



食育ピクトグラム



令和6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



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、朝食の欠食や偏食、肥満など、様々な食に関する健康課題が取り上げられておりますが、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校の教育活動全体を通して、食の指導に関わることが重要となります。

学校における食育推進のためには、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4校、中学校1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）」「特別活動（学級活動）」に加え、「総合的な学習の時間」、「生活科」、等の教科・領域や、特別支援学級での授業も含め、12の授業を公開していただきました。各授業では、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見られました。また、主体的な態度の育成、言語活動の充実、体力向上など、授業はもちろんのこと、各学校で組織的に進めてきた研究実践、専門部の活動、栄養教諭等の関わり方なども大変参考になる内容でした。

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、本研究協議会は、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7年3月

埼玉県教育局県立学校部保健体育課  
課 長 萩原 篤 大

# 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)	川口市立里中学校	5
	川口市立里中学校の取組について	6
	日常にあふれる食品ロスと向き合おう！	【第2学年 特別活動】 8
(2)	桶川市立川田谷小学校	14
	元気のひみつ	【第2学年 特別活動】 15
	バランスよく食べて元気な体と心をつくろう	【第4学年 特別活動】 20
(3)	東松山市立高坂小学校	25
	やさいのひみつってなんだろう	【第1学年 特別活動】 26
	丈夫な骨をつくる生活	【第4学年 特別活動】 31
	見直そう私の食生活	【第6学年 特別活動】 37
(4)	熊谷市立妻沼小学校	43
	ぐんぐんそだて わたしの野菜	【第2学年 生活科】 44
	食べ物の働きを知り、バランスの良い食事をとろう	【第4学年 特別活動】 48
	豆腐作り体験 ～大豆から妻沼豆腐へ～	【第5学年 総合的な学習の時間】 52
(5)	羽生市立新郷第二小学校	57
	よくかむことの大切さ	【第4学年 特別活動】 58
	病気の予防	【第6学年 体育（保健）】 62
	冬の野菜を育てよう	
	「おでん屋、開店します」	【特別支援学級 生活単元学習】 70

# 1 会場校一覧

## 授業研究協議会 会場場校及び当日公開授業

- ① 川口市立里中学校 令和6年11月 8日(金)  
 研究主題 「知・徳・体の調和のとれた生徒の育成」  
 ～食と健康の深いつながりを理解し、望ましい食習慣を付けさせる食育指導～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
2年4組	特別活動	日常にあふれる 食品ロスと向き合おう!	教諭・佐藤なつみ 栄養教諭・藤田 萌香	ランチ ルーム

- ② 桶川市立川田谷小学校 令和6年 9月13日(金)  
 研究主題 「主体的・協働的に学び、誰でもできる楽しい食育」  
 ～食の大切さを実感できる授業の工夫～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
2年2組	特別活動	元気のひみつ	教諭・相馬 雄大 栄養教諭・坂田めい子	教室
4年1組	特別活動	バランスよく食べて 元気な体と心を作ろう	教諭・星野つばさ	教室

- ③ 東松山市立高坂小学校 令和6年10月25日(金)  
 研究主題 「食育を通した主体的に学び続ける児童の育成」  
 ～学校・給食センター・地域が一体となった食生活の推進者の育成～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
1年2組	特別活動	やさいのひみつって なんだろう	教諭・辻本 弥生 栄養技師・田村はるみ	教室
4年2組	特別活動	丈夫な骨をつくる生活	教諭・吉川 大胤 栄養教諭・佐藤 舞実	教室
6年2組	学級活動	見直そう私の食生活	教諭・金子 友海 養護教諭・渡部 千夏	教室

- ④ 熊谷市立妻沼小学校 令和6年11月26日(火)  
 研究主題 「学校・家庭・地域と連携した食育の推進」  
 ～本物体験からの学びをとおして～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
2年1組	生活科	ぐんぐんそだて わたしの野菜	教諭・田村かおる	教室
4年2組	特別活動	食べ物の働きを知り、 バランスの良い食事をとろう	教諭・塩原 美樹 養護教諭・荒尾 桃子 栄養教諭・本田恵美子	教室
5学年	総合的な 学習の時間	豆腐作り体験 ～大豆から妻沼豆腐へ～	教諭・端 弓子 教諭・松本 奈菜 教諭・小谷野幸恵 栄養教諭・本田恵美子	家庭科室

- ⑤ 羽生市立新郷第二小学校 令和7年 1月29日(水)  
 研究主題 「心身ともに健康で、進んで運動に取り組む児童の育成」  
 ～運動の楽しさや喜び、食の大切さを味わわせる実践～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
4年1組	特別活動	よくかむことの大切さ	教諭・関根 弘明 栄養教諭・加藤 花菜	教室
6年1組	体育科 (保健)	病気の予防	教諭・川野邊 瞳	教室
すずかけ 学級	生活単元	冬の野菜を育てよう 「おでん屋、開店します」	教諭・新井 泰子 教諭・関口 麻里	家庭科室

## 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する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。

# 川口市立里中学校





# 川口市立里中学校の取組について

## 研究主題

### 知・徳・体の調和のとれた生徒の育成

#### ～食と健康の深いつながりを理解し、望ましい食習慣を身に付けさせる食育指導～

#### 1 研究主題設定理由

本校の生徒は、食えることが好きな生徒が多く、給食の時間においても残菜が少ない。しかし食に関するアンケートの結果より「自分の健康や食に興味関心のない生徒」が約25%と4人に1人が自分の健康や食に興味関心がないことが分かる。この結果より食えることと健康が離れてしまっているという現状がある。したがって、食と健康とがどうつながっているのかを理解させ、自分の将来の健康のためにはどうしたらよいかを考え、それに向けた望ましい食習慣の形成を促し、子供の頃から実践していくことが大切である。また、食育が知育・徳育・体育の基礎であることから、食についての学びを通して、心身の健康及び主体的・対話的に学ぶ力や自他の意見を認め解決する力の育成により学力向上につなげていくことを目指し、この主題を設定した。

#### 2 学校教育目標との関連

本校の学校教育目標は「真剣に学ぶ生徒 人間性豊かな生徒 心と体を鍛える生徒」であり、「生徒一人一人を大切に、知・徳・体の調和のとれた生徒を育成し、絆を深める里中学校」を目指す学校像としている。これらの基盤に「食」は欠かせないものである。食と健康の深いつながりを知り、自ら望ましい食習慣を付けることのできる生徒を育成していきたい。

#### 3 研究の方向性と仮説

##### 研究の方向性

出されたものをただ食べるだけでなく、自分の体の健康のために、自分で選ぶことができる能力を身に付けさせたい。

##### 研究の仮説

計画的に教科等の学習や給食の時間の指導を行うことで、食と健康のつながりを理解し、望ましい食習慣をつけさせることができるだろう。

#### 4 仮説にせまる手立

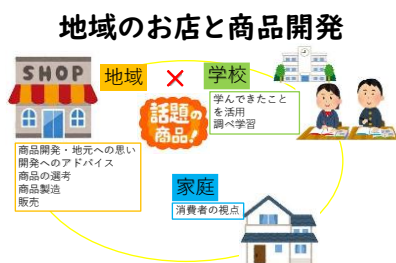
##### ① 学習活動の工夫



##### ② 環境整備



##### ③ 学校家庭地域との連携



##### 給食試食会



##### 11/6 今日の給食 学校 HP



#### 5 成果 (○) と課題 (●)

○研究を通して、中学校ではなかなか焦点が当てられにくい「食育」への意識を学校全体で高めることができた。

○食育の授業や環境整備を行うことで、給食に興味関心を持つ生徒が増加した。

●「給食」自体に興味を持つ生徒は増加したものの、自分自身の食と健康に興味を持つ生徒はあまり増加しなかったため、継続的な指導が必要である。

●総合的な学習の時間、家庭科のみならず全ての教科で食に関する指導ができるよう計画し、実践していく。

## 第2学年4組 学級活動学習指導案

令和6年11月8日（金）第5校時  
生徒数 33名  
場 所 ランチルーム  
指導者 教 諭 佐藤 なつみ  
栄養教諭 藤田 萌香

### 1 題材

「日常にあふれる食品ロスと向き合おう！」

内容 (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  
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

本学級の生徒は、授業時の挙手や発言が多く、明るく素直な意見を言う生徒が在籍している。しかしながら、集団での活動や話し合いの時間になると他者の意見に便乗しやすい傾向があり、自分の考えに理由をもって話すことが本学級の課題である。事前のアンケートの結果より、食べることが好きな生徒は93.5%と高数値だが、自分の健康や食に興味関心があると答えた生徒は69.9%と少し数値が下がる。そのため、食べることと健康とが結びついていない生徒が多くいる。また、給食の時間を見ると、残菜はほとんどないものの、偏食気味の生徒が数名おり、スープを全く飲まなかったり、極度の野菜嫌いをしたり、白米を半分以上減らしたりといった行動をすることがある。さらに、本学年の総合的な学習の時間では、1学年の時に世界で起こっている17項目のSDGsの課題について個別学習を行いはじめた。そして2学年の1学期では宿泊学習で訪れた群馬県水上町を中心に日本のSDGsについて調べ学習をおこなった。その過程からのつながりで2学期は日本全国のSDGsに目を向け、グループで各都道府県のSDGsについて学びを深めている。

#### (2) 題材設定の理由

本題材では、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品である「食品ロス」を教材として取り上げる。現在の日本の食品ロスは年間約472万tになり、世界の飢餓に苦しむ人たちに向けた世界の食料支援量（約480万t）とほぼ同じ量になっている。これは私たちが毎日一人当たり茶碗一杯分の食品を捨てていることになる。食品ロスは家庭系、事業系に分けられ、家庭や企業で考えて取り組まなければならない問題である。

日本の食生活を取り巻く環境は、食品ロスを多く排出しているのにもかかわらず食料自給率は低く主要先進国の中でも最低水準である。日本での自給率が高い米の消費量が減り、食の欧米化が進んでいることも原因であると考えられる。世界に誇る和食でさえも、一部の食材を輸入に頼っているという状況である。食品ロスを減らし食料自給率をあげることはなかなか難しく、すぐに改善することはできない。そこで授業で扱うことによって未来を担う子供たちがこのことを学ぶことはとても意味のあることである。

また、第2学年では総合的な学習の時間でSDGsを扱っている。SDGsの17の目標の中に

は「2 飢餓をゼロに」「1 2 つくる責任つかう責任」「1 4 海の豊かさを守ろう」など食や今回の内容と関連するところが多くある。本題材の食品ロスと SDGs を関連付けさせることから持続可能な社会の構築に向けて意識させていきたい。

この内容では、食品ロスとその発生源、解決策を知ることによって日常生活にある食品ロスに目を向けようとする態度を養いたい。また、食材を大事にする、食品ロスをなくするためには自分にどのようなことができるか自分の行動を振り返り、これからについて考え、実行しようとする力を身に付けさせたい。

### 3 評価の観点と評価基準

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
・日常生活にあふれる食生活の問題を様々な角度から考え、理解しようとしている。	・食品ロスの問題について、課題を見つけ、解決に向けて自分にできることを考えている。	・食品ロスの問題の解決に向けて、友達の意見や考えを生かしながら、今後実践していきたいことを自己決定している。

### 4 事前の指導

学校、家庭、企業での残菜の写真を見てどう思うか、どうしたらこれらを減らせると思うかのアンケートをとる。

### 5 本時の指導と生徒の活動

#### ○本時のねらい

- ・身近にある食品ロス問題を自分事として捉え、消費者の一人として自分にできることは何か考え、実行しようとする態度を育てる。

#### ○食育の視点

- ・食品ロスを減らし、環境や資源に配慮した食生活を実践するためには何が必要か、考えられるようにする。(感謝の心)

#### ○展開

時間	生徒の活動	○指導上の留意点 ★食育の視点 ☆評価	
		T 1	T 2
導入 (5分)	1 捨てられてしまう食品(企業・家庭・給食)の写真を見てどう思うか、事前アンケートをもとに生徒の考えを共有する。	○企業・家庭・給食すべての場所での捨てられてしまう食品の写真を見せる。 ○栄養教諭に感想を求める。 ○事前アンケートの結果を表示する。	<p>○生徒の考えに対して感想を言う。</p>
展開	2 本時の課題を知る。	○本時の課題を提示する。	○黒板に課題を貼る。

展開  
(30分)

「日常にあふれる食品ロスと向き合おう～減らすためにできることは?～」

3 事前に送った食品ロスの場面の写真を見てどんなところで食品ロスが起きているかを知る。

○事前に集めた食品ロスの写真を共有する。



4 自分がしたことのある食品ロスをワークシートに記入する。

○書けていない子に声をかける。



5 食品ロスがなぜだめなのか、どんな影響があるのかを考える。

○食品ロスをたくさんするとどんな影響があるのか考えさせる。

○現在だけでなく、将来のことも考えさせる。



6 買い物をするとき、調理をするとき、食事をするとき起こる食品ロスについて考える。  
(グループワーク)

○それぞれの悩みについて、解決策を考えさせる。  
○買い物をするときスーパー側の解決策にならないよう注意する。

○机間を周りながら助言をする。  
○食材の大切さや栄養面での気づきがあるか確認をし、活動8につなげる。



☆日常生活にあふれる食生活の問題を様々な角度から考え、理解しようとしている。(知)  
☆食品ロスの問題について、課題を見つけ、解決に向けて自分にできることを考えている。(思)

7 全体で発表する。

○各グループに発表させる。

○生徒の意見を板書する。



	<p>8 給食での食品ロスと対策について知る。</p> <p>9 食品ロスと栄養について考える。</p>	 <p>○最初の給食の残菜の写真をもう1度見せ、これはいいのか問いかける。</p> <p>○後日の総合的な学習の時間にSDGsと食品ロスの関係についてどの目標につながるのかを考える。</p>	<p>○学校給食で実際に行っている、かぶの葉を使うことや、エコふりかけ、旬のものなどを紹介する。</p> <p>○食品ロスを出さないために「食べない」という選択肢は選んでほしくないということを伝える。</p> <p>○自分の健康のために食べることは食品ロス削減にもつながる。</p>
<p>まとめ (15分)</p>	<p>10 学んだことを踏まえて、今後食品ロスとどう向き合うか、自己決定する。</p>	<p>○「残さず食べる」という振り返りだけが出ないように、伝え方に注意をする。</p> <p>○何人かに発表させる。</p>	
		<p>★食品ロスを減らし、環境や資源に配慮した食生活を実践するためには何が必要か、考えられるようにする。(感謝の心)</p>	<p>☆食品ロスの問題の解決に向けて、友達の見解や考えを生かしながら、今後実践していきたいことを自己決定している。(主)</p>

## 6 事後指導

- ・5日間、食品ロスダイアリーをつける。
- ・総合的な学習の時間にSDGsと食品ロスの関係についてどの目標につながるのかを考える。

7 板書計画

日常にあふれる食品ロスと向き合おう！ ～減らすためにできること～	食品ロス 写真	食品ロス 写真
① 原因 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 買いすぎ</li> <li>・ 家にあるものを買う</li> <li>・ 食べきれない量作る</li> <li>・ 皮等いらぬ部分</li> <li>・ 好き嫌い</li> <li>・ 食べきれない</li> </ul>	買い物するとき → 調理するとき → 食事するとき	
② 解決策 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 期限の近いものから買う</li> <li>・ 買うものを決めてから買いに行く</li> <li>・ 買いすぎない</li> <li>・ 人数にあった量を作る</li> <li>・ 買うものを決めてから買いに行く</li> <li>・ 冷凍保存する</li> <li>・ 盛る量を減らす</li> <li>・ おすそ分けをする</li> <li>・ 冷凍保存する</li> </ul>		

