるものへの探究心は身に付いていない様子が見受けられる。また、スマートフォンなどの普及により生徒たちは氾濫する情報の中にあって生活に必要な情報を適切に得ているとは言えない状況にある。

##### (2)題材について

生活を豊かにしている様々な技術の中に生物育成に関する技術がどのようにして利用されているかを理解するには、各家庭の食卓や給食などからその技術の利用方法を理解することが大切と思われる。しかしこれらの生物育成に関する技術の利用についての興味関心が低く、その大切さを知っているものは少ない。SDGsにも繋がるこれらの技術について、日々の生活の中にあって一番その恩恵を受けている食に関する諸課題について関心を持ち、その課題解決にあたって、生物育成に関する技術が将来の生活に欠かせないものであることを理解する。

##### (3)指導について

指導に当たっては、教師の説明や教科書などからの知識の習得ばかりにならないよう、日々の食卓に興味を持ち、身の回りにある食に関する課題点に目を向けることで、生物育成に関する技術が未来に大切な役割を果たしていくことを理解する。またSDGsの観点からも毎日の生活に密接に関わっている技術であることから、自分たちの実践次第で未来が変えられることを理解し、その実現に向けて実践する態度の育成を図る。

#### 3 学校課題研究主題との関連

##### (1)研究主題

『主体的・対話的で深い学びの実現に向けた指導方法の工夫』

～ITCとその他の教材を効果的に組み合わせて～

##### (2)研究主題実現のために

- ・グループでの協働学習を行い、課題解決に向けた話し合いをする。
- ・発表は、学びポケットのスクールタクトを活用し、大型モニタを使用して、簡潔に発表する。

#### 4 「学力向上プラン」との関わり

- ・身に付けた知識及び技能を活用して、発見した課題に対してPCを利用し様々な情報と結び付け協働しながら、課題を解決し、学びを深め、今後の実践に結びつけていく。
- ・発表に関しては、得た情報から導き出した課題解決方法をスクールタクトにより、わかりやすく発表、共有化することによって、自他の多様な考えを尊重する態度やお互いの良さを生かした実践を探求していく力を育てる。

#### 5 題材の目標

生物育成の技術の見方・考え方を働かせた実践的・体験的な活動を通して、生活や社会で利用されている生物育成の技術についての基礎的な理解を図り、それらに係る技能を身に付け、生物育成の技術と生活や社会、環境との関わりについて理解を深めるとともに、生活や社会の中から生物育成の技術に関わる問題を見いだして課題を設定し解決する力、よりよい生活や持続可能な社会の構築に向けて、適切かつ誠実に生物育成の技術を工夫し創造しようとする態度を身に付ける。

#### 6 題材の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
生活や社会で利用されている生物育成の技術についての科学的な原理・法則や基礎的な技術の仕組み及び、生物育成の技術と生活や社会、環境との関わりについて理解しているとともに、安全・適切な栽培（または飼育、検査等）ができる技能を身に付けている。	生物育成の技術が地域の自然環境に及ぼす影響に関わる問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、表現するなどして課題を解決しようとする力を身に付けるとともに、よりよい生活や持続可能な社会の構築を目指して生物育成の技術を評価し、適切に選択、管理、運用する力を身に付けている。	よりよい生活や持続可能な社会の構築に向けて、課題の解決に主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生物育成の技術を工夫し創造しようとしている。

#### 7 本時の学習指導（1／2時）


##### （1）目標

- ・生活や社会で利用されている生物育成の技術についての基礎的な技術の仕組みや生物育成の技術と生活や社会、環境との関わりについて理解することができる。（知識及び技能）
- ・生物育成の技術が環境問題や食料問題に影響を及ぼす点を見いだして、課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、表現することができる。（思考力・判断力・表現力等）

##### （2）食育の視点

- ・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＞
- ・各地域の産物、食文化や食に関する歴史等を理解し、尊重する心を持つ。＜食文化＞