◎当日の板書



# 日常にあふれる食品ロスと向き合おう！

～減らすためにできること～

年 組 番 氏名 \_\_\_\_\_

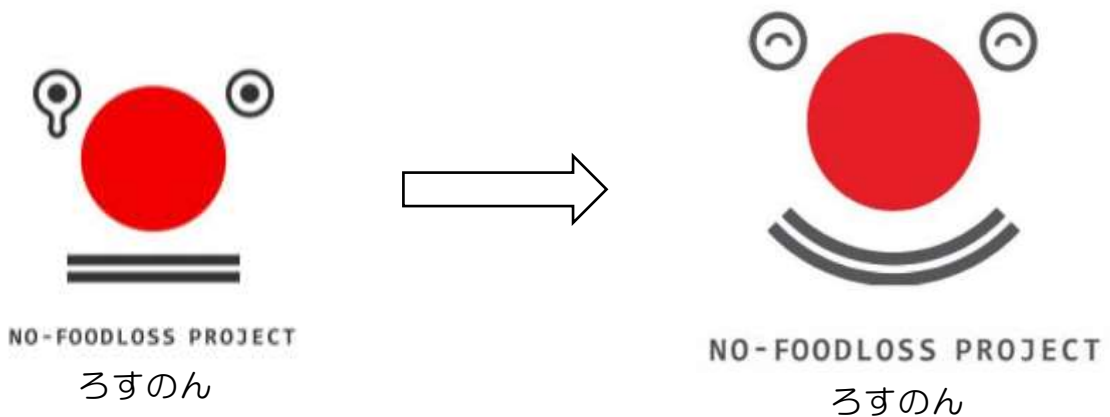
1. 自分がしてしまった食品ロスを書こう。

--

2. 食品ロスを続けるとどんな問題が起きるだろう？

--

3. 今日の授業を受けて、食品ロスを減らすために今後、あなたは食品ロスとどのように向き合いたいですか？自分が今からできる取組は何か考えましょう。



# 桶川市立川田谷小学校



## 第2学年2組 学級活動(2) 指導案

令和6年9月13日(金)第5校時  
 児童数 19名  
 指導者 T1 教諭 相馬 雄大  
 T2 栄養教諭 坂田めい子

1 題材 「元気のひみつ」(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

本学級の児童は、素直で元気な子が多い。給食の残食量は全体的に少なく、日ごろからよく食べ、活発に活動している。しかし、中には好き嫌いが多くある児童もおり、クラスの中で食事の様子にばらつきが見られる。排便については、給食後に腹痛を訴えてお手洗いに行く児童が多い。また、体調不良時に排便の状況を尋ねても「わからない」と答える児童が多く、排便があった場合でも自分の便の状況を観察しておらず、排便への意識や関心が低い様子が見られる。

(2) 題材設定の理由

排便は生活に欠かせないものであり、体の様子を知るバロメーターである。排便習慣を整えることは、生涯を通じて健康に過ごすための重要な要素である。しかし、生活習慣や食べることの指導に比べて排便に関する指導の機会は少なく、児童にとっても「排便＝汚いもの」というようなマイナスなイメージが多いように感じる。

朝、排便をせずに給食後に腹痛を訴えたり、休み時間に室内で遊んだりする児童もいる。このような実態から、児童が排便の大切さに気づき、良い生活習慣を意識的に継続してほしいと思い、本題材を設定した。

3 第1学年及び第2学年の評価基準

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、他者と仲よくしてよりよい人間関係を形成しようとしている。

4 事前の指導

アンケートを通して自分自身の食事・排便の現状について振り返り、問題意識が高まるようにする。

5 本時のねらい





(1) ねらい

- ・自分が食べたものと体調とを関連付けて考え、よりよい食べ方をしようとする意欲をもつことができる。
- ・自分が食べたものと体調が関連していることを理解し、必要な量をバランスよく食べたり野菜を食べたりして、排便の習慣をつくることの大切さに気付く。

(2) 食育の視点…健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事が必要であることを理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。 【心身の健康】

6 展開

	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)
		T1	T2	
導入	1 給食について振り返る。	・本時の学習に向かう雰囲気を作る。	・本時の学習に向かう雰囲気を作る。	

5分 つかむ	2 本時のめあてを知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物と大便を対照的に扱う。</li> <li>・ウンチを大便と呼ぶことを確認する。</li> </ul>		
	めあて：元気な大便をつくるにはどのようにしたらよいのだろう。			
展開 33分 さぐる 見つける	3 排便に関するアンケート結果を見る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アンケート結果を提示し、自分の生活を振り返らせる。</li> <li>・毎朝、排便しない児童や、自分の大便を見ていない児童が多いことを指摘する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・残食の様子を提示する。</li> <li>・献立に野菜が多い時に残ることを伝える。</li> </ul>	
				
	4 食べたものが大便になるまでの過程を知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べたものの運ばれ方や変化に関心を持たせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・内臓エプロンを着用し、食べたものが大便になるまでの過程について話す。</li> </ul>	
	5 大便の種類を知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体調がよい時や悪い時の便の様子を思い浮かべながら、便の種類を考える。</li> </ul>		
	6 元気な便とはどのような便なのか、また、元気な便を出すための方法を知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バナナ便が元気な便であることを確認する。</li> <li>・バナナ便になるための条件に関心を持たせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・元気な便の条件を知らせる。</li> <li>・元気な便を出す方法を知らせる。</li> <li>・排便のしやすさにも触れる。</li> <li>・献立にアドバイスをする。</li> </ul>	
				
	7 元気な便にするための朝ごはんの献立を考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・モニターを使ってアドバイスすることで、バランスの良い朝ごはんを理解できるようにする。</li> </ul>		<p>◎バランスのよい食べ方や野菜を食べる必要性に気づき、食生活を工夫しようとしている。</p> <p>【思・判・表】(観察・スライド)</p> <p>[食育の視点]</p> <p>健康の保持増進に</p>
				

			<p>は、栄養バランスのとれた食事が必要であることを理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。 【心身の健康】</p>
<p>終末7分 決める</p>	<p>8 自分の生活を振り返りつつ、これからの目標を立てる。</p>	<p>・自分なりの目標を立てられるように助言し、実践化への意欲を持たせる。</p> <p>・机間指導をする。</p>	<p>◎自分が食べたものと体調とを関連付けて考え、よりよい食べ方を実践しようとしている。【主】 (観察・ワークシート)</p>

### 7 事後の指導

自分の目標を意識して生活し、ワークシートに記録して振り返ることで、どのように変化したのかを確認する。

# げんきのひみつ

2年2組 ( )

ぼく・わたしはこれから〇〇をがんばる！！（もくひょう）

--

もくひょうをたっせいできたかな?? (◎…よくできた ○…できた △…もうすこし)

9/17 (火)	9/18 (水)	9/19 (木)	9/20 (金)
◎	◎	◎	◎
○	○	○	○
△	△	△	△

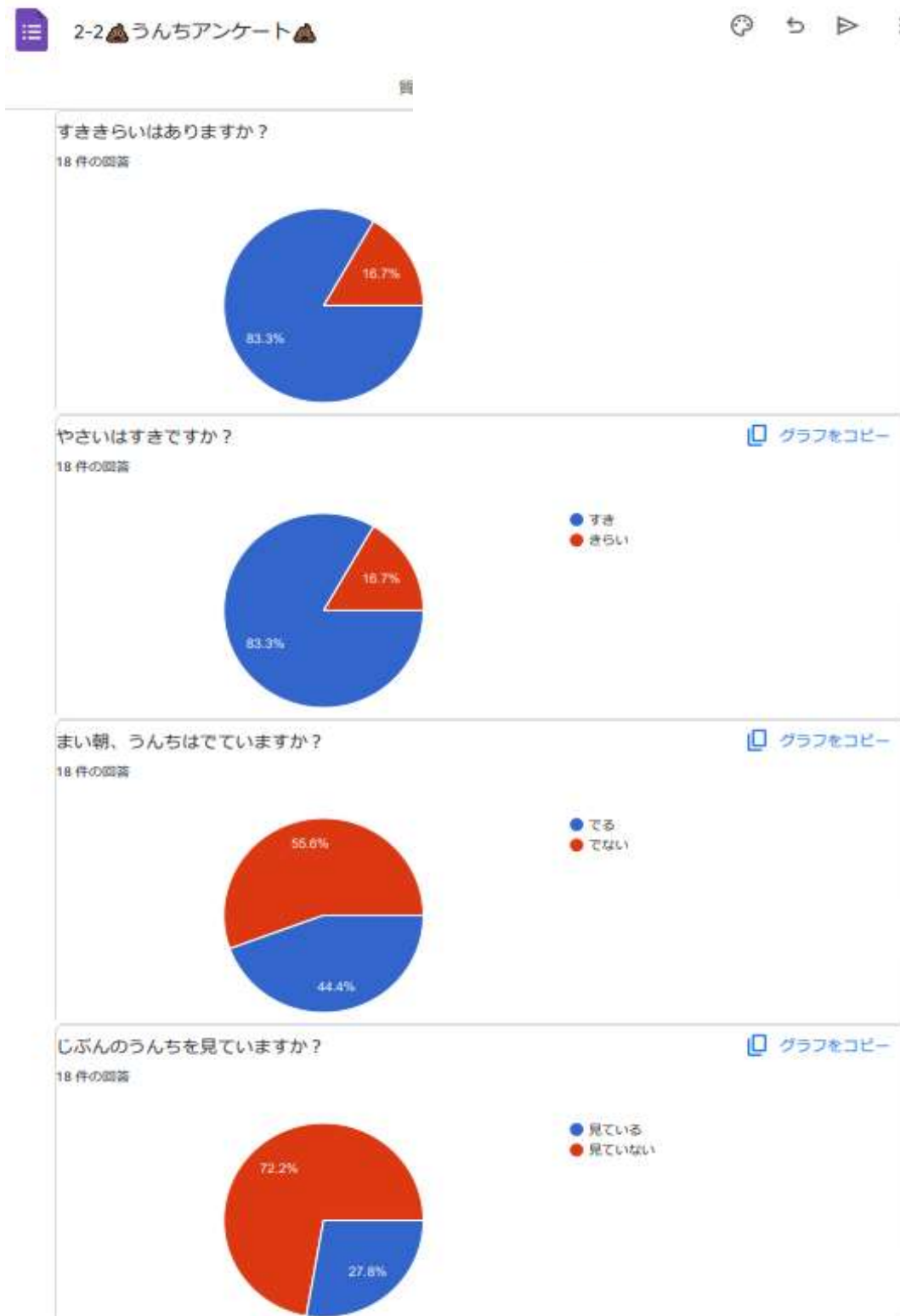
9/24 (火)	9/25 (水)	9/26 (木)	9/27 (金)
◎	◎	◎	◎
○	○	○	○
△	△	△	△

**ジャンプもんだい！**

体がどのようにかわったかなど、気づいたことやかんじたことをなんでも書いてみよう！

--

(参考) 児童への事前アンケート



## 第4学年1組 学級活動(2) 指導案

令和6年9月13日(金)第5校時  
 児童数 27名  
 指導者 星野 つばさ

1 題材 「バランスよく食べて元気な体と心をつくろう」(エ 食育の観点で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

本学級は給食の残菜が少なく、残さず食べる児童が多い。しかし、極端に量を減らす児童や嫌いなものには手を付けたがらない児童もいる。給食についてのアンケートでは、「魚を食べない」「食べきれなくて残す」「嫌いなものはあまり食べない」「野菜を食べない」を改善したい点で上げている児童が多かった。

(2) 題材設定の理由

栄養バランスについて考えることで、偏食は健康を損なうことに気付き、今までの食の傾向を見直す機会となるよう本題材を設定した。健康な体作りのための食習慣の改善について考えることで、苦手な食べ物があっても、少しずつ食べようとする意欲を高めて実践化を図れるようにしたい。

3 第3学年及び第4学年の評価基準

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
自分が食べた物と体調が関連していることを理解し、よりよい食べ方についての知識や行動の仕方を身に付けている。	体調と食べ物についての諸課題を知り、よりよい食べ方について話し合い、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。	よりよい食べ方をするために、進んで課題解決に取り組み、他者と仲よくしてよりよい人間関係を形成しようとしている。

4 事前の指導

アンケートを通して自分自身の食事の現状について振り返り、問題意識が高まるようにする。

5 本時のねらい

(1) ねらい…栄養バランスよく食べることが体調に関連していることや、体の成長や運動量に合った食事の量を知り、好き嫌いせずバランスよく食べるための具体的な目標や方法を定めることができるようにする。

(2) 食育の視点…健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事が必要であることを理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。【心身の健康】

6 展開

	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)
導入 5分 つかむ	1 給食についての事前のアンケート結果を見て、課題をつかむ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アンケート結果をグラフで示し、魚や野菜が食べられていないことから学級の課題が明確になるようにする。</li> <li>・アンケート結果は、学級全体の課題であるとともに個人の問題でもあることを伝え、自分の課題としてもとらえることができるようにする。</li> </ul>	
	バランスの良い食事をとるために大切なことを考え、自分が気をつける事を決めよう。		



4年1組の給食をもっと良くするために  
直した方がいいと思うこと」

1位	食べきれなくて残す人がいる 魚を食べない	11人
2位	きれいなものはあまり食べない	10人
3位	へらす人が多い 野菜を食べない	9人

展開  
30分  
さぐる

2 栄養バランスよく  
食べることの必要  
性や、学級の問題  
の原因をさぐる。

(1) 学級の問題の  
原因を考える。

(2) 栄養バランスの  
良い食事が健康  
な体をつくること  
を知る。

・栄養バランスよく食べられていない原因が何を問いかけ、「好き嫌い」や「食べる量」に課題があることに気が付けるようにする。

・好き嫌いについては誰にでもあるものであることを伝え、個人を責めることが無いよう配慮する。

・「なぜ、栄養バランス食べることが必要なのか。」と問いかけることで、偏食が体の健康を損なうことに気が付けるようにする。

・3つの食品グループの図や給食の写真を示し、給食は赤・黄・緑の食品グループがバランスよくそろっていることを確認できるようにする。

・学級の問題である「魚」「野菜」について重点的に取り扱い、具体的な解決方法に迫れるようにする。

・魚に含まれる栄養素の働きを簡単に示すためにサラサラ血液とドロドロ血液の模型を用意して、目に見えないところで起こる体の変化について児童の理解が深まるようにする。



・栄養バランスは、体だけでなく心にも影響することを知らせる。

(3) 必要な食品の  
量を知る。

・1日に必要な野菜、そのほかの食品の量を手のひら基準で示すことにより、栄養バランスについて視覚的に理解できるようにする。



見  
つ  
け  
る

[食育の視点]  
◎健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事が必要であることを理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。  
【心身の健康】





・給食の写真を振り返り、給食は必要な量も考えて作られていることに気が付けるようにする。

・違う学年の給食やスポーツ選手の食事を示し、食事の量は自分の体の成長や運動量によって変わること気が付けるようにする。



3 よりよい解決方法を話し合って見つける。

・課題を解決した時の学級や自分の様子をイメージできるようにする。  
 ・グループの話し合いでは ICT を活用し、資料や他のグループの考えがいつでも確認できるようにすることで、話し合いが深まるようにする。



・誰もがおいしく楽しく食べられること、それが長く続くことが大切であることを伝え、好き嫌いを無視して無理矢理食べるような考えにならないよう注意する。  
 ・グループで話合ったことを発表し、学級全体で解決方法を共有できるようにする。

◎栄養バランスよく食べることが体調に関連していることや、体の成長や運動量に合った食事の量が大切であることを理解している。【知・技】(学習カード、観察、発言)

			
<p>終末10分 決める</p>	<p>4 話し合ったことを参考にして、自分の課題を解決するための目標や実践方法を決める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•ICTを活用し、必要な資料やグループで話し合ったことがすぐに確認できるようにする。</li> <li>•目標を具体的にするために、数値評価、達成できそうな内容、期限を考えるよう伝える。</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>•意思決定が難しい児童は、友達の見解やグループで話し合ったことを参考にしたり、その中から選んだりして自分のめあてについて考えられるよう支援する。</li> </ul>	<p>◎好き嫌いせずバランスよく食べるための具体的な目標や実践方法を決めている。【思・判・表】(学習カード、観察、発言)</p>

#### 7 事後の指導

自分の立てためあてや取組について振り返り、ワークシートやアンケートから自己の変化を確認する。児童同士で頑張りを励まし合い、実践の継続を図る。



# 学級活動 学習カード

月 日 ( )

年 組 番 名前

めあて

☆自分の目標 いつ、どのような場面で、何回くらい、どのように、何をするのか。

---







---



---

☆自分の目標が達成できましたか。

月 日(月)	できなかった	1	2	3	4	5	できた
月 日(火)			2	3	4	5	
月 日(水)			2	3	4	5	
月 日(木)			2	3	4	5	
月 日(金)			2	3	4	5	
月 日(土)			2	3	4	5	
月 日(日)			2	3	4	5	

☆振り返り できるようになったことや、これからも続けていきたいことを書こう。

# 東松山市立高坂小学校



## 第1学年2組 学級活動指導案

令和6年10月25日（金）第5校時 教室

指導者 教 諭 辻本 弥生 （T1）

栄養教諭 田村 はるみ（T2）

- 1 題材名 「やさいのひみつってなんだろう」内容 特別活動（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

給食の時間には友達と会話を楽しみながら和やかな様子が見られる。休み時間になると献立表を見て給食の時間を楽しみにしている児童が多い。しかし、給食をよく食べる児童とあまり食べない児童の差が大きく、特に野菜や魚が出た日には食べ残しが目立つ。