(3) 展開

時間	学習活動	○指導上の留意点 ◇評価基準 ★食育の視点 【評価の観点】(評価方法) →手立て
5分	1. 食品ロスの実態 前時の内容を受け、恵方巻・クリスマスケーキなどの消費状況を知る。(映像資料)	○他教科との関連についても触れる。 
10分	2. 食品ロスはなぜおこるのか? 資料から課題を見いだす。	◇資料から食品ロスの発生する仕組みを理解している。 日本の食物自給率などと絡めて、環境問題や食料問題として捉えているか? <知識・理解> C→Bの手立て 表示してある数字の意味を考える。
15分	3. 課題解決策を考える。 (4人グループ)  学習課題 「食品ロスをなくす取り組みを考えよう！」  クロームブックを使用し て解決策を考える。 (グループに2台) 1台は調べ学習にもう1 台は発表用に	◇課題にあった解決策を考えている。<思考・判断・表現> C→Bの手立て ヒントとなるサイトを紹介する。  ★食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、話し合いの中から理解を深め、自ら判断できるようにする。
10分	4. スクールタクトを使い発表(学びポケット)  まとめ 身近にできることから一人一人が取り組んでいくことが大切	◇分かりやすくまとめ発表している。<思考・判断・表現>  ★環境問題や食料問題も含め、持続可能な社会の構築に結びつく実践として食の問題を捉えている。
10分	5. 学習を振り返る ワークシートに記入し、 発表する。	○毎日の生活の中での実践に結び付く振り返りをさせる。

8 ITC活用計画

大型モニタ+クロームブック

9 資料

ワークシート(別紙) 映像資料(食品ロスに関する映像) 統計資料(農林水産省)

<各班の課題解決策>

**3 食品ロスを減らすためには**

買い物のとき

- ・行く前に家の冷蔵庫にあるものなどを確認しておく。
- ・食べれる量だけ買う。
- ・期限表示を確認する。

食事の際

- ・好き嫌いをなくそうと努力する
- ・作り過ぎに注意
- ・食べる時間を増やす「学校など」

その他

- ・食品会社の生産量が消費量に比例していない。

**4 食品ロスを減らすためには**

<b>必要な分だけ買う。</b>	総理大臣になってゴミの食品ロスを減らす法律を作る。	買い物に出かける前に冷蔵庫の中身を確認(買うものを事前に決めておく。)	賞味期限(消費期限)の近い物から買う。	多く買いすぎてしまったら、近所の人に配ったりする。
<b>食べ残しをしない。</b>	期限が短いものから調理する。	義務教育に大食いの授業を加える。	過剰除去をなくすために、野菜などの知識を得る	残ったものを次の日のお弁当などに入れる。



# 所沢市立南小学校





# 食べることは 生きること

## 保護者と児童の食の意識ついて ～南小の給食から～

### ○家庭教育学級での取り組み

#### 小中学生の実態把握

- ・小中学生の朝食欠食率
- ・朝食摂取と学力について
- ・朝食と運動の関係について

#### 「食」の歴史

- ・縄文時代から明治時代の食



#### 調理員の日

- ・給食ができるまでの作業
- ・作ったり、運んだりする際に気を付けていることや工夫

#### 食育授業の報告

- ・1年生：そら豆のさやむき
- ・2年生：グリーンピース
- ・3年生：すがたをかえる大豆
- ・4年生：育ちゆく体とわたし
- ・5,6年生：家庭科

#### 家庭教育学級にて



#### 栄養について

- ・バランスのよい食事について
- ・主食、主菜、副菜について
- ・お弁当の作り方

- ・学校での「食」のこだわりを伝える

→ **こだわり(熱量)を家庭にも!! 「食」に対する意識改善を**

### ○給食試食会の様子と感想



#### 【試食会のメニュー】

- ・ガチョピント(まめごはん)
- ・目玉焼き
- ・トルティーヤチップスサラダ
- ・ポソール(とうもろこしスープ)

#### ～参加した人の感想～

- ・子どもが苦手なものでも食べられたと嬉しそうに帰ってきた秘密がわかりました。作り方を教えていただいたので、家でも実践してみたいと思います。
- ・食に関する講義を通して、バランスの摂れた食事やお弁当の作り方について知ることができました。家庭でも実践していきたいと思います。
- ・朝食が勉強やスポーツのパフォーマンスに影響することが分かり、食欲がないときにも工夫して食べさせるようにしたいです。



○食育授業実践例

1年生

【そら豆のさやむき】



2年生

【グリーンピースのさやむき】



3年生

【ちいちゃんのかげおくり(ほしいい)】

【すがたをかえる大豆】



4年生

【育ちゆく体とわたし】  
【朝ごはんを食べよう】



5年生

【家庭科】



6年生

【家庭科】



様々な学年、様々な教科で  
食に絡めた授業実践



将来、ずっと健康な体でいてほしい  
「食」の興味関心を小さいうちから

○「苦手意識」を「食べたい」「食べられるかも」へ(調理法の工夫)



苦さが嫌われている

よりおいしくする



- ・ ピーマンは、下処理としてゆでるという工夫  
→ 苦味が減り、色味もよくなる
- ・ トマトを使用する際は、早めに煮込むという工夫  
→ グルタミン酸が出て、うまみが増す
- ・ きんぴらごぼうの調理方法  
→ ごぼうを細くし、人気のベーコンも入れる

\*その他にも、高野豆腐を薄切りにして煮込むことで味をしみこませやすくするなど、たくさんの食べやすくする工夫をしている。



## 第2学年2組 学級活動(2)指導案

令和5年10月31日(火)第5校時

指導者 齋藤 栄太(学級担任) 桐生 希(栄養士)

在籍児童 30名

### 1 題材「きゅう食しつひ ひみつを知り ありがとうの 気もちをつたえよう」

(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 第1学年及び第2学年の評価規準

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
自己の身の回りの諸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や行動の仕方を身に付けている。	自己の身の回りの諸課題を知り、解決方法などについて話し合い、自分に合ったよりよい解決方法を意思決定して実践している。	自己の生活をよりよくするために、見通しをもったり振り返ったりしながら、進んで課題解決に取り組み、他者となかよくしてよりよい人間関係を形成しようとしている。

### 3 事前の指導

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)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・題材を知る。</li> <li>・アンケートに答える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・問題意識を高められるよう、事前に予告しておく。</li> <li>・アンケートを実施し、学級の実態を把握する。</li> </ul>	◎アンケートを通して、これまでの給食や給食室で働く人との関わり方を振り返ろうとしている。 【態】(アンケート)

### 4 本時のねらい

食生活は、多くの人々の苦労や努力に支えられていることを知り、感謝の気持ちを表現しようとする態度を育てる。


### 5 本題材に関わる食育の視点

- ・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。【感謝の心】



### 6 本題材に関わる食育の目標

- ・食生活は、生産者を始め多くの人々の苦労や努力に支えられていることを理解する。  
(知識及び技能)
- ・よりよい食生活を実践するために何が必要かを考えることができるようにする。  
(思考力、判断力、表現力等)
- ・食に関しての感謝の気持ちを表現しようとする態度を養う。(学びに向かう力、人間性等)