「一口でも食べてみよう。」と声をかけて、小さな一口をやっと食べられる児童はいるが、かなり苦手な児童も数名いる。野菜の好き嫌いについてのアンケートでも、野菜が嫌いと答えた児童が多かった。

#### （2） 題材設定の理由

児童にとって給食の時間は学校生活の中でも楽しい時間である。しかし、児童一人ひとりの食べ方には違いがあり、料理によっては、偏食があるようにみられる。特に野菜を残す児童が多く、家庭では食物の好き嫌いが放置されたり、調理の仕方に偏りがあったりして、野菜嫌いを作る一因になっていると考えられる。

学校給食に登場する野菜は一般的なものがほとんどであり、望ましい食習慣を形成していくためには、欠かすことができないものである。給食を通しての望ましい食育は、心身の調和のとれた発達のために自分にあった食べ方を発見・理解する機会となる。また、集団の一員として偏食を克服するために他と自分の関わりから「食べてみよう」という意識をもたせることは、社会性を育成する上でも大切である。

健康のために果たす野菜の役割は大きく、進んで野菜を食べようという意欲を高めることは大切なことである。そこで、野菜が健康のために大切な役割をしていることを理解させ、自ら進んで食べられるようにさせたいと考え本題材を設定した。

指導にあたっては、児童が興味をもって学習できるように、栄養教諭と担任によるペアサポート「けんちゃんとかぜひげ大魔王」を取り入れ、TT方式の授業を計画した。

### 3 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す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、自分にあ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、他者と仲良くしてよりよい人間関係を形成しようとしている。

#### 4 事前指導

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）
・アンケートに記入する。	・野菜を食べることについて自分自身の経験を振り返らせ、自分事として捉えられるようにする。	・これまでの野菜の食べ方などについて考えることができている。 【態】（アンケート）

#### 5 学校研究課題との関わり

食育を通した主体的に学び続ける児童の育成

～学校・給食センター・地域が一体となった食生活の推進者の育成～

研究仮説

- 食生活の重要性や児童自身の食生活への課題提示の工夫をすることで、食生活に対して主体的に学ぶ児童を育成することができるであろう。
- 食に関する指導計画を見直し、全教育活動を通して食に関するアプローチを推進することで、児童の食に関する意識が高められるであろう。
- 学校給食センターの取組を効果的に紹介し、栄養教諭を児童の指導に活用することで、多様な食文化や地域の食材、望ましい食生活への理解が深まるであろう。

本校の今年度の学校課題研究では、自ら課題を見つけ、見通しをもって粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげていこうとする児童の育成を目指している。そのため各教科で主体的な思考・判断が生かされる課題解決の過程となるよう、言語活動を単元全体を通して一貫したものとして位置付けていく。今回の授業では、学習課題に興味・関心をもつための工夫として、事前学習として「野菜の好き嫌いに関するアンケート」を児童に取り、導入でそのアンケート結果をICTを使って表示する。また、ペープサートを見た感想をペアで話し合い、言語活動の充実を図っていく。

#### 6 本時のねらい





心身ともに健康に成長していくためには偏食をしないで食事をするのが大切であることを知ることができるようにする。野菜は体にとって大切な働きをしていることを理解して、進んで食べようとする意欲を育てる。

#### 7 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】

8 本時の展開

	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） ★学校課題に関わる手立て ◇食育の視点
		T1	T2		
導入 つかむ 5分	<p>1 野菜の好き嫌いについて話し合う。</p> <p>2 野菜の好き嫌いについて事前のアンケート結果を見て、気付いたことを話し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>アンケート結果を発表し、野菜が好きな理由や嫌いな理由に着目させ、野菜への興味関心を高める。</li> </ul>	<p>アンケートの結果をモニターに映し、気付いたことを板書する。</p>	<p>アンケート結果の集計</p>	 
展開	<p>3 本時のめあてを確認する。</p>	<p>やさいをもっと好きになろう</p>			
さぐる	<p>4 ペープサートを見る。 「けんちゃんとかげひけ大魔王」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ペープサートを行う。</li> <li>野菜にはどんな働きがあるか意識させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ペープサートを行う。</li> <li>野菜の働きを説明する。</li> </ul>	<p>ペープサート</p> <p>絵カード</p>	<p>◇心身の成長や健康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。</p> <p>【心身の健康】</p> 
見つける	<p>5 ペープサートを見て分かったことをペアで話し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>机間指導しながら野菜を食べると体によいことに気付けるようにする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いろいろな種類の野菜を食べるとよいことを理解させる。</li> </ul>	<p>栄養カード</p>	
30分	<p>6 野菜についての話を聞く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の名前当てクイズを一緒にいき、野菜にはいろいろな種類があることを知らせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>旬の野菜を食べることが健康によいことを知らせる。</li> </ul>	<p>野菜カード</p>	<p>◎丈夫な体を作るために、野菜の働きを知って進んで食べることの大切さを理解している。</p> <p>【知識・理解】 (発言・学習カード)</p>
	<p>7 苦手な野菜を食べられるようにする方法を考える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜が好き、少しずつ食べられるようになった児童の話聞く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜を食べる工夫を考えさせ、板書する。</li> </ul> 		<p>★学校給食センターの取組を効果的に紹介し、栄養教諭を児童の指導に活用することで、多様な食文化や地域の食材、望ましい食生活への理解を深める。</p>
終末	<p>8 今日の学習で分かったことをまとめ、自</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の課題にあっためあてを決めて書け</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</li> </ul>	<p>ワークシート</p>	<p>◎自分の課題に合った具体的なめあてを決めている。</p>

決める 10分	分のめあてを決めて発表する。	るようにする。 ・何人かに発表してもらい、めあての修正や実践の参考にできるようにする。	のあるめあてが設定できるように助言を行う。	【思考・判断・表現】 (ワークシート、観察、発言)
------------	----------------	--	-----------------------	------------------------------

### 9 事後指導

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)
・自分で立てためあてに向かって行動できているか1週間振り返る。	・給食時に今日の献立に使われている野菜を確認する。	・自分で立てためあてに向かって計画的に行動できている。 【態】 (学習カード・観察)

### 10 板書計画

やさいをもっと好きになろう

やさいのはたらき

かぜを  
ひきにくくする

うんちが  
よくでる

はや ほねを  
つよくする

はだを  
つよくする


めのはたらきを  
よくする

野菜カード

もっとたべられるさくせん

- ちいさくしてたべる
- ほかのたべものとまぜる
- がんばってたべる

きめたさくせん





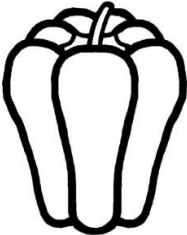
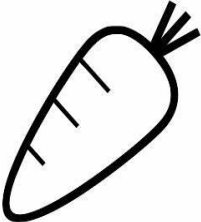

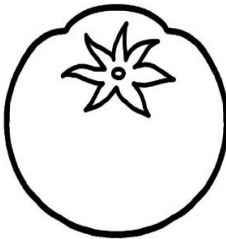

# 「やさいをもっとすきになろう」

1ねん くみ なまえ ( )

☆じぶんの **もっとたべられるさくせん** をきめよう

--

☆さくせんができたひにはいろをぬろう

10/	10/	10/	10/	10/
				

やさいにいろをぬれるようにがんばろう！

☆いっしゅうかんのふりかえり

--

## 第4学年2組 学級活動指導案

令和6年10月25日(金) 5校時

在籍児童 32名

指導者 教諭 吉川 大胤 (T1)

栄養教諭 佐藤 舞実 (T2)

### 1 題材名 「丈夫な骨をつくる生活」内容 特別活動(2)

エ 食育の観点から踏まえた学校給食の望ましい食習慣の形成

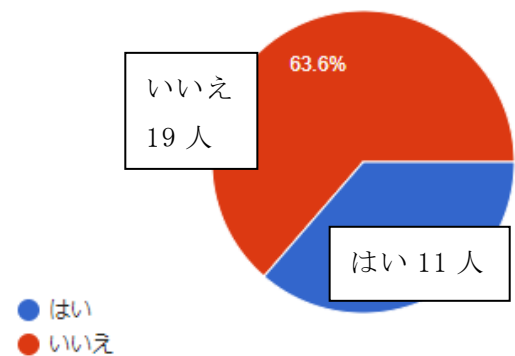
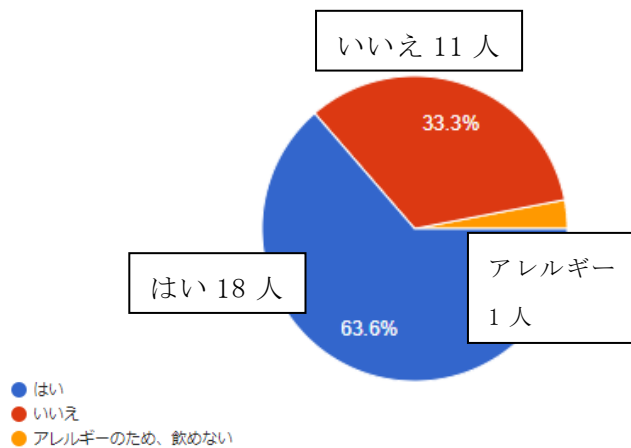
### 2 題材について

#### (1) 児童の実態

本学級の児童は、好き嫌いの偏りなく何でもおいしく食べることが多い。しかし、事前に実施したアンケートでは、次のような実態が明らかになった。

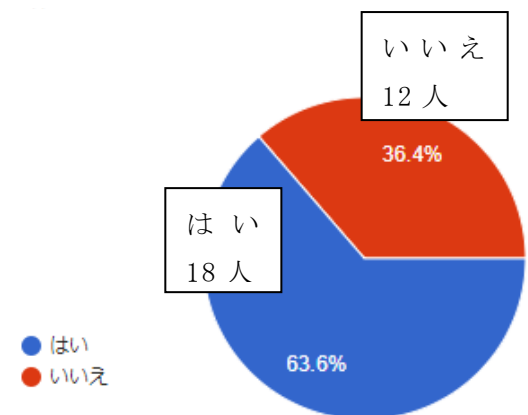
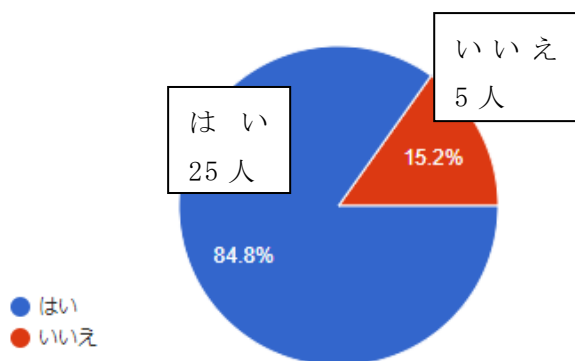
給食や家で必ず、牛乳を飲みますか？

夜、9時までに寝ていますか？



魚が好きですか？

外でよく遊びますか？



アンケートの結果から、牛乳を飲まない児童が33%いることが分かった。学校ではアレルギー等の特別な理由がない限り給食時に牛乳を残す児童はいない。そのことから、家庭で

飲まないことがある児童が一定数いると考えられる。反対に、魚を嫌いな児童が少ないことも分かった。生活面では、「夜9時までに寝ていますか」という質問には、63%の児童が「いいえ」と、「外でよく遊びますか」という質問には、36%の児童が「いいえ」と答えている。このことから、外遊びや、就寝が、健康に繋がっているという意識が低いことが伺える。

各家庭では、骨を丈夫にするような魚や牛乳などの食品を「残さず食べなさい」「好き嫌いなく食べなさい」と大人に言われており、ほとんどの子どもは「苦手なものを減らし好き嫌いなく食べられるようにならなくてはいけない」と漠然とは知っている。しかし、なぜ丈夫な骨が必要なのか、骨が丈夫だと具体的に自分にどんなよいことがあるのかまでは理解していない。そこでまず、骨が丈夫であることの重要性を知らせ、骨を形成する上で必要な食品、骨を丈夫にするための方法を自分たちで考える学習が必要である。個人で考えることが難しい児童もいるため、ペア学習も取り入れ、クラスでできそうなことを共有していく。最終的には個人のめあてや具体的な行動について意思決定することで、よりよい方法について考えを深めることができると考える。

## (2) 題材設定の理由

現代の子どもたちはコンビニエンスストアやファストフードなどが身近にあり、いつでもどこでも好きな物が手に入り、豊かな食生活をしているようである。しかし、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」と、令和元年「国民健康・栄養調査」の結果を比べると、国民一人当たりのカルシウム摂取量は、体に必要な所要量を満たしていない。カルシウムは成長期の児童にとって、骨や歯をつくる大切な栄養素である。給食の基準量では一日の必要量の半分を摂取できるように決められていて、牛乳の他にも頭から食べられる魚や海藻を使った料理など、カルシウムが摂取できる献立を取り入れている。

しかし、カルシウムが豊富に含まれた食品の中には、牛乳や海藻類、大豆製品、小魚など児童に好まれない食品が多くあり、給食でもこれらは残菜となりやすい。このことから、どんな食品にカルシウムが多く含まれているかを知り、丈夫な体をつくるために必要であることを理解させたいと考え、この題材を設定した。

指導にあたっては、児童が興味を持って学習できるように、担任と栄養教諭による「わたるくんの大冒険」という劇を取り入れ、TT方式の授業を計画した。本時の授業を通してカルシウムが体内でどんなはたらきをするのか、どうして自分たちに必要なのかを理解させ、今後の食生活の中で自分から進んでカルシウムを摂ろうとする態度を身につけさせたい。

## 3 第3学年及び第4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
日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全といった、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するとともに、そのために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	自己の生活上の課題に気が付き、多様な意見を基に、自らの解決方法を意思決定し、実践している。	自己の生活をよりよくするために、他者と協働して自己の生活上の課題の解決に向けて粘り強く取り組んだり、他者を尊重してよりよい人間関係を形成しようとしていたりしている。

#### 4 事前指導

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）
・食生活に関するアンケートに記入する。	・丈夫な骨を形成するための食生活について自分自身の経験を振り返らせ、自分事として捉えられるようにする。	◎アンケートを記入し、これまでの食生活について考えることができている。 【態】（アンケート）

#### 5 学校研究課題との関わり

食育を通した主体的に学び続ける児童の育成

～学校・給食センター・地域が一体となった食生活の推進者の育成～

研究仮説

- 食生活の重要性や児童自身の食生活への課題提示の学習を工夫することで、食生活に対して主体的に学ぶ児童を育成することができるであろう。
- 食に関する指導計画を見直し、全教育活動を通して食に関するアプローチを推進することで、児童の食に関する意識が高められるであろう。
- 学校給食センターの取組を効果的に紹介し、栄養教諭を児童の指導に活用することで、多様な食文化や地域の食材、望ましい食生活への理解が深まるであろう。

本校の今年度の学校課題研究では、自ら課題を見つけ、見通しをもって粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげていこうとする児童の育成を目指している。そのため各教科で主体的な思考・判断が生かされる課題解決の過程となるよう、言語活動を単元全体を通して一貫したものとして位置付けていく。今回の授業では、学習課題に興味・関心をもつための工夫として、事前学習として「食育アンケート」を児童に取り、導入でそのアンケート結果をICTを使って表示する。また、栄養教諭がT2として授業を実施することで、骨を丈夫にするために必要な知識を正しく知り、望ましい食生活への理解が深まるようにする。

#### 6 本時のねらい


- ・骨を丈夫にする食べ物や生活の仕方について理解できる。
- ・骨を丈夫にする生活ができるよう意思決定できる。

#### 7 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】
- 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】

#### 8 本時の展開

児童の活動・内容	指導上の留意点		資料	◎目指す児童の姿 【観点】（評価方法） ★学校課題に関わる手立て
	T1	T2		

<p>導入 つかむ 5分</p>	<p>1 アンケート結果や給食の写真を見て、気付いたことをペアで話し合う。</p> <p>2 本時のめあてを確認する。</p>	<p>・牛乳を毎日飲まない、寝る時間が遅い、外遊びが少ない児童がいることに気づかせる。</p>	<p>・アンケートの結果をモニターに映し、気付いたことを板書する。</p>	<p>アンケート結果の集計</p>	<p>◇食育の視点</p> <p>★事前にアンケートをとり、児童自身の食生活の課題提示の学習を工夫する。</p> <p>◇食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p> <p>【食事の重要性】</p>
<p>展開 さぐる  20分  見つける 10分</p>	<p>3 「わたるくんの大冒険」(劇)を見る。</p> <p>4 劇を見て分かったことを個人で書き、その後、ペアで話し合う。</p> <p>5 骨を丈夫にするために大切なことを知る。</p> <p>・カルシウムを多く含む食品や、働きを知る。</p> <p>・カルシウムの3つの働き(①丈夫な骨や歯を作る ②筋肉を動かす ③血を止めるのを助ける)を知る。</p> <p>・成長期におけるカルシウムの必要性を知る。</p>	<p>・パワーポイントを使った劇を行う。</p> <p>・見る際に、どんな食べ物が骨によいか意識させる。</p> <p>・どんな食べ物が丈夫な骨をつくるのか考えさせる。</p> <p>c1「牛乳から作られる食品」</p> <p>c2「カルシウムを多く含む食品」</p> <p>・T2の説明に合わせて黒板に掲示物を貼っていく。</p>	<p>・パワーポイントを使った劇を行う。</p> <p>・どんな食べ物が丈夫な骨をつくるのか考えさせる。</p> <p>・カルシウムを多く含む食品やその働きについて説明し、理解させる。</p> <p>・成長期には特にカルシウムを多く含む食品を積極的に食べることにより、生涯健康な体がつくられることを知らせる。</p>	<p>パワーポイント</p> <p>食品カード</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>★栄養教諭を児童の指導に活用することで、多様な食文化や地域の食材、望ましい食生活への理解を深める。</p> <p>◇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】</p> <p>◎丈夫な骨をつくる</p>