7 展開

時	児童の活動	指導上の留意点		資料	◎目指す児童の姿 【観点】 (評価方法) ※食育の視点
		T1(学級担任)	T2(栄養士)		
導入 つかむ 5分	1 給食室で働く人たちの仕事を知っているか、感謝を表せているか、アンケートの結果をもとに振り返る。  2 知らないことがたくさんあること、感謝を伝える場面が少ないことに気付く。  3 本時のめあてをつかむ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食室で働く人たちの苦労や努力、思いを十分には知らないことに気が付くようにする。</li> <li>直接お礼を言う機会が、なかなか無いことを確認する。</li> <li>「ありがとう」の気持ちをより表現できると良いという課題をつかめるようにする。</li> <li>学級全体の課題だけではなく、自分の課題として捉えることができるようにする。</li> </ul>		アンケート結果	
	めあて きゅう食しつ の ひみつを知り ありがとうの 気持ちをつたえよう				
展開 さぐる 15分 みつける 10分	4 給食が作られる過程や苦労について知る。  5 給食室の秘密を見て、わかったことをまとめる。  6 どんなことをしたら感謝を伝えられるか、その方法について話し合う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>Q&amp;A方式でT2とやりとりしながら、給食室の秘密をまとめる。</li> <li>給食室の秘密やどんな思いで給食を作っているか、まとめる。</li> <li>「ありがとう」を伝えるためにしたいことや、何か出来ることがないかを話し合わせる。ホワイトボードに書かせる。(3人グループ→全体)</li> <li>非認知能力に関わるめあてを確認する。(他者とつながる力)</li> <li>毎日できそうなことに限らず、児童それぞれの思いや理由を大切に</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食がどのように作られているか、道具や資料を用いて説明する。</li> <li>どんな思いで給食を作っているか話をする。</li> <li>児童の発言を共感的に聞き、補足があれば補足する。</li> <li>机間指導を行い、迷っているグループに「こういうことが嬉しい」など助言する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>残さず食べる。</li> <li>苦手な食べ物にチャレンジする</li> <li>気持ちを込めて、ごちそうさまをする。</li> <li>お礼の一言を書いてワゴンに乗せる</li> </ul> </div>	映像調理に使う道具など  ワークシート	※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持つ。【感謝の心】  ◎給食は、多くの人々の苦労や努力に支えられていることを理解している。



		<p>しながら、自由な発想で考えさせ、方法を出し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろな工夫が出せるように、机間指導しながら助言したり賞賛したりする。</li> </ul>			<p>【知識・技能】 (ワークシート、発言)</p>
					
<p>終末 決める 15分</p>	<p>7 話し合ったことやみんなの意見を参考に、感謝を伝える具体的な方法を意思決定する。</p> <p>8 振り返りをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分に合った具体的なめあてを決めて学習カードに書けるようにする。</li> <li>・自分のめあてをペアで発表し合い、実践に意欲をもたせる。</li> <li>・1週間実践し、自己評価できるようにする。</li> <li>・非認知能力に関わる振り返りをする。(他者とつながる力)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・机間指導を行い、必要に応じて、具体性のあるめあてや実践方法が設定できるように助言を行う。</li> <li>・児童の学習の様子やがんばりを称賛し、取り組みに向けて励ます。</li> </ul>	ワークシート	<p>◎自分の課題に合った具体的なめあてや実践方法を決めている。</p> <p>【思・判・表】 (ワークシート、発言)</p>

## 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)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・隣同士で取り組み状況を発表し合い、称賛したり、励まし合ったりする。</li> <li>・達成できたことなどを振り返り、継続的に取り組めるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・帰りの会などを利用して、隣同士で確認し合う時間を設け、継続的に取り組めるようにする。</li> <li>・取り組んだ内容を称賛し、この取り組みが学校のみならず、家庭や社会の中での実践に繋がるようにする。</li> </ul>	<p>◎具体的なめあてや実践方法に、進んで取り組もうとしている。【態】(ワークシート)</p>

## 9 板書計画

<p>つかむ ※テレビ アンケート結果</p>	<p>きゅう食しつのおもい</p>
<p>めあて きゅう食しつ ひみつを知り ありがとうの 気持ちをつたえよう</p>	<p>みつける どんなことをすると、「ありがとう」の気持ちをつたえられるかアイデアを出し合いましょう。</p>
<p>さぐる きゅう食しつひみつ</p>	<p>さめる 「ありがとう」のきもちをつたえるために あなたは、どんなことをしたいですか？</p>

### 第3学年1組 学級活動(2)指導案

令和5年10月31日(火) 第5校時

指導者 中川 由果(学級担任) 福田 仁美(養護教諭)

在籍児童 29名

1 題材名 食べることは生きること

2 事前の指導

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)
・生活リズムについて現状を振り返りながらアンケートに答える。	・課題意識を高められるように事前に予告しておく。 ・レジリエンス、生活アンケートを実施し、学級の実態把握をする。	◎アンケートを通して、これまでの生活をふりかえり、元気になる生活リズムとは何かという問題意識を持つきっかけをつくる。 【態】(アンケート)