	6	話を基に、丈夫な骨をつくるためにはどうしたらよいかグループで話し合い、全体で共有する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>丈夫な骨をつくるためにどうしたらよいか、できることを考えさせる。</li> <li>偏らないように指名をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>丈夫な骨をつくるためにどうしたらよいか考えさせる。</li> <li>授業内容を板書する。</li> </ul>		<p>ために、進んでカルシウムを多く含む食品を食べることの大切さを理解している。</p> <p>【知識・理解】 (発言・観察)</p>
終末 決める  10分	7	今日の授業から丈夫な骨にするための自分のめあてを決める。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の課題にあっためあてを決めて書かせる。</li> <li>何人かに発表してもらったり、児童同士でアドバイスし合ったりすることで、めあての修正や実践の参考にできるようにする。</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が設定できるように助言を行う。</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を決めている</p> <p>【思考・判断・表現】 (ワークシート、観察、発言)</p> <p>★特に2名の児童は、アンケートにおいて、全ての項目で否定的であったので、一つでも肯定的な意見を記せるように見取っていく。</p>



## 9 事後指導

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>自分で立てためあてに向かって行動できているか1週間振り返りをさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食時にカルシウムを多く含む食品について確かめる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分で立てためあてに向かって計画的に行動できている。</li> </ul> <p>【態】(学習カード・観察)</p>

## 10 板書計画

アンケートと結果

めあて  
じょうぶなほねをつくるために、これからどのような生活をするか決めよう。

カルシウムの働き

骨の写真




カルシウムの多い食べ物



骨をつくる

筋肉を動かす


血をとめるのを助ける

ほねをじょうぶにするために大切なこと

自分のめあてを決めよう



# 「じょうぶなほねを作る生活」 年 組 番 名前 \_\_\_\_\_

<つかむ> みんなはどのように生活しているかな。

<さぐる> どのような食べ物がじょうぶな ほねをつくるのだろう。















<見つける> じょうぶな ほねをつくるためにはなにができるだろう。

<決める> 自分の決めたことに14日間取り組んでみましょう。

こんな自分になりたい!(れい)こっせつしないくらい強いほねの自分

など

そのために

なにを、どのように、どのくらいやるか (1週目)*授業ではここまで書く	/	/	/	/	/	/	/
							
なにを、どのように、どのくらいやるか (2週目)(1週目を終えて直す)	/	/	/	/	/	/	/
							

取り組んでみたふりかえり(感じたこと、これからに生かせること)

## 第6学年2組 学級活動学習指導案

令和6年10月25日(金) 第5校時 教室

指導者 教諭 金子 友海 (T1)

養護教諭 渡部 千夏 (T2)

- 1 題材名 「見直そう私の食生活」内容 特別活動(2)  
エ 心身ともに健康で安全な生活態度の育成

### 2 題材について

#### (1) 児童の実態

児童はこれまでに、5年生の家庭科の授業の中で、五大栄養素が食品に含まれる栄養素の体内での主な働きについて学習し、食事に含まれる栄養素が体の成長や活動のもとになることについて学んでおり、赤、黄、緑の食品群をとることで栄養バランスのとれた食事になることも多くの児童が理解している。健康のためにバランスよく食べることの大切さは知識では理解しており、給食時間の児童の様子からも、一人分を残さず食べようと努力している児童もいる。しかしながら、主食、副菜、魚料理を減らしたり、食べる量や好き嫌いに個人差があったりして、栄養バランスや健康面をあまり意識せず食べている児童もいる。

また、児童は、1学期の保健の学習で生活習慣病とその起こり方について学習し、生活習慣病を予防するために、これからの食生活の中でどんなことに気を付ければよいかを考えている。しかし、健康な児童にとって、今の段階で生活習慣病を自分ごととしてとらえることは難しいと考えられる。

#### (2) 題材設定の理由

成人病から生活習慣病に名前が変わったように、私たちの健康は生活習慣に大きく左右される。三度の食事を規則正しくとること、3つの食品群をバランスよく食べることは、望ましい食習慣を確立する上で重要なことである。特に生活習慣病の予防には食生活が関わっており、生涯にわたる健康のためには、子供の頃から正しい食生活を身に付けさせることが必要である。しかし、日常摂取している食物に対しては、あまり気にしていないのが現状である。そのため、脂質や糖分、塩分の過剰摂取が見受けられる。身体をつくる時期におけるよくない食習慣は将来的に生活習慣病を引き起こしかねない。このため、食生活の改善を通して食習慣を整え、実際の食事の場面における実践を積み重ねることで、食習慣を形成することが大切だと考え、本題材を設定した。

指導にあたっては、まず、事前の調査の結果を見せることで三食きちんと食べていないことや、3つの食品群からバランスよく食べていないなどの問題点に気づかせ、本時の課題につなげる。次に、養護教諭から「食事と健康な身体の関係」、「糖質・脂質・塩分の怖さ」や「日々の食事内容が血液状態に与える影響」について知らされることにより、望ましい食事についての理解を深めるとともに、改善の意欲を高めたい。バランスのよい食事のお手本として児童が毎日食べている給食を例に挙げ、主食、主菜、副菜、汁物について確認する。この給食の基本スタイルである主食、主菜、副菜、汁物のそろった形に整えることで、栄養バランスがよくなることを理解させる。さらには、食品の種類だけでなく、「量」も重要であることに気づかせ、何をどのくらいとればよいかを考えさせたい。最後に、授業について振り返り、健康な食生活を送るためにこれから自分ではどのような食事をしていくか意思決定をさせ、今後のよりよい食生活につなげていきたい。



### 3 第5学年及び第6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
日常生活への自己の適応に関する諸課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、健全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。	日常生活への自己の適応に関する諸課題を認識し、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、自主的に課題解決に取り組み、他者と信頼し合ってよりよい人間関係を形成しようとしている。

### 4 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、これまでの休日の食生活について振り返ろうとしている。 【態】（アンケート）

### 5 学校研究課題との関わり

食育を通した主体的に学び続ける児童の育成

～学校・給食センター・地域が一体となった食生活の推進者の育成～

研究仮説

- 食生活の重要性や児童自身の食生活への課題提示の学習を工夫することで、食生活に対して主体的に学ぶ児童を育成することができるであろう。
- 食に関する指導計画を見直し、全教育活動を通して食に関するアプローチを推進することで、児童の食に関する意識が高められるであろう。
- 学校給食センターの取組を効果的に紹介し、栄養教諭を児童の指導に活用することで、多様な食文化や地域の食材、望ましい食生活への理解が深まるであろう。

本校の今年度の学校課題研究では、自ら課題を見つけ、見通しをもって粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげていこうとする児童の育成を目指している。そのため各教科で主体的な思考・判断が活かされる課題解決の過程となるよう、言語活動を単元全体を通して一貫したものとして位置付けていく。今回の授業では、学習課題に興味・関心をもつための工夫として、事前学習として「食育アンケート」を児童に取り、導入でそのアンケート結果をICTを使って表示する。また、養護教諭がT2として授業を実施することで、よりよい食生活を実現するために必要な知識を正しく知り、望ましい食習慣への理解が深まるようにする。

### 6 本時のねらい

望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自分の食生活を見直して、よりよい食生活を実現するための具体的なめあてを考えることができる。

7 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】

8 展開

段階	児童の学習活動・内容	指導上の留意点		◎ 目指す児童の姿 【観点】（評価方法） ★学校課題にかかわる手立て ◇食育の視点
		T1(学級担任)	T2(養護教諭)	
導入 1 0 分 つ か む	<p>1 今までの食生活について振り返る。</p> <p>①食生活のアンケート結果から食生活の課題に気づく。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜が少ない。</li> <li>・糖分のとりすぎ。</li> <li>・好きなものばかり食べている。</li> </ul> <p>②保健の学習を振り返る。</p> <p>③養護教諭の話聞き血液について知る。</p> <p>④本時の課題を把握する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パワーポイントを用いて、養護教諭の説明の補足をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事例を3つの食品群に分けておき、食事の食品群が偏りやすいことに気づくようにする。</li> <li>・生活習慣や食生活に起因する糖尿病患者の増加を例に挙げ、生活や食事の変化と生活習慣病の関わりに目を向けることができるようにする。</li> <li>・血管模型を提示し、血液について説明する。</li> <li>・食事の内容が血液や血管に及ぼす影響について説明し、本時の課題につなげる。</li> </ul>	<p>★事前にアンケートをとり、食生活の課題提示の学習を工夫する。</p> <p>◎今までの食生活の課題に気づいている。</p> <p>【態】（観察・発言）</p>
生活習慣病を予防する食生活について考えよう。				
展開 2 5 分	<p>2 食事の栄養バランスを考える。</p> <p>①カップ麺や菓子パンとジュースを食べる場合と給食を食べる場合とを比較する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭科の時間に学習した内容を想起させることで、他教科と関連付けて考えることができるようにする。</li> <li>・給食は栄養バランス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食とエネルギー量の近い食べ物を比較することで、食事に含まれる炭水化物やたんぱく質、脂質等の量の違いに気づき食事の栄養バランス</li> </ul>	



さ ぐ る	②グループごとの話し合いをする。	スがよいことを確認し、給食をもとに考えさせることで、栄養バランスについて考えることができるようにする。	を考えることができるようにする。 ・糖分・脂質・塩分を摂りすぎると、生活習慣病になる可能性があることやそれらが多く含まれる食品を写真や図を用いて説明する。	
見 つ け る	3 望ましい食生活について話し合う。  ① 養護教諭から糖質・脂質・塩分についての説明を聞く。 ② グループごとの話し合いをする ③ 発表する。  4 学習のまとめをする。	・事前アンケートから、課題のある事例についてまとめた資料を提示し、改善について考えられるようにする  ・栄養素を知ることによってグループでの活発な話し合いができるようにする。  ・望ましい食生活について、発表により共有化を図る。	・実際に使われている分量を提示し、どれぐらいの量が一食に使われているかを理解させ、話し合いを活発にできるようにする。  ・児童の取り組みを称賛し、食品の品数や食品群の量を考えること等について確認する。	◇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】
生活習慣病を予防するために食事で大切なこと ①栄養バランスのよい食事 ②糖質・脂質・塩分をとりすぎない				
終 末	5 これからの食生活の目標を決め発表する。	・今までの食生活を振り返り、実生活で実践していくための具体的なめあてが書けるように助言する。 ・これからの生活に生かせるよう、ワ	・1食でバランスを整えることを目標とするが難しい場合は、1日の中でバランスを考えて食事することを確認する。 ・机間指導を行い、必要に応じて、具体性の	◎バランスを考えた食事の大切さを知り、生活や食事の改善策を話し合っている。 【知・技】（発表）

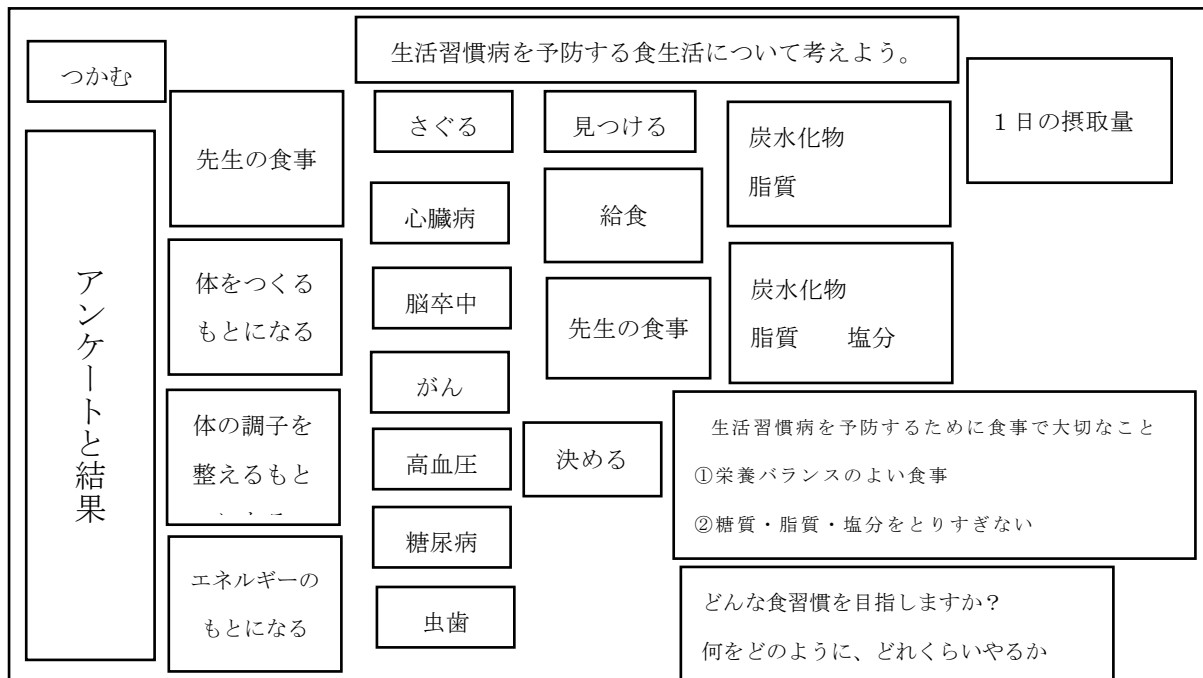


10分 決める		ークシートに食生活の目標をまとめる。	ある目標や実践方法が設定できるように助言を行う。	◎食事の改善にむけて、自分の課題に合った具体的な方法をまとめ、発表している。 【思・判・表現】 (発表・ワークシート)
------------	--	--------------------	--------------------------	---

## 9 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>・隣同士でめあてを確認し合う場を設け、お互いに励まし合う。</li> <li>・達成できたことやできなかったことを振り返り、反省を生かして、継続的に取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お互いのめあてを確認し合う場を設け、実践の意欲化を図る。</li> <li>・隣同士で取組を確認し合う場を設け、お互いの頑張りを認め励まし合いながら、実践の継続化を図る。</li> </ul>	◎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】（学習カード・観察）

## 10 板書計画



〈ワークシート〉

# 「見直そう私の食生活」

年 組 番 名前

## ①事例

〇〇先生の朝ごはんは、カップラーメンにマヨネーズをたくさんかけたからあげ棒、コーラでした。

〇〇先生はその後、どうすればよいでしょうか？考えてみましょう。

自分の意見

グループの意見

## ②自分の決めたことを2週間取り組んでみましょう。

どんな食習慣を目指しますか？

何をどのように、どのくらいやるか※授業ではここまで書く	/	/	/	/	/	/	/
何をどのように、どのくらいやるか※1週終わったら書く	/	/	/	/	/	/	/

## ③取り組んだ感想


# 熊谷市立妻沼小学校



2 学年 1 組 生活科学学習指導案

児童数 21 名  
指導者 教諭 田村 かおる  
ゲストティーチャー (株) モリタネ  
場所 2 年 1 組教室

1 単元名 「ぐんぐんそだて わたしの野菜」

2 単元について

児童は、1 年生の生活科の学習でアサガオの種を鉢にまき、栽培を行った。また、2 年生では、ミニトマトの苗を鉢に植えて収穫を行った。今年度はさらに、学校農園に、ピーマンやなす、トマトの苗を植え、継続して水やりや草取りを行い、収穫の喜びを味わうことができた。