3 本時のねらい

3食規則正しく摂取し、さらに年齢に合った十分な睡眠を取ることが、心身の成長のために欠かせないことであるということを理解し、実践しようとする態度を育てる。


4 本題材に関わる食育の視点

健康に過ごすことを意識して、様々な食べ物を好き嫌いせずに3食規則正しく食べようとする事ができる。【心身の健康】

5 本題材に関わる食育の目標

- ・心身の成長や健康の保持増進には、朝食を含む1日3度の栄養バランスのよい食事摂取、適切な運動、休養および睡眠が必要であることがわかる。(知識及び技能)
- ・自分の心身の健康を見つめ直し、主体的によりよい生活リズムを形成しようとする態度を養う。(学びに向かう力、人間性等)

6 展開

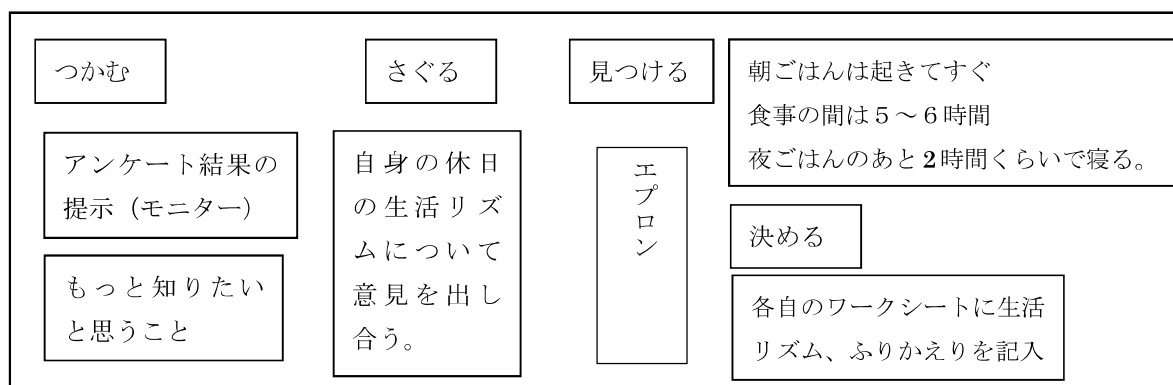
時	児童の活動	指導の留意点	資料	◎目指す児童の姿 【観点】 (評価方法) ※食育の視点
導入 つかむ 10分	1 一日の食事の回数、時間についてアンケートの結果を見ながら振り返る。  2 本時のめあてをつかむ。  めあて 元気になる生活リズムについて知ろう。	・学校がある日、休日、長期休暇などで変化があるかに気づかせる。	事前アンケートの結果	

展開 さぐる 15分 みつける 10分	<p>3 自分の休日の生活リズムについて、意見交換をする。</p> <p>4 元気になる生活リズムを考えるにあたって、知りたいことを考える。</p> <p>5 養護教諭の福田先生の話を聞く。</p> <p>6 元気になる生活リズムについて確認をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自由に意見が言えるような声掛けをする。</li> <li>数名に意見を発表させる。</li> <li>3食の摂取タイミング、体内時計のリセットについて知る。</li> <li>小学3年生にとって必要な睡眠時間を確認し、食事と睡眠の大切さを理解する。</li> </ul>	<p>板書</p> <p>ワークシート</p>	<p>※健康に過ごすことを意識して、様々な食べ物を好き嫌いせずに3食規則正しく食べようとすることができる。【心身の健康】</p> <p>◎心身の成長や健康の保持増進には1日3度の食事摂取、睡眠が必要であることがわかっている。</p> <p>【知識・技能】 (ワークシート、発言)</p> <p>◎規則正しく食事を取り、十分な睡眠を取ることが、自身の成長のために不可欠であることが理解している。</p> <p>【知識・技能】 (ワークシート、発言)</p>
終末 決める 10分	7 ワークシートに学んだこと参考に自分の一日の生活を記入し、振り返る。	・休日の過ごし方について自己決定し、学んだことについて振り返る。	ワークシート	<p>◎自身の食生活を見直して、主体的によりよい食習慣を形成しようという努力する態度を養う。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 (ワークシート)</p>