生活科に関するアンケートを行ったところ以下のような結果となった。

①生活科の学習は好きですか【好き 90% どちらでもない 10% 嫌い 0%】

②生活科の単元で好きな物はどれですか。

【野菜作り 40% 町たんけん 65% おもちゃ作り 55% 昔あそび 55%】

③冬野菜を作るとしたら、何を作りたいですか。

【ほうれん草 40% こまつな 45% ちんげんさい 20% かぶ 45%】

本単元は小学校学習指導要領の内容(7)「動物を飼ったり植物を育てたりする活動を通して、それらの育つ場所、変化や成長の様子に関心をもって働きかけることができ、それらは生命をもっていることや成長していることに気付くとともに、生き物への親しみをもち、大切にしようとする。」を受けて設定したものである。本単元は、これまでの経験を基に、植物を継続的に栽培する活動を通して、愛着をもって大切に育てること、また、植物が成長し、変化する様子に喜びや楽しさを感じることを、さらに生命の尊さについても実感できるようになることをねらいとしている。また、愛情をもって育てた野菜を収穫し自分達で食べるという生活に直接結びつく単元であることから成就感や達成感を得られる教材であると考えられる。

指導にあたっては、児童が野菜に愛着を持ち、意欲的、継続的に栽培活動を行うことができ、最後に食に結びつくことができるように単元を構成したい。そのための方策の一つとして、地域の専門家の協力を得ながら、活動を行う。専門家から野菜作りについて教えていただくことで、児童が意欲的に栽培活動を行い、最終的に収穫の喜びにつながると考える。また、日々、成長し、変化する野菜を通して、野菜を育てていく楽しさや喜びを味わえるようにしていきたい。そして、自分たちが愛情をもって育てた野菜を給食で食べることで、バランスよく食べるという食への関心を高め、好き嫌いなく食べることができるようにさせたい。さらに、野菜作りの大変さを経験することで、農家の方への感謝の気持ちも育ませたい。

3 食育の視点 (研究課題との関わり)

研究主題 「学校、家庭、地域と連携した食育の推進」  
～本物体験からの学びをとおして～

仮説：各学年の発達段階に応じた食に関する指導を行えば、食への関心が高まり、望ましい食習慣が身に付くであろう。

手立て：専門性を生かした授業の実践

- ・野菜作りの授業において地域の専門家と連携を取り、指導の充実を図る。
- ・栄養教諭と連携を取り、指導の充実を図る。

#### 4 単元の目標

野菜を継続的に栽培する活動を通して、これまでの経験を基に、植物の変化や成長の様子に関心をもって働きかけ、野菜が生命をもっていることや成長していることに気付くとともに、生き物に対し、親しみをもって、大切にしようとするができるようにする。

#### 5 指導と評価の計画（本時 14 / 17）

時	○小単元名 ・学習内容	主な評価規準
1 2	○夏野菜を育てよう ・自分が育てる夏野菜の決定と苗植え	・自分で育てたい野菜を決め、苗を植えている。 【知・技】【思・判・表】
3 4 5	○夏野菜の世話をしよう ・それぞれの野菜の様子 ・野菜に合った世話の仕方	・本で調べたこと、身近な人に聞いたことなどを基に、野菜の成長の様子を思い描きながら世話の仕方を決めている。 【知・技】【思・判・表】
6 7	○夏野菜の様子を伝え合おう ・それぞれの野菜の様子 ・野菜の状態に応じた世話の仕方	・友達の野菜の様子についての発表を聞き、違う野菜でも同じような特徴があることについて、理解している。 【知・技】
8 9 10	○夏野菜を収穫しよう ・それぞれの野菜の様子 ・収穫の時期、収穫の仕方	・植物を育てることのよさを実感し、これからも継続的に生き物と関わろうとしている。 【態】
11 12	○冬野菜を育てよう ・自分が育てる冬野菜の決定と種まき	・自分で育てたい野菜を決め、種蒔きをしている。 【知・技】【思・判・表】
13 14 本時 15	○冬野菜の世話をしよう ・野菜の成長の様子 ・野菜に合った世話の仕方 ・計画書の作成	・自分達が調べたり、考えたりしたことやゲストティーチャーのアドバイスを基にお世話の仕方について考えている。 【思・判・表】
16	○冬野菜の様子を伝え合おう ・野菜の成長の様子 ・必要な世話の仕方	・自分の野菜の成長に合わせたお世話の仕方を決め、世話をしている。 【知・技】



17	○冬野菜を収穫しよう ・野菜が大きく成長したことの気付き ・野菜作りの振り返り ・野菜作りを通して成長した自分	・植物を育てることのよさを実感し、これからも継続的に生き物と関わろうとしている。 【態】
----	--	---

6 本時の学習（本時 14 /17）

(1) ねらい

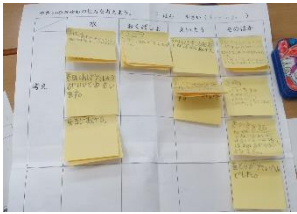

野菜の育て方について、本で調べたり、専門家に聞いたりしたことを基に、世話の仕方を考えることができる。（思考・判断・表現）

(2) 食育の視点

野菜作りには、工夫や努力が必要であることから食物を大事にし、生産等にかかわる人々へ感謝の気持ちをもつことが大切であるという思いをもつことができる。〈感謝の心〉

(3) 展開

学習活動	学習内容	○指導上の留意点◎評価※食育との関わり
1 自分達が育てている野菜の様子を確認する。 2 本時の課題を知る。		○指導上の留意点◎評価※食育との関わり ○自分達が育てている野菜の様子を写真で確認させる。 ○本時は、冬野菜のお世話の仕方について考えることを知らせる。
<p>めざせ！野菜作り名人（冬野菜）          冬野菜を育てるには、どのようなお世話をしたらよいのだろう。</p>		
3 学習課題を解決する。 ①班ごとに、事前に調べておいた野菜のお世話の仕方について話し合う。	○野菜作りに大切な要素 ・日光 ・水 ・肥料 ・（草取り、まびき）	○野菜作りには、「土、日光、水、肥料」が大切であったことを想起させる。 ○同じ野菜を作る友達同士で、4つの観点について事前に調べたり、考えたりしてきたことを話し合わせる。 ○自分の考えを事前に付箋に書いておき、それを持ち寄って話し合うようにする。
<p>〈予想される児童の反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なるべく日が当たる場所に置いた方がいい。</li> <li>・水が冷たいから暖かい時間に水やりをした方がいい。</li> <li>・大きくなるのに栄養が必要だから、肥料をあげた方がいい。</li> <li>・たくさんの芽がでてきているから、間引きが必要なのかもしれない。</li> </ul>		
○季節が冬であることから、夏野菜とはお世話の仕方が違うという見通しをもたせる。 ○冬は「寒い、日光が当たりにくい、水が冷たい」などを考えるヒントとして投げかける。 ○ミニトマトやかぶの野菜作りの経験を想起させる。		

<p>②各班から出された考えを知る。</p> <p>③ゲストティーチャーからアドバイスを聞く。</p> <p>④野菜のお世話の仕方について、班ごとに再度、考えをまとめる。</p> <p>4 本時のまとめをする。</p>	 <p>○野菜作りにおける工夫や苦勞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天候に左右される。</li> <li>・毎日の世話</li> </ul> <p>○冬野菜のお世話</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水やりは午前中。</li> <li>・日光が当たる所におく。</li> <li>・肥料をあげる。</li> <li>・間引きを行う。</li> </ul>	<p>○各班の考えを黒板に掲示し、教師がまとめる。自分達の班の考えと比べながら聞くようにアドバイスする。</p> <p>※野菜を作る際の工夫や苦勞について話していただき、食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝の思いをもたせる。</p> <p>◎自分達が調べたり、考えたりしたことやゲストティーチャーのアドバイスを基にお世話の仕方について考えている。</p> <p>【思考・判断・表現】（発言、行動観察）</p> 
<p>野菜作りでは、季節を考えて野菜に合ったお世話を行うことが大切。</p>		
<p>5 本時の振り返りをする。</p>		<p>※野菜作りには、工夫や努力が必要である。食物を大事にし、生産等にかかわる人々へ感謝の気持ちをもつことが大切であるという思いを共有させる。</p>

(4) 板書計画

<p>課題</p>	<p>めざせ！野菜作り名人（冬野菜）</p> <p>冬野菜を育てるには、どのようなお世話をしたらよいのだろう。</p>	<p>やさいのお世話の仕方</p>																									
	<p>やさい作りに大切なこと</p> <p>土 水 日光 肥料 その他</p>	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>水</th> <th>日光</th> <th>肥料</th> <th>その他</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ほうれん草</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>チンゲン菜</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>水菜</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		水	日光	肥料	その他	ほうれん草					こまつな					チンゲン菜					水菜				
	水	日光	肥料	その他																							
ほうれん草																											
こまつな																											
チンゲン菜																											
水菜																											
	<p>現在の野菜の写真</p>																										
<p>まとめ</p> <p>野菜作りでは、季節を考えて野菜に合ったお世話を行うことが大切。</p>																											
<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>食物を大切に</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> <p>生産者への感謝をわすれずに！</p> </div> </div>																											

## 第4学年2組 学級活動(2) 指導案

児童数	26名
指導者	教諭 塩原 美樹 養護教諭 荒尾 桃子 栄養教諭 本田 恵美子
場所	4年2組教室

### 1 題材名 「食べ物の働きを知り、バランスの良い食事をとろう」

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 題材について

本学級の児童は、明るく素直な児童が多い。また、困っている友達がいると、自分から声を掛けたり、友達を助けるために行動したりするなど、思いやりの心をもっている児童も多くいる。

食育に関しては、野菜の苗植えや収穫に積極的に取り組んだり、毎月の給食だよりを楽しみにしたりする等、食への関心は高い。また、給食の時間を楽しみにしており、好き嫌いをせず、おかわりに並びたくさん食べる児童が多く、残菜はほとんどない。しかし、偏食傾向のある児童も数名おり、野菜を減らす児童や好きなものだけおかわりをする児童、食べ終わるのに時間がかかってしまう児童も見受けられる。事前に実施した食育アンケートでは、「給食が好きですか。」という問いに対して、「とても好き」「好き」と答えた児童は、26名全員であった。また、「苦手な食べ物がありますか。」という問いに対して、「ない」と答えた児童が5名、「ある」と答えた児童が21名であった。「ある」と答えた児童は、「ナス、にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー、トマト、ほうれん草、水菜、きのこ」などの食べ物を挙げている。さらに、「苦手な食べ物が給食に出たときはどうしていますか。」という問いに対しては、「我慢して食べている。」や「減らして食べる。」という回答が多かったが、「残してしまう。」と答える児童も数名いた。

本題材は、小学校学習指導要領特別活動の学級活動の「(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の「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」を受けて設定したものである。苦手な食べ物でも、好き嫌いをせずに何でも食べるということは、心身の発育・発達や健康の保持増進に大切なことである。

しかし、給食を食べている様子を見ると、好きな食べ物は進んで食べようとするが、苦手な食べ物に関しては、なかなか口にせず最後まで残ってしまうのが現状である。そこで、一番身近な給食を通して、食べ物の働きが3つのグループに分けられることとそれぞれの働きを知り、バランスよく食べることによさに気付かせ、何でも食べようとする意識をもち、バランスのよい食事を自分で選べるようにしたいと考え、本題材を設定した。

指導にあたっては、バランスの良い食事の写真と偏りがある食事の写真、2枚を比べさせて違いに気付かせたい。その中で、どうしてバランスが悪いと思ったのかを児童同士で考えさせ、食品は3つのグループに分けられるということに繋げていく。また、食品の働きにも触れ、自分でグループ分けができるようにしたい。授業の終末には、毎日食べている給食が栄養のバランスに優れた食事になっていることを再確認させたい。そして、一人一人が自分の食生活を振り返り、苦手な食べ物を少しでも食べようとするなど、食に関する意欲を高めたい。また、献立を考えている栄養教諭、作っている調理員の方々に感謝する機会としたい。

### 3 食育の視点（研究課題との関わり）

研究主題 「学校、家庭、地域と連携した食育の推進」  
～本物体験からの学びをとおして～

仮説：各学年の発達段階に応じた食に関する指導を行えば、食への関心が高まり、望ましい食習慣が身に付くであろう。

手立て：専門性を生かした授業の実践

栄養教諭と養護教諭を招き、栄養教諭には、給食の献立を考える際に意識していることや児童へのメッセージ、養護教諭には、食事と健康の関係性について話をしてもらう。

### 4 題材の評価規準

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
日常生活への自己の適応に関する諸課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、よりよい生活を送るための知識や行動の仕方を身に付けている。	日常生活への自己の適応に関する諸課題に気付き、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、意欲的に課題解決に取り組み、他者と協力し合ってよりよい人間関係を形成しようとしている。

### 5 事前の指導

7月3日（水）	<p>クラスの児童に向けて、アンケートを行う。（全員）</p> <p>【アンケート内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・給食は好きですか。</li> <li>・苦手な食べ物はありますか。（どんな食べ物ですか。）</li> <li>・苦手な食べ物が給食に出たときにはどうしていますか。</li> </ul>
---------	---

### 6 本時の学習




#### (1)ねらい


食べ物のはたらきについて知り、バランスの良い食事をとることの大切さに気付き、実践しようとする態度を育てる。

#### (2)食育の視点

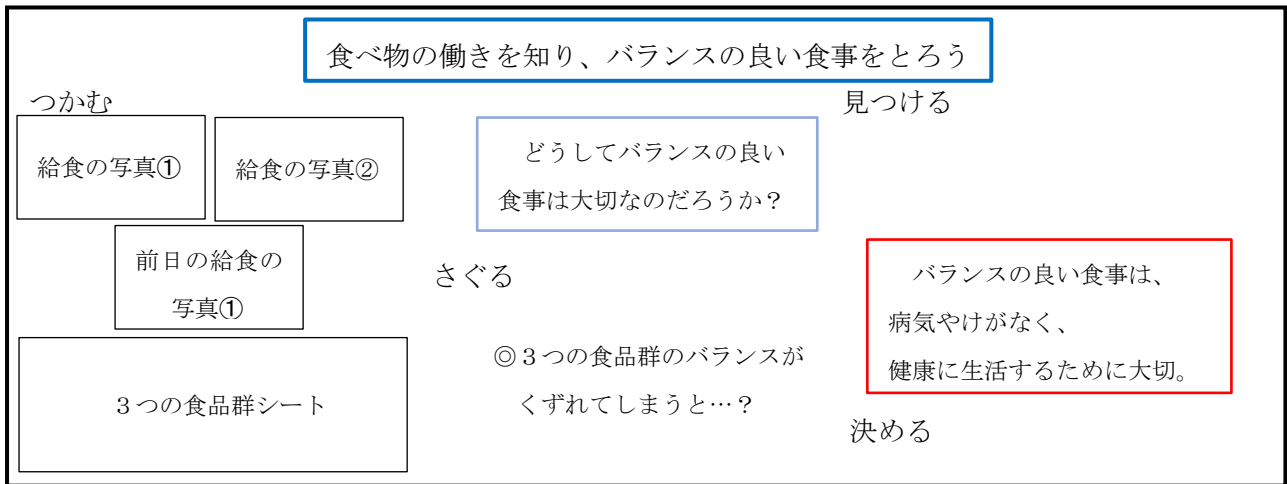
健康な毎日を送るためには、バランスの良い食事が大切なことを知る。（心身の健康）

(3) 展開

段階	学習活動	学習内容	○指導上の留意点 ◎評価 ※食育との関わり
導入 15分 (つかむ)	1 今までの給食の食べ方を振り返る。  2 タブレットを使用し、自分の食べたいもので一食分の献立を作る。  3 前日の給食の献立を思い出しながら、どんな食品が使われていたか発表する。  4 本時のねらいを確認する。	 ○3つの食品群とその働き ・体を作るもと (赤) ・エネルギーのもと (黄) ・体の調子を整える (緑)	○事前のアンケートの結果を知らせ、食について意識を高められるようにする。 ○自分の食べたいもので献立を作る ○バランスは気にせず、自分の食べたいものを選ぶように声を掛ける。 ○完成したものは、MetaMojiを活用し、クラス全員で共有できるようにする。 ○給食の献立表を見て、確認しながら板書する。
	どうしてバランスの良い食事は大切なのだろうか？		
展開 20分 (さぐる) (見つける)	5 自分の給食の食べ方を振り返り、バランスはどうか考える。  6 ゲストティーチャー(養護教諭)の話を聞く。  7 タブレットを使用し、バランスの良い献立を考える。	 ○3つの食品群のバランスが崩れることによって、体に及ぼす影響 ・風邪をひきやすくなる。 ・骨が弱くなる。 ・体力、免疫力の低下。  ○バランスに気を付けて、献立を作ること。	○残さず食べた食品に印をつけ、自分の食事を振り返らせる。 ○3つの食品群の中から、残さず食べた食品の色を塗ることで、昨日の自分はバランスの良い食事がとれていたのかを確認させる。 ◎食べ物の役割を理解している。 【知識・技能】(観察・発言)  ○バランスが偏ってしまった場合は、選び直しをして良いことを伝える。

終末 10分 (決める)	8 学習のまとめをする。  バランスの良い食事は、病気やけがなく、健康に生活するために大切。		 <p>※栄養教諭の話を聞く活動を通して、給食には多くの人の思いが込められていることに気づき、感謝できるようにする。</p> <p>○自分に合っためあてを具体的に決定すること。 ○バランスの良い食事が大切な理由を再度確認し、バランスに気を付けて食べようという意欲をもたせる。 ◎自分の課題にあった具体的なめあてや実践方法を決めている。</p> <p style="text-align: right;">【思考・判断・表現】 (ワークシート)</p>
	9 ゲストティーチャー（栄養教諭）の話を動画で聞く。  10 バランスの良い食事をするために、自分にできることは何か考え、自己決定する。	○栄養教諭が、給食の献立を作る際に気を付けていること ・栄養素のバランス ・旬の食材を取り入れる ・飽きないような工夫	

(1) 板書計画



7 事後の指導

11月27日(水)～	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食時に学んだことを生かして、残さず食べているか確認、指導をする。</li> <li>・実践を振り返る機会を設け、継続的な実践になるようにする。</li> </ul>
------------	---

8 参考資料

- ・ボナとペティの栄養バランスチェッカー (<https://www.chantotaberu.jp/jikan/balance/>)

児童数 44名  
 指導者 教諭 端 弓子  
 松本 奈菜  
 小谷野 幸恵  
 栄養教諭 本田 恵美子  
 ゲストティーチャー 福島豆腐店  
 場所 家庭科室

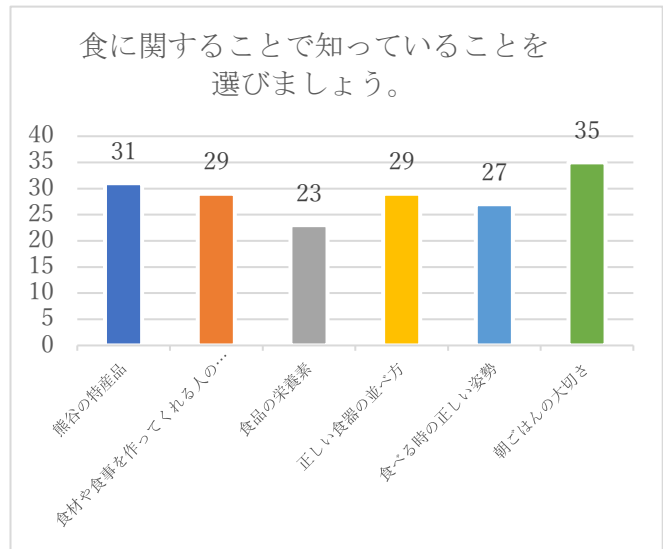
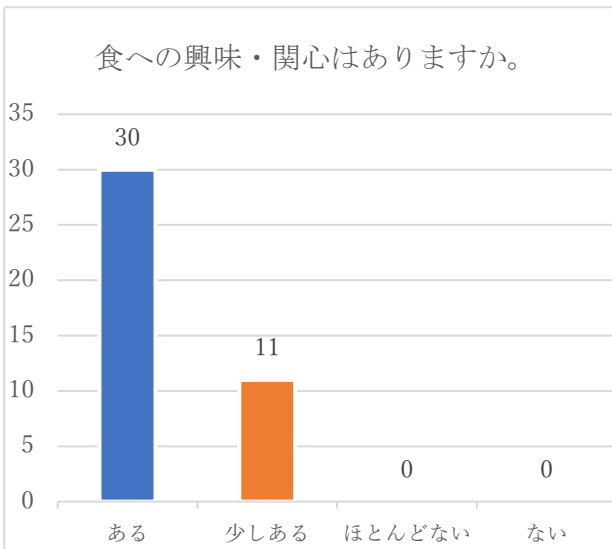
1 単元名 「豆腐作り体験」 ～大豆から妻沼豆腐へ～

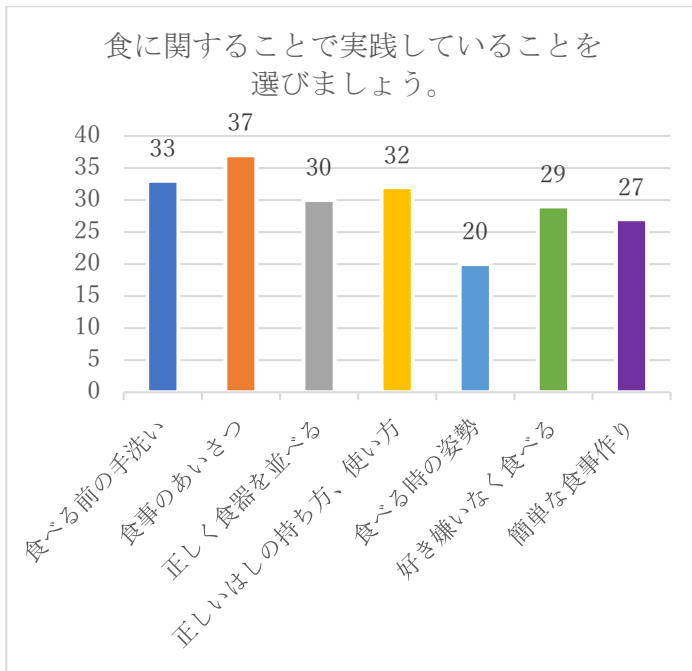
2 単元について

本学年の児童は、食育アンケートの結果から、食への関心が高い傾向にある。朝のどう木タイムでは、食育に関するショート動画を全校で視聴し、食に関する知識を得たり、食事のマナーなどを学んだりし、実践してきた。また、1年生の時から校内での栽培活動や自校給食を通じた地産地消の取り組みなどを通して、自分たちが育てた農作物を収穫し、食する喜びや、多くの労力を用いながら協同して育てることの大変さを学んできた。さらに、第3学年の「みそ作り」の学習では、大豆が様々な工程を経て、日本の食には欠かせないみそになるということを体験を通して学んできた。今年の6月には大豆の種まきを行い、今日に至るまで生長の観察や記録、そして草取りなどの活動を行ってきた。これまでの経験から、大豆に関しては、食品や調味料などに加工されていることを経験や知識として理解している児童が多い。しかし、大豆が豆腐になるまでの過程や大変さなどを理解している児童は少なく、生産者の思いや願いを理解し、感謝の心をもつところまでには至っていない。

本単元では、自分たちが育てた大豆の収穫を行い、地域の豆腐屋さんを講師に招いて豆腐作り体験に挑戦する。体験活動を通じ、豆腐を作る楽しさや大変さを実感させながら、豆腐作り職人の工夫や苦勞、豆腐に寄せる思いなどをまとめる活動を行う。

指導にあたっては、大豆の栽培や大豆と給食との関わりを通して、自分たちの育てた大豆の収穫の喜びを味わわせたい。そして、実際に豆腐作りに挑戦し、自分たちの「食」が色々な人たちによって支えられていることに感謝する心を育みたい。





### 3 食育の視点（研究主題との関わり）

研究主題 「学校、家庭、地域と連携した食育の推進」  
～本物体験からの学びをとおして～

仮説： 各学年の発達段階に応じた食に関する指導を行えば、食への関心が高まり、望ましい食習慣が身に付くであろう。

手立て： 専門性を生かした授業の実践

講師に地域の豆腐店の方を招き、自分たちで栽培した大豆を使って豆腐作りを行う。

### 4 単元の目標

豆腐作りの体験をしたり、豆腐店の方の話を聞いたりすることで、作る工程や大変さ、さらには食に携わる方々の思いや願いに気付き、感謝の気持ちをもつと共に、学んだことを身近な人たちに伝えたり、自らの生活に生かそうとしたりする。

### 5 指導と評価の計画（本時2 / 4）

時	学習内容	主な評価規準
1	大豆の種について調べ、種まきをする	大豆についての調べ学習や種まきに意欲的に取り組んでいる。 【態】
②	豆腐作りの体験を行う。	豆腐づくりの工程や大変さ、作り手の思いを理解している。 【知・技】
3・4	パンフレットや新聞にまとめる。	体験したことをもとに、読み手に伝わるようにパンフレットや新聞を工夫して作成できる。 【思・判・表】



6 本時の学習（本時2 / 4）

(1) ねらい

豆腐づくりの工程や大変さ、作り手の思いを理解することができる。 (知識・技能)

(2) 食育の視点

豆腐づくりの体験を通して、食事や食べ物に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝を育む。

〈感謝の心〉

(3) 展開

学習活動	学習内容	○指導上の留意点 ◎評価 ※食育との関わり
<p>1 計画の全体を確認する。</p>		<p>○指導上の留意点 ◎評価 ※食育との関わり</p> <p>○福島豆腐店の方を紹介し、本時の活動についての流れを確認する。</p> <p>○前時までの流れを ICT を使って確認する。</p> <p>※大豆を栽培してきたことを振り返り、自然の恵みに気付かせる。</p>
<p>豆腐づくりの体験を通して、食に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝しよう。</p>		
<p>3 豆腐作りを体験する。</p> <p>(1) 手順の説明を聞く。</p> <p>(2) 体験</p> <p>①煮る ②しぼる ③固める ④ざるに取る ⑤試食</p>	<p>○豆腐の作り方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・煮る（焦げないように）</li> <li>・しぼる（水分が残らないように）</li> <li>・固める（にがりが入った後は触らない）</li> <li>・にがりの働き</li> </ul>	<p>○豆腐づくりの工程を視覚的にわかりやすく掲示する。</p> <p>○「にがりの働き」について説明をする。</p> <p>○各グループを回りながら手順を確認し、作業を進めさせる。</p> <p>○火を使う作業や熱いものを扱う際には、十分注意させる。</p> <p>○おいしい豆腐を作るには、大変な手作業があることや道具を使った工夫があることに気付かせる。</p> <p>○試食することで、児童自身で作った豆腐本来の味を感じられるようにする。</p>
<p>4 本時の活動を振り返り、次時への課題へとつなげる。</p>		<p>○課題に対する本時の振り返りを食育わくわくカードに記入させる。</p> <p>◎豆腐づくりの工程や大変さ、作り手の思いを理解している。</p>
<p>〈予想される児童の反応〉</p> <p>今まで豆腐のパックを食べていたけれど、豆腐ができるまでこれだけの手間がかかり、多くの人が携わっていることが分かった。これからは、感謝の気持ちをもって豆腐をいただきたい。</p>		<p>【知識・技能】（ワークシート）</p> <p>※大豆の栽培や豆腐作りを通して、自分たちが食べているものには、多くの人がかかわっていることに感謝できるようにする。</p> <p>○次時からは、これまでの活動を新聞やパンフレットにまとめていくことや、本時で作った妻沼豆腐を使ってみそ汁づくりを行う事を知らせる。</p>

(4) 板書計画

「豆腐作り体験」～大豆から妻沼豆腐へ～

課題

豆腐作り体験を通して、食に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝しよう。

豆腐作りの体験の手順

①煮る



こげないように  
かきまぜる。

②しぼる



水分が残ら  
ないように

③固める



にがりが入った後は  
さわらない！

④ざるに取る



⑤試食

試食のポイント

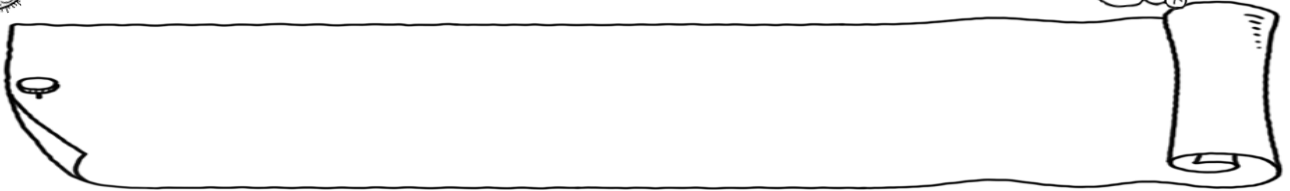
- ・味
- ・におい
- ・食感
- ・色

おからは給食で  
「おからドーナツに  
します！」





# 食育わくわくカード



名前

月 日 ( )



Large rounded rectangular area for drawing or writing.

Five horizontal lines for writing.

# 羽生市立新郷第二小学校



## 第4学年1組 学級活動（2）指導案

令和7年1月29日（水）第5校時  
在籍児童 19名  
T1（学級担任） 関根 弘明  
T2（栄養教諭） 加藤 花菜  
活動場所 第4学年1組 教室

### 1 題材 「よくかむことの大切さ」

（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

本学級の児童が、普段の食事の際に一口にどれだけかんで食べているのか調べた。アンケートとして児童にかむ回数を数えさせると、意識してしまい、いつも通りの回数が出ないと思い、給食の様子を動画で撮影した。児童には、食事の様子を撮影することだけを伝えて、教師が児童一人一人の飲み込むまでのかんだ回数を数えた。正確な回数ではないが、5口から10口を数え、平均を出した。また、給食によくかんで食べる食材が出るかみかみメニューの日とかみかみメニューではない日で違いがあるかどうか調べるため、二日間撮影した。かみかみメニューの日とそうでない日には、違いはあまり出なかった。一番多くかんだ児童が平均20回、一番少ない児童が平均6回で、学級の平均は11回であった。日本歯科医師会では一口につき30回かむことを推奨しているので、本学級の児童は、かむ回数が少ないといえる。

#### （2）題材設定の理由

本校では、食に関する指導の全体計画、食に関する年間指導計画を作成し、食育の指導を進めている。また、全学年が食育アンケートを実施し、児童の好き嫌いや、朝食の有無など、食生活について実態を把握している。これらをもとに、今までの食事について見直し、健康な体をつくるためにはどのように食習慣を改善すればよいのかを考え、よくかむことの大切さについて知る機会としたい。

栄養教諭と連携を図り、よくかむことは、肥満防止、味覚の発達、言葉の発音、脳の発達、歯の病気予防、がん予防、胃腸の働き、全身の体力向上など良い効果があると説明することで、少しでもかむ回数を増やそうとする意欲を高めたい。

### 3 研究主題との関り

#### （1）研究テーマ

心身ともに健康で、進んで運動に取り組む児童の育成  
～運動の楽しさや喜び、食の大切さを味わわせる実践～

#### （2）目指す児童像

心身ともに健康で、食の大切さを考えられる子

#### 〈手立て1〉個別最適な学び・協働的な学びができる「教材・教具」の工夫

- ・児童一人一人が健康によい食事のとり方を考えられる教材づくり
- ・よくかんだ場合の効果が分かる資料  
→合言葉に並べて掲示することで、かむことの利点を理解しやすい
- ・学習シートの工夫（事後の活動）、学習資料集の工夫（アンケート結果、比較資料）

#### 〈手立て2〉個別最適な学び・協働的な学びができる「教師のかかわり」の工夫

- ・直接的なかかわり・・・かむこと意義を問う発問、意見交流を活性化させる机間指導、より専門的な立場からのT2指導
- ・間接的なかかわり・・・3～4人のグループ活動

#### 4 第3学年及び第4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
日常生活への自己の適応に関する諸課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、よりよい生活を送るための知識や行動の仕方を身に付けている。	日常生活への自己の適応に関する諸課題に気付き、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、意欲的に課題解決に取り組み、他者と協力し合っってよりよい人間関係を形成しようとしている。
食育の視点に即した評価規準		
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ている。【心身の健康】		

#### 5 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)
・ 普段の食事についてのアンケートに答える。	・ 児童の実態を把握する。	◎今までの食事について振り返ろうとしている。 【態】(アンケート)

#### 6 本時のねらい

- (1) これまでの食事を振り返り、かむことの大切さを知り、これからの食生活を改善しようとする態度を育てる。 【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

段階	学習活動	指導上の留意点		資料等
		T1 (学級担任)	T2 (栄養教諭)	
つかむ5分	1 アンケートの集計結果を見て、今までの食事を振り返り、気づいたことを発表する。	・ アンケートの結果を発表し、かむ回数について確認することで、児童の興味・関心を高める。		・ アンケート結果
	2 本時の題材を知る。	・ アンケート結果や気づいたことの発表を踏まえ、本時の題材を提示する。		
よくかんで、元気な体をゲットしよう。				