## 7 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)
・ワークシートを持ち帰り、自分で決めたことを実践する。	・学級通信を通して、家庭へも働きかけをする。	◎自分の食生活を見つめ直して、主体的によりよい食習慣を形成しようとする態度を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 (ワークシート)

## 8 板書計画



## 第5学年4組 家庭科学習指導案

令和5年10月31日(火) 第5校時

指導者 関 大地(学級担任) 工藤 優子(栄養教諭)

在籍児童 32名

### 1 題材名

食べて元気に・「ご飯とみそしるは食事の基本」

内容「B衣食住の生活」(2)「調理の基礎」ア(オ)

### 2 本時の学習(本時2/12時)

#### (1) 本時の目標

・だしの種類や主な働きについて理解する。(知識及び技能)

・みそしるの味の違いを表現する活動に、進んで取り組もうとする。

(学びに向かう力、人間性等)

#### (2) 食育の視点

・だしの種類や取り方、うまみ成分の特徴や歴史を理解し、尊重する心を持つ。【食文化】

#### (3) 展開

時	学習活動 「」教師の発問 ・予想される児童の反応や行動	○指導上の留意点	◇評価規準	→手立て
		<b>※食育の視点</b>		
		学級担任	栄養教諭	
3分	1 給食のみそしるを振り返り、自身を整理する。 「給食のみそしるには、何が入っていますか？」 ・具、大根、わかめ、野菜 ・季節のもの ・みそ ・水、液体 ・なんかの粉、煮干し、だし →「『だし』という言葉や、ものを知っている人？」 ・塩、砂糖、醤油 →「塩や砂糖を入れているところを見たことある人？」	○本日の給食で出たみそしるには何が入っていたか確認する。  ○実、みそ、だしの分類を明確にする。	○写真を提示する。	
2分	2 めあてを把握する。 「みんなには、今日の学習で、だしの違いを味わって、みそしるの食レポをしてもらいます。」			○情報の正誤を伝える。 「給食のみそしるに塩や砂糖、醤油を入れたことはありません。普通、みそしるの味付けは、みそだけです。」
	めあて だしの違いを味わって、「食レポ」をしよう。			
	「どんなことだと思いますか？」	○見通しを確認する。 ○ワークシートの項目「香り」「味」「その他」を利用して、オレンジジュースで、食レポの示範をする。 「こちらは、味が甘めで、香りはみかんの香りがはっきりと、伝わってきます。うっすら果汁も感じられてフレッシュです。」		