<p>さぐる 20分</p>	<p>3 よくかむことの大切さを確かめる。 ①なぜよくかむことが大切なのかを話し合う。 ②よくかんだことによる効用を知る。</p>	<p>・なぜ、よくかんだほうがよいのか、グループで話し合うようにする。</p>	<p>・かむことのよさについて、発達の段階に合わせて資料を用意し、良くかんだ場合の効果について合言葉を用いることで児童の興味・関心を高めるようにする。 ひ：肥満防止 み：味覚の発達 こ：言葉の発音 の：脳の発達 は：歯の病気予防 が：がん予防 い：胃腸の働き ぜ：全身の体力向上</p>	<p>・よくかむことの効用資料</p>
<p>見つける 10分</p>	<p>4 どのように食べればよいか自分のできることを話し合う。</p>	<p>・よくかむ食事のしかたについて、回数や食べ方、食べるものなど分類しながら出せるようにする。</p>		
<p>決める 10分</p>	<p>5 自分のめあてを決めてカードに書き、発表する。</p>	<p>・自分が実践できる具体的なめあてとなるように助言する。 ・発表を聞いて、実践への意欲をもてるようにする。</p> <div data-bbox="512 1417 1204 1503" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>◎自分が実践できるめあてや食べ方を決めている。 【思】(学習カード)</p> </div>	<p>・必要に応じて、具体性のあるめあてを設定できるように助言を行う。</p>	<p>・学習カード</p>

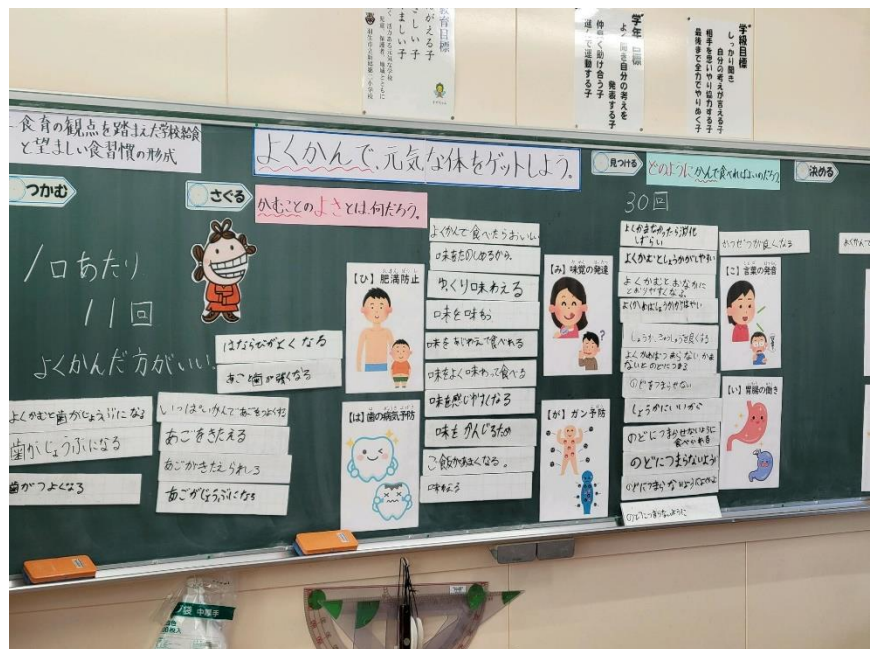


## 8 事後の指導

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>自分が決めた方法で取り組み、学習カードに記入する。</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> <li>取組状況を確認し、めあてを修正する。</li> <li>保護者からのコメントをもらい、今後の活動への意欲を高める。</li> </ul>	◎自分で決めた実践方法に取り組もうとしている。 <b>【態】</b> (観察・学習カード)

## 9 板書計画

1/29 かむことの大切さ めあて <b>よくかんで、元気な体をゲットしよう。</b>					
<b>つかむ</b>	<b>さぐる</b> なぜ、よくかんだほうがよいのか				<b>見つける</b>
一口あたり 〇〇回	肥満防止	味覚の 発達	言葉の 発音	脳の 発達	回数 食べ方 食べ物
	歯の 病気予防	ガン予防	胃腸の 働き	全身の 体力向上	<b>きめる</b>





## 第6学年1組 体育科（保健領域）学習指導案

令和7年1月29日（水）第5校時  
在籍児童 21名  
指導者 川野邊 瞳  
活動場所 第6学年1組 教室

### 1 単元名 「病気の予防」

#### 2 単元について

本単元は、病気の予防に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、病気の予防に関する事項を理解できるようにすることをねらいとしている。病気の予防に関する知識だけでなく、現在の生活習慣が今後の健康に及ぼす影響があることを実践的に理解することができる内容である。本単元の学習をとおして、児童が自分自身の生活行動を振り返り、よりよい生活行動が健康の維持につながることにについて実感をもてるようにすることが大切である。

本単元の学習をより実践的に展開するため、現代的な課題の一つである「食に関わる健康課題」との関連を図る。令和6年12月に厚生労働省から公表された「令和5年患者調査の概況」によると、3年前と比較して高血圧や歯周病の患者数が大幅に増加していることが示されている。現状と自分の健康との関連に気付き、自身の生活を見直して実践につなげることができる学習である。

#### 3 児童の実態

##### (1) 知識及び技能

児童はこれまでに、健康な生活を送るためには食事、睡眠、運動などの生活習慣が関係していることを学習してきた。本単元の学習内容である病気の起こり方や予防については、他教科の学習や自身の経験から理解している児童が多い。一方、日常の生活習慣や自分がとった生活行動が病気の予防につながることを意識している児童は少ない。

##### (2) 思考力、判断力、表現力等

児童は「かぜをひいてしまった」や「むし歯になってしまった」などの病気に関する事象から課題を見出し、病気の要因や予防について調べたことを実生活に生かすことは大切だと考えている。しかし、事象に対して自分の考えをもったり、対話的な活動で考えを広げたりすることに難しさを感じている児童がいる。

##### (3) 学びに向かう力、人間性等

本単元の学習において、児童の日常生活との関連を図りながら、実感を伴った理解や生活習慣の改善につなげていくことは重要である。給食での様子や生活記録から、健康な生活を送るために何が大切か分かっても実際に行動したり習慣化したりすることは難しいと感じている。例えば、給食で野菜を残したり、つい夜更かしをしたり、運動を継続できなかつたりするなどがある。

#### 4 教師の指導観

##### (1) 知識

病気の起こり方には複数の要因が関連している場合があること、病原体や生活行動が主な要因となっている病気があること、喫煙・飲酒・薬物乱用が健康に及ぼす深刻な影響、病気を予防するために行われているさまざまな活動について理解できるようにする。

本時では、病気のリスクを高める可能性がある生活習慣の一つとして、食習慣を中心に上げる。数値化された成分表や農林水産省の資料を用いて調べる学習を通して、正しい知識を身に付けたり自分が意識したりすることで生活習慣を改善できることを実感できるようにする。

##### (2) 思考力、判断力、表現力等

病気の予防に関わる事象について課題を見出し、解決のために適切な方法を選択し、説明することができるようにする。

本時では、児童の食習慣に着目し、普段食べているおやつについて自身の生活行動を振り返る。自分が選んだ食品のエネルギーや含まれている糖分、脂肪分、塩分の量から改善点を見出すことができるようにする。また、実物を用いることで、実感をもって解決の方法を考えて表現することができるようにする。児童が選んだおやつに含まれるエネルギーを合計した数値と農林水産省から示された目安とを比較し、適切な間食のとり方、選び方、食べ方について気付いたことや考えたことについて説明できるようにする。

(3) 学びに向かう力、人間性等

現在の自分の生活習慣が今後の自分の健康維持につながることに気付き、進んで学習に取り組むことができるようにする。

本時では、生活習慣病を予防するための改善策や望ましい食習慣のあり方を見直す。事後の学習として、自分の食習慣について改善したいことを見つけて実践したいことを決め、行動した結果をワークシートに1週間程度記録する。自身の生活行動を振り返り、実践につながるようにする。

5 研究主題との関り

(1) 研究テーマ

心身ともに健康で、進んで運動に取り組む児童の育成  
～運動の楽しさや喜び、食の大切さを味わわせる実践～

(2) 目指す児童像

心身ともに健康で、食の大切さを考えられる子

〈手立て1〉 個別最適な学び・協働的な学びができる「教材・教具」の工夫

- ・自分の生活習慣や生活行動を振り返ることができるアンケート結果の提示
- ・実感を伴った思考や判断を可能にする実物（お菓子・飲み物）の活用
- ・健康の保持増進につながる取組の状況を記録するワークシートの活用
- ・選んだおやつを記録し比較するためのICTの活用
- ・生活習慣病が生活に及ぼす影響の大きさや切実感をもたせる資料の提示

〈手立て2〉 個別最適な学び・協働的な学びができる「教師のかかわり」の工夫

- ・直接的なかかわり...感じたことや意識したいことを言語化するための声かけ
- ・間接的なかかわり...児童同士の対話的な学びを促すグループ活動の設定  
農林水産省や厚生労働省で示されている定義や基準の提示

6 単元の目標

- (1) 病気の予防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) 病気を予防するために、課題を見つけ、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。 【思考力、判断力、表現力等】
- (3) 健康・安全の大切さに気付き、病気の予防についての学習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 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病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。	①病気の起こり方について、課題を見つけ、その解決に向けて考えている。	①健康・安全の大切さに気付き、病気の予防についての学習に進んで取り組もうとしている。
②病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入ることを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。	②感染症の予防について、課題を見つけ、その解決に向けて考えている。	
③むし歯や歯周病などの生活習慣病の予防には、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣	③生活習慣病を予防するために、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断して	

<p>を身に付ける必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>④心臓病、脳卒中などの生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑤喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑥地域では、保健に関わる様々な活動が行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>いるとともに、それを説明している。</p> <p>④喫煙、飲酒、薬物乱用の害と健康について、課題を見つけ、その解決に向けて考え、それを説明している。</p> <p>⑤地域の保健活動について、課題を見つけ、その解決に向けて考え、それを説明している。</p>
食育の視点に即した評価規準	
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ている。【心身の健康】	

#### 8 単元の指導と評価の計画（全8時間扱い）

時	学習のねらい・学習活動	知	思	態	評価方法
1	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わりあって起こることについて理解できるようにする。</li> <li>・病気の起こり方について、課題を見つけ、その解決に向けて考えることができるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 どのようなときにかぜをひくか話し合う。</li> <li>2 かぜなどの病気がどのように起こるのか整理する。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> <p>主たる学習内容（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気は、さまざまな要因が重なり合って起こること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>3 かぜ以外の病気についても要因を考えて話し合う。</li> <li>4 本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見付ける。</li> </ol>	①	①		発言の観察 ワークシート (授業後)
2	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入ることを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることについて理解できるようにする。</li> <li>・感染症の予防について、課題を見つけ、その解決に向けて考えることができるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 聞いたことやかかったことがある感染症を見つける。</li> <li>2 感染症を予防するにはどうすればよいか調べる。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> <p>主たる学習内容（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや体の抵抗力を高めることが必要であること。</li> </ul> </div>				

2	<p>3 感染症を予防する方法について考え、話し合う。</p> <p>4 本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見つける。</p>	②	②	<p>発言の観察 ワークシート (授業後)</p>
3	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯や歯周病などの生活習慣病の予防には、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要であることについて、理解できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <p>(授業外) 月例の歯みがきカラーテストを行い、記録する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 自分の歯や歯ぐき、口の中の状態を観察し、気付いたことを整理する。</li> <li>2 むし歯や歯周病の起こり方、症状、健康な生活への影響を調べる。</li> <li>3 むし歯や歯周病を予防するにはどうすればよいか調べる。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>主たる学習内容 (知識)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯や歯周病の予防には、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 自分の生活行動を改善するための対策を話し合う。</li> <li>5 本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見つける。</li> </ol>	③		<p>ワークシート (授業後)</p>
4	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・心臓病、脳卒中などの生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <p>(授業外) 睡眠、運動、食事、歯みがきなど日々の生活を記録する。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 「令和5年 患者調査の概況」の統計で急増している病気があることを知る。</li> <li>2 日本人の死因を調べ、上位を生活習慣病が占めていることに気付く。</li> <li>3 生活習慣病の起こり方、健康な生活への影響を調べる。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>主たる学習内容 (知識)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとることなど望ましい生活習慣を身につける必要があること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 自分の生活記録を見直し、気付いたことを整理する。</li> <li>5 本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見つける。</li> </ol>	④		<p>ワークシート (授業後)</p>

5 (本時)	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病を予防するために、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それを説明することができるようにする。</li> <li>健康・安全の大切さに気付き、病気の予防についての学習に進んで取り組むことができるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病には生活行動や生活習慣が深く関わっていることを確認する。</li> <li>食習慣に関する課題を解決していくことを確認する。</li> <li>1日分のおやつを選び、摂取量の目安と比較する。</li> <li>摂取量の目安に合ったおやつの食べ方を考える。</li> <li>1週間の目標を自己決定する。</li> <li>本時の学習を振り返る。</li> </ol>			③	発言の観察 ワークシート
6	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となることを理解できるようにする。</li> <li>薬物乱用の害と健康について、課題を見つけ、その解決に向けて考え、それを説明することができるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>標示の写真を見て気付いたことを話し合う。</li> <li>喫煙や飲酒によってすぐに体に現れる害を調べる。</li> <li>喫煙や飲酒を長期間続けた場合の健康な生活への影響について調べる。</li> </ol> <div data-bbox="229 1111 1031 1211" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>主たる学習内容（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙や飲酒は健康を損なう原因となること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>喫煙や飲酒について分かったことを踏まえ、20歳になった自分へのメッセージを書く。</li> <li>本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見つける。</li> </ol>			④  ⑤	発言の観察 ワークシート ワークシート (授業後)
7	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となることを理解できるようにする。</li> <li>健康・安全の大切さに気付き、病気の予防についての学習に進んで取り組むことができるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>薬物乱用防止に関する写真を見て、喫煙や飲酒の学習と比較して気付いたことを話し合う。</li> <li>薬物を乱用すると体に現れる害について調べる。</li> <li>薬物乱用が法律で厳しく禁止されていることを知る。</li> </ol> <div data-bbox="229 1789 1031 1890" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>主たる学習内容（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>薬物乱用は健康を損なう原因となること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>薬物乱用に関する自分の決意について説明する。</li> <li>本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見つける。</li> </ol>			⑤	①  観察 ワークシート (授業後)

8	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域では、保健に関わる様々な活動が行われていることを理解できるようにする。</li> <li>・地域の保健活動について、課題を見つけ、その解決に向けて考え、それを説明できるようにする。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 私たちの健康を守るために学校で行われている保健活動を調べる。</li> <li>2 地域で行われている保健活動を調べる。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>主たる学習内容（知識）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域では、保健に関わるさまざまな活動が行われていること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>3 保健活動の利用の目的や方法を調べる。</li> <li>4 本時の学習をまとめ、毎日の生活に生かせることを見つける。</li> </ol>	⑥	⑤	<p>観察 ワークシート (授業後)</p>
---	---	---	---	--------------------------------

9 本時の学習と指導（本時5／8時）

(1) ねらい

- 生活習慣病を予防するために、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それを説明することができるようにする。  
〈思考力、判断力、表現力等〉

(2) 資料及び準備するもの

ワークシート、掲示資料、大型テレビ、おやつ（お菓子、飲料）、電卓

(3) 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】

(4) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導 ◆評価規準）
導入 5分	1 生活習慣病について、前時までの学習を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活習慣病の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事など望ましい生活習慣を身に付ける必要があることを確認する。</li> <li>○生活習慣病はだれにでも起こる可能性があることを確認し、問題意識を高める。</li> </ul>
	2 本時の学習課題をつかむ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○生活習慣に関するアンケート結果を提示し、さまざまな生活習慣の中でも食習慣に着目して課題を解決していくことを確認する。</li> <li>○児童自身が選択しやすいおやつを中心に考えていくことを伝える。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【学習課題】 生活習慣病を予防するために今から取り組めることは何だろうか？</p> </div>
展開	<p>3 1日分のおやつを選び、摂取量の目安と比較する。</p> <p>(1) 1日に食べるおやつを選び、どのように選んだのか説明する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○2人組または3人組で活動する。</li> <li>○自分が選んだ1日分のおやつを写真で記録し、どのように選んだのか説明できるようにする。</li> </ul>

展開 35分	1日に食べるおやつを選びましょう。	<p>○農林水産省の資料を基におよつの目的を伝える。</p> <p>○栄養成分表示の中でも、熱量を目安に選ぶ方法があることを説明する。</p> <p>○厚生労働省が示す1日あたりのおよつの熱量の目安は200kcalであることを伝える。</p> <p>○厚生労働省が示す1日あたりの塩分摂取量の目安は男子が7g、女子が6.5gとされていることを伝える。</p> <p>○袋や箱に表示がない食品は栄養成分表示を添付し、調べやすいように補足しておく。</p> <p>○2人組または3人組で活動する。</p> <p>○熱量だけでなく、食べ方の工夫にも着目して考えることができるように助言する。</p>
	〈予想される児童の反応〉	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・甘いものがないな。</li> <li>・いつも炭酸飲料を飲むよ。</li> </ul>	
	(2) 選んだおよつの熱量を調べ、摂取量の目安と比較して気付いたことを共有する。	
	栄養成分表示を見てどのようなことに気付きましたか。	
	〈予想される児童の反応〉	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目安の200kcalを超えていた。</li> <li>・思ったより多くの塩分や糖分が含まれていた。</li> <li>・いろいろなおよつに糖分や脂肪分が含まれている。</li> </ul>	
	4 1日分のおよつを選び直し、どのようなことを考えたか説明する。	
	はじめに選んだおよつと比べてみましょう。選び直すとき、どんなことを考えましたか。	
	〈予想される児童の反応〉	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・1日で1袋食べると熱量が200kcalを超えてしまうので、半分に分けた。</li> <li>・同じ種類のおよつでも糖分が少ない方に変えた。</li> <li>・ペットボトル1本を飲み切るのではなくコップに注いで飲むようにした。</li> </ul>		
5 今後1週間で取り組みたいことを自己決定する。		
学習を踏まえて、今日から1週間取り組みたいことを決めましょう。		
〈予想される児童の反応〉		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・表示を見て200kcalを超えないようにおよつを選ぶ。</li> <li>・家族で分けたり日にちを分けたりして熱量を調整する。</li> </ul>		



○はじめと比較し、どのような視点で選び直したか説明できるようにする。

◆生活習慣病を予防するために、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それを説明している。  
(ワークシート・発言の観察)

**【思考・判断・表現】**


△「努力を要する」状況(C)と判断される児童への指導の手立て

- ・はじめに選んだときと変わった部分を聞き取り、課題を説明できるようにする。
- ◎「十分満足できる」状況(A)と判断される児童の具体的な姿
- ・およつの選び方や食べ方を振り返り、自分自身の食習慣における課題や解決方法を具体的に説明している。

○自身の食習慣について気付いたことを基に取り組みたいことを決め、ワークシートに記録できるようにする。

○目安を超えていたかどうかだけが生活習慣病に直結するとは限らないが、偏りのある食生活を続けることで生活習慣病のリスクが高まることを確認する。その際、自分の生活行動と結び付けて考えるように説明を補足する。

○前時までの学習内容や自身の生活行動と関連させながら改善点を見出し、具体的な目標設定ができるようにする。

整理 5分	6 本時の学習を振り返る。	<p>○本時の学習で分かったことや考えたことを振り返り、次時や今後の生活に生かすことができるようにする。</p> 
	<p>【本時の学習のキーワード】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇生活習慣病</li> <li>◇望ましい生活習慣</li> <li>◇おやつの選び方、食べ方</li> <li>◇熱量</li> <li>◇糖分、脂肪分、塩分</li> </ul>	

(6) 板書計画

病気の予防 生活習慣病の予防

【学習課題】 生活習慣病を予防するために今から取り組めることは何だろうか？

アンケート  
結果

- ・ 食事
- ・ 睡眠
- ・ 運動

- おやつ
  - 理想的な食事の間隔は4～5時間
  - 朝食 7:00
  - 昼食 12:00
  - 夕食 19:00
- 1日分のめやす
  - ・ 熱量 200kcal
  - ・ 糖分
  - ・ 脂肪分
  - ・ 塩分 1日6～7g
  - ※多くとり続けると  
病気のリスクが高まる
- おやつを選んでみよう
  - ・ 気付いたこと
- おやつを選び直してみよう
  - ・ 考えたこと
- 1週間取り組みたいこと
  - ・ 表示を見る  
→熱量が多すぎないようにする
  - ・ 日にちを分ける





## すずかけ学級 生活単元学習指導案

令和7年1月29日(水)	第5校時
在籍児童	7名
指導者	新井 泰子 関口 麻里
介助員	福田 敦子 野川 高美
活動場所	家庭科室

### 1 単元名 「冬の野菜を育てよう」 ～「おでん屋、開店します」～

### 2 単元について

#### (1) 学級及び児童の実態

すずかけ1組は、3名(男子2名 女子1名)の児童が在籍している知的障害特別支援学級である。男子は、穏やかではあるが、こだわりが強い児童もいる。女子は、感情の起伏が激しく生活や学習に影響を及ぼすことがある。また、すずかけ2組は、4名(男子2名 女子2名)の児童が在籍している自閉症・情緒障害特別支援学級である。それぞれに課題があり、個別の指導が必要である。6年生が1年生の面倒をよくみており異学年で学習する良さが出てきている。反面、1年生に注目していくと、自分の方に目を向けさせようと行動する児童もいる。異学年での学習の良さを生かした指導が必要であり、学習や生活の中で成長させたい部分である。

日常生活においては、自立している児童が多いが、身辺整理に課題を残す児童もおり、毎日の朝の会で確認し、なおすように心がけている。学習規律は、個人差が大きく、その時の気分が大きく左右されることがある。児童の特性もあるので、その都度支援をしている。コミュニケーションに関しては、毎日一緒に生活しているメンバーであれば、言葉を発し楽しく積極的に関わることができる。しかし、交流クラスの担任や友だち、あまり関わりがない先生などには、自分の意思を伝えることができない場合もある。今後、状況に応じて、人と関わり交流していく力を身に付けなければならない。

#### (2) 単元について

ここでは、冬の野菜の大根を育て、収穫した大根を調理し、おでん屋を開く。おでん屋では、接客をし、おでんを振る舞う。今回は、おでん屋を開き、人と関わることを中心にしているので、これからの社会生活に少しでも生かせるような、コミュニケーションの仕方を学び、人と関わることの良さを味わわせ、より良い人間関係作りを学ぶ経験をする。児童は、夏の野菜を育てようという単元で、各自が選んだ野菜を育てた。育て方を調べ、成長の様子をタブレットで撮影し観察を行った。冬の野菜では、全員、種から大根を育てる。夏の野菜で学習したことを生かし、より自分でどのように育てたらいいのか、考えながら活動できるようにする。「食べる」を通して学習するコミュニケーションスキルで社会性を高め、「食べるためには」労働を伴うことも重要であることが理解できるようにしたい。

#### (3) 指導・支援について

指導にあたっては、学習の見通しができるように、視覚的にとらえられるように計画表を示す。また、夏の野菜を育てようで学習したことが生かせるように、その都度比較しながら学習を進めていくようにする。

夏の野菜を育てようでは、教科的な学習「国語」を計画の中に組み入れ、俳句や絵手紙を書いたので、今回も単元計画の中に組み入れる。実際に体験したり、目の前で触ったりすることができるので、効果的であると思われる。また、おでん屋では、話し合いによって、飾りつけなど必要になってくる。児童と話し合って必要なものを準備し、学習しやすい環境を整えていく。さらに、高学年の児童もいるので、学年に応じた学習内容も考えて計画を立てていく。児童が、楽しい、やってみたくと思えるように支援していきたい。また、活動していく中で、本来の目標である人と関わることに、自分からやろうとする態度が育めるようにしたい。

### 3 単元目標

- 冬の野菜を育てることができる。
- 自分たちで育てた野菜を収穫する喜びや調理することの楽しさを味わうことができる。
- おでん屋を開き、お客さんと交流することができる。

### 4 研究主題との関り

#### (1) 研究テーマ

心身ともに健康で、進んで運動に取り組む児童の育成  
～運動の楽しさや喜び、食の大切さを味わわせる実践～

#### (2) 目指す児童像

心身ともに健康で食の大切さを考えられる子

##### 〈手立て1〉個別最適な学び・協働的な学びができる「教材・教具」の工夫

- ・児童が見通しをもって活動できる指導計画の提示
- ・一人でできる教材、少し頑張ればできる教材を組み合わせ活用
- ・夏の野菜を育てようの単元で、制作した作品の掲示（俳句・短歌など）
- ・冬の野菜を育てようの単元で、制作した作品の掲示（俳句・絵手紙）
- ・振り返りができるワークシートの活用

##### 〈手立て2〉個別最適な学び・協働的な学びができる「教師のかかわり」の工夫

- ・直接的なかかわり…意欲が継続するような言葉かけ
- ・間接的なかかわり…他者とのかかわりがもてる場の設定

### 5 指導計画

時	学 習 内 容	ね ら い
1	オリエンテーション	・生活単元でどのようなことをするか、見通しをもって取り組むことができる。
2 3	大根を観察したり、食べたりしてみよう。 (調理実習)	・実際の大根を用意し、さわったり、持ったり、食べたりしてこれから、おでん屋で作る大根がどのようなものかわかる。
4	大根を食べてみて、感想を書こう。	・大根に触れて、食べて感想を書くことができる。
5	大根の育て方を調べよう。	・タブレットや本などで、大根の育て方を調べることができる。
6	大根の種をまこう。 観察記録を書こう。 タブレットで写真に撮ろう	・大根の種を観察した後、大根の種をまき、観察記録を書くことができる。 ・タブレットで植えた様子を写真に撮ることができる。
○	学年園の手入れをしよう。	・当番を決めて水やりをする。
7	大根の観察記録を書こう	・種をまいた後、定期的にタブレットで写真を取り観察記録を書くことができる。
○	大根の成長の様子を俳句に書こう。	・大根の成長に伴い、感動を言葉に表す。
8	おでん屋の店を開く計画を立てよう。	・店には、どんな物があるか話し合いができる。 (机、いす、のれん、お皿、はしなど) ・どのような物が必要か、話し合いができる。
○	大人が好きな、おでんの具のアンケートをとろう。	・おでん屋を開くために、どんな具が好きか調べてまとめられる。
9	まびきをしよう。	・まびきしていない昨年度の写真を見て、まびきすることが大切であることを理解し、作業することができる。

10 11	のれんを作るために、玉ねぎ染めをしよう。	・手順を理解し、安全に作業を進めることができる。
○	学年園の手入れをしよう。(まびき二回目)	・苗を傷つけないように、丁寧に作業する。
12	おでん屋に必要なものや飾りをつくろう。	・店に必要なもの、各自が考えたお店の飾りを、友だちと協力して製作することができる。
13	おでんの作り方を調べよう。	・おでんの作り方が理解できる。 (高学年の児童には、簡単にできそうな大根の料理を調べさせる。)
14	おでん屋での分担を決めて、練習をしよう。	・自分の分担を理解し、各自で練習ができる。
15	大根の収穫をしよう。	・大根を傷つけないように、丁寧に作業ができる。
○	大根の収穫の様子を俳句に書こう。 絵手紙を描こう。	・収穫の喜びを、絵や言葉に表すことができる。
16	おでん屋での活動のめあてを考えよう。	・自分の役割をどのように進めるか、教師と一緒に考えカードに記入することができる。
17 18 19	店の設営をしよう。 収穫した大根を使っておでんを作ろう。 おでん屋を開店しよう。(本時)	・友だちと協力して、店を設営することができる。 ・手順を理解して、安全に作業を進めることができる。 ・友だちと協力して、自分の役割を果たすことができる。
20	振り返りをしよう。	・おでん屋での活動を振り返り、経験したことやその時の気持ちを絵、言葉、写真でまとめられる。

生活単元「冬の野菜を育てよう」育てた大根を収穫して「おでん屋」を開店する。

教科別の指導「国語」で、俳句で表現したり、アンケートを作ったり、おでん屋を開店したときに人と関わる表現の仕方を練習する。

## 6 本時の学習指導 (本時 19/20 時)

### (1) 共通目標

○おでん屋での自分の役割をしっかり果たし、積極的にコミュニケーションを図ろうとする。

<学びに向かう力,人間性等>

### (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】

### (3) 児童の実態と個人目標

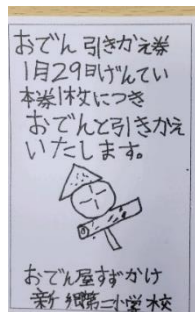
	実 態	個人目標
A	・食にむらがあり、好きなものはよく食べる。作業にもむらがあり、取りかかりは良いが飽きてしまい、継続しない。	・おでん屋での自分の役割を最後までやりきることができる。
B	・何でも意欲をもって活動することができる。好き嫌いがなく、給食も自分で作ったものも、残さず食べることができる。	・おでん屋での役割を果たす時、自分から進んで活動できる。
C	・食に関してあまり興味がなく、給食も食べるものが限定されている。収穫したものを調理して食べる学習では、興味をもって取り組むが実際に食べることができないことが多い。大根は、苦手である。	・一人では、できないことが多いが、同学年が関わると意欲的にできることがあるので、同学年児童と一緒におでん屋の活動ができる。

D	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作物を育てるための知識がある。また、育てた野菜の収穫を一生懸命行っていた。観察力があり他と比べたり自分なりの発見をしたりしている。切り替えが難しく、自分の興味から離れられない時がある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日常と違う状況があると、恥ずかしくて隠れしまうので、今回は、おでん屋での役割が上級生と一緒にできる。</li> </ul>
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作業を一生懸命に行い、毎日の水やりも一生懸命行っていた。収穫したものを、大切に作る姿も見られる。収穫した作物を調理する際は、毎回楽しみにしており取り組みも意欲的である。小さな失敗で、活動ができなくなってしまうことがあるので、常に配慮していきたい。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・同学年児童と一緒に、楽しくおでん屋の活動ができる。</li> </ul>
F	<ul style="list-style-type: none"> <li>・土をいじることをあまり好まず、作業も消極的である。調理実習も「怖い」と言いつつ楽しく行っている。好き嫌いなく、何でも食べることができる。お店屋さんごっこのようなコミュニケーションの力はあるが、一方的である。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友だちと、協力して自分の役割を果たす。自分だけでなく、周囲の状況を考えて、活動できる。</li> </ul>
G	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作業を嫌がらずいつも一生懸命行う。調理実習が好きで、いつも楽しく活動している。人当たりが良く友だちとの関わりも多い。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・下の学年と一緒に、おでん屋の活動ができるようにする。その際、周囲の様子を見て、係のお手伝いなど、自分で考えて活動できる。</li> </ul>

#### (4) 展開

時間	学習内容	○児童の活動 □指導者の主な指示、発問等 ※指導の手だて *評価の観点	資料等
5分	1 はじめのあいさつをする。 2 本時の学習内容を知る。 3 役割を確認する。	○日直のあいさつで授業を始める。 ※踵と手の位置、タイミングを意識するように声がけをする。 □授業の流れを説明する。 ・授業の流れを提示し、見通しをもたせる。 □本時の役割を確認する。 ・交換券配布 ・受付 ・配膳 ・ウェイター・ウェイトレス	・タイムテーブル ・分担表 ・教室環境図 ・看板
25分	4 おでん屋を開店する。  5 おでん屋を閉店する。 	○自分の役割に従って活動する。 ※指導者も分担し、児童がスムーズに活動できるように、また、安全に進めることができるように支援を行う。 ※一人で判断して、活動できない場面があれば一緒に行うようにする。 *役割を理解し、一生懸命取り組んでいるか。  ○営業中の看板から準備中の看板にかえる。(担当児童) ※タイミングを見て、声をかける。	・看板

10分	6 片付けをする。	○協力して、使った物を片付ける。 ※手順が分からない児童もいるので、一人一人に声をかけ、自分の分担は最後まで片付けができるようにする。	
5分	7 学習のまとめをして次時の確認をする。  8 終わりのあいさつをする。	□今日まで、頑張った感想を伝える。 ○自分のめあてについて、振り返りを発表する。 ※一人一人の児童の良くできたところを称賛(評価)する。 □次回は、絵、文、写真を使ってまとめをすることを伝える。 ○日直のあいさつで、終わりにする。 ※姿勢を意識して立つように声をかける。	



## 7 評価

### (1) 共通目標に係る評価

○自分の役割を果たし、コミュニケーションを図ることができたか。

### (2) 個人目標に係る評価

	評 価
A	・おでん屋での自分の役割を最後までやりきることができたか。
B	・おでん屋での役割を果たす時、自分から進んで活動できたか。
C	・一人では、できないことが多いが、同学年が関わると意欲的にできることがあるので、同学年と一緒におでん屋の活動ができたか。
D	・日常と違う状況があると、恥ずかしがって隠れしまうので、今回は、おでん屋での役割が上の学年の児童と一緒に行動できたか。
E	・同学年と一緒に、楽しくおでん屋の活動ができたか。
F	・友だちと、協力して自分の役割を果たし、自分だけでなく、周囲の状況を考えて、活動できたか。
G	・下の学年児童と一緒に、おでん屋の活動ができ、その際、周囲の様子を見て、係のお手伝いなど、自分で考えて活動できたか。





埼玉県マスコット「コバトン」「さいたまっち」

令和6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

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7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