10分	<p>3 班で、みそしるの飲み比べをして、味の違いについて比べ合う。 〈記入の項目〉 香り、味、だしの正体（取り方、産地、値段など）、その他</p> <p>A 煮干しだしみそしる B 煮干しと昆布だしのみそしる C だしなしみそしる</p> <p><b>【美味しかった順番】</b> ・ B→A→C ・ A→B→C</p> <p><b>【順番を選んだ理由】</b> ・ Bのみそしるは味がしっかりしていたから。 ・ Cのみそしるは薄かったから。 ・ Aのみそしるは魚の風味がしたから。</p>	<p>○「だしの違いは、どうでしたか」と発問し、児童の意識がだしの違いに向かうようにする。</p> <p>○特徴を説明するときのポイントを提示して、ワークシートに記入できるように、机間指導をする。</p> <p>○「だしの正体」にこだわらず、「香り、味」で食レポすることを促す。</p> <p>○味は好みの問題なので、「人それぞれでいいですよ」と声掛けをして、児童が安心感を持てるようにする。</p> <p>○進行チェックカップを利用して、自主的なグループ活動にできるようにする。</p>	<p>○試食の準備とともに、試食する上での注意点・ポイントを説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ コップに名前を書くこと</li> <li>・ コップの使い方</li> <li>・ 一回に飲む量</li> </ul> <p>○話し合いの中で児童の意識がみそに向けた時には、みそしるの違いは、「だし」だけで、「みそ」は同じであることを確認する。</p>
5分	<p>4 全体で、だしの正体を確かめる。「Aのみそしるのだしは何だと思いましたが？正体と理由を教えてください。」 「Aのみそしるのだしの正体は～。」</p>	<p>○A Bのだしの正体の発表する。</p> <p>○Cがだしなしの発表</p>	<p>○だしの正体の詳しい説明をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ だしの取り方</li> <li>・ だしの産地</li> <li>・ だしの値段</li> </ul> <p>○だしの役割について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ だしは「うま味」</li> <li>・ 「うま味」は5大味覚の1つ</li> <li>・ 「うま味」は日本人が発見</li> </ul> <p>○お手本となる児童の書き込みを探す。</p>
8分	<p>5 班で、だしの正体を取り入れて、食レポができるように、ワークシートに記入する。</p>	<p>○だしの正体や味・風味などをワークシートにまとめるように促す。</p> <p>○ワークシートに記入ができたなら、友だちの活動を助けるように声掛けをする。</p>	<p>◇だしの種類や主な働きについて理解している。</p> <p><b>【知識・技能】</b>（ワークシート）</p> <p>A基準 だしの魅力を具体的に表現する記述がある。</p> <p>B基準 各みそしるの「おすすめ」の項目に「味、香り、だしの正体」に対する、整合性のある記入がある。</p> <p>支援 ・ 担任による模範の板書 ・ 友だちや教員からのインタビュー的な働きかけ</p>
12分	<p>6 全体で、まとめとして、みそしるを飲みながら、食レポ交流会をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 前半は、クラスの半分の班がみそしるを飲みながら食レポをする。</li> </ul>	<p>○子どもたちがワークシートの項目「だしの正体」も利用して食レポできるように、オレンジジュースで、食レポの示範をする。</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もう半分の班が、食レポの聞き役になる。</li> <li>・後半は、役割を入れ替える。</li> </ul>	<p>「こちらは、ウェルチのオレンジジュースとなっております。濃厚な味わいのブラジル産オレンジに爽やかな酸味と甘みが美しいバレンシアオレンジをバランスよくブレンドした……。味は～。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○食レポをする目的は「聞き手の食べてみたいという気持ちを掻き立てること。」を説明する。</li> <li>○友だちの食レポを取り入れることが、その友だちへの評価につながることを説明し、真似をしてもいい雰囲気醸成する。</li> <li>○クラスを発表側と聞く側に分けて食レポの活動が充実するようにする。</li> <li>○「だしの違いを味わって友だちに伝えることができたかな」と問いかけて、食レポの活動を、めあてに再びつなげる。</li> </ul>	<p>※だしの種類や取り方、うまみ成分の特徴や歴史を理解し、尊重する心を持つ。【食文化】</p>
5分	7 ふりかえり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食育の視点からも、振り返りが書けるように、言葉がけをする。</li> <li>○友だちのふりかえりに感想を求めて、共感的理解を広げる。</li> </ul>	<p>◇みそしるの味の違いを表現する活動に、進んで取り組もうとしている。【主体的に学習に取り組む態度】 (発表、行動観察)</p> <p>A基準 友だちの発表にポジティブな評価をしたり、発表につまった友だちに助言や励ましの声掛けをしたりしている。</p> <p>B基準 友だちの発表を聞いて、自分も「みそしるの味の違い」について話そうとしている。</p> <p>支援 ・「友だちの発表を真似てもいい」という指導 ・友だちや教員からのインタビュー的な働きかけ</p>

<ワークシート>

食べて元気に

( )年( )組( )名前( )

めあて だしの違いを味わって、「食レポ」をしよう。

1・おいしいと感じたみそ汁を順番に表そう。

2・「食レポ」するための情報を整理しよう。

かおり	味	正体	おすすめ
A			
B			
C			

3・「食レポ」に挑戦！ 1の情報の言葉を使おう！

4・ふりかえり

