



令和2年度

埼玉県小・中学校食育指導力向上  
授業研究協議会 学習指導案集



埼玉県マスコット「コバトン」&「さいたまっち」



埼玉県マスコット「コバトン」&「さいたまっち」

埼玉県教育委員会

# は じ め に

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

学校における食育は、各学校において食に関する指導の目標や具体的な取組について共通理解を図り、給食の時間を中心に、各教科等での指導を相互に関連させ、学校教育活動全体で推進することが大切です。また、栄養教諭や養護教諭等の専門性を生かすなど教職員間の連携に努めることも重要です。

そのような中、県では、学校における食に関する指導の普及・充実に向け、「埼玉県小・中学校食育指導力向上授業研究協議会」を毎年実施しているところです。本年度は、県内4教育事務所管内の5校において合計15の公開授業を実施していただきました。

今年度は、新型コロナウイルスの影響により、公開対象地域や各学校からの参加人数を制限したり、校内のみでの研究協議会としたりし、例年どおりの開催とはいきませんでした。しかし、どの会場校においても、校長先生のリーダーシップのもと、校内の推進体制を整え、新型コロナウイルス禍における「新しい生活様式」に対応しながら、食育を推進していただきました。各会場校の取組から、改めて、食育の推進における校内の連携、家庭や地域との連携の大切さを実感することができました。

こうした素晴らしい取組を県内に広く発信するため、このたび、各会場校で公開された授業の指導案をまとめ、ここに刊行いたしました。

本年度は、食に関する指導の中心である「体育（保健体育）」、「家庭（技術・家庭）」、「特別活動（学級活動）」の3つの教科領域に加え、「総合的な学習の時間」、「生活科」の分野において、また特別支援学級においても授業を実施していただきました。本書では、各会場校が実施した、学校給食を生きた教材として効果的に活用した授業や教職員間の連携を図った授業を多く紹介しております。各学校におかれましては、本書を参考にいただき、校内研究の推進に役立てていただければ幸いです。

なお、本協議会は、埼玉県教育委員会、埼玉県学校食育研究会及び埼玉県学校栄養士研究会が主催しております。この場をお借りして、関係された方々、特に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御礼申し上げます。

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

令和3年3月

埼玉県教育局県立学校部参事兼保健体育課長  
伊 藤 治 也

# 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)	朝霞市立朝霞第三小学校	
	研究の取組について	…… 5
	食べ物のはたらきを知ろう (第2学年 特別活動)	…… 6
	くふうしよう おいしい食事 (第6学年 家庭科)	…… 9
	めざせ!おはし名人 (そらまめ学級 特別活動)	……12
(2)	伊奈町立南小学校	
	食に関する指導 全体計画	……17
	さつまいもパーティーをしよう (第2学年 生活科)	……18
	よりよい発育・発達のために (第4学年 体育科)	……21
	くふうしよう おいしい食事 (第6学年 家庭科)	……24
(3)	川越市立高階南小学校	
	研究の構想	……27
	かんしゃして たべよう (第1学年 特別活動)	……28
	体の発育・発達 (第4学年 体育科)	……31
	くふうしよう おいしい食事～マイメニュー～ (第6学年 家庭科)	……34
(4)	深谷市立常盤小学校	
	研究の構想	……37
	野さい王国 深谷 (第3学年 総合的な学習の時間)	……38
	深谷の食文化 (第4学年 総合的な学習の時間)	……41
	深谷駅の駅弁をつくろう! ～地産地消を意識した魅力のある献立づくり～ (第6学年 総合的な学習の時間)	……44
(5)	久喜市立菖蒲小学校	
	はしの使い方名人になろう (第3学年 特別活動)	……49
	けがの予防 (第5学年 体育科)	……52
	健康と命の大切さ (第6学年 体育科)	……55

# 1 会場校一覧

## 会場校及び公開授業

- ① 朝霞市立朝霞第三小学校 令和3年1月22日(金)  
研究主題 「生き生きと学ぶ児童の育成」

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
2年1組	特別活動	食べ物のはたらきを知ろう	教諭・林 知宏 栄養技師・柘植 仁美	教室
6年1組	家庭科	くふうしよう おいしい食事	教諭・須藤 悠樹 栄養教諭・日辻 万里子	教室
そらまめ 学級	特別活動	めざせ！おはし名人	教諭・小林 久美子 教諭・水澤 直子	教室

- ② 伊奈町立南小学校 令和2年10月22日(木)  
研究主題 「豊かで望ましい食習慣と好ましい人間関係を育てる食育指導」

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
2年3組	生活科	さつまいもパーティーをしよう	教諭・宮岡 一波 第2学年保護者様	家庭科室
4年2組	体育科 (保健)	よりよい発育・発達のために	教諭・小泉 亜弓 雪印メグミルク様	ポプラ ルーム
6年3組	家庭科	くふうしよう おいしい食事	教諭・古屋 香奈 栄養教諭・鶴野 裕美	教室

- ③ 川越市立高階南小学校 令和3年1月19日(火)  
研究主題 「自分の考えを持ち、かしく・やさしく・たくましく生きる児童の育成」

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
1年1組	特別活動	かんしゃしてたべよう	教諭・塩野 祥子 栄養教諭・橋村 里菜	教室
4年1組	体育科 (保健)	体の発育・発達	教諭・佐々木知美 養護教諭・多田 好花	教室
6年1組	家庭	くふうしよう おいしい食事 ～マイメニュー～	教諭・熊澤 美和	教室

- ④ 深谷市立常盤小学校 令和2年11月18日(水)  
研究主題 「生きる力と夢見る力をはぐくむ食に関する指導の研究」  
～東都大・JAと連携した取組～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
3年3組	総合的な学習 の時間	野さい王国 深谷	教諭・吉川 優人	教室
4年1組 4年2組 4年3組	総合的な学習 の時間	深谷の食文化	教諭・市川 健太 教諭・吉橋 江里 教諭・渡辺 碧	体育館
6年1組	総合的な学習 の時間	深谷駅の駅弁をつくろう！ ～地産地消を意識した魅力のある献立づくり～	教諭・渡辺 光弥 栄養教諭・加藤 照美	教室

- ⑤ 久喜市立菖蒲小学校 令和2年11月13日(金)  
研究主題 「いのちの大切さを実感し、たくましく生きる児童の育成」  
～自分の考えをもち、伝え合う児童の育成を通して～

年組	教科・領域	題材名	職名・授業者	会場
3年1組	特別活動	はしの使い方名人になろう	教諭・山内 俊治 栄養教諭・増田 香織	大多目的室
5年1組	体育科 (保健)	けがの予防	教諭・池田 法子	教室
6年1組	体育科 (保健)	健康と命の大切さ	教諭・横田 陽花 養護教諭・金子 香織	教室

## 2 食に関する指導の目標・食育の視点・食に関する指導の内容

### 食に関する指導の目標

(知識・技能)

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

(思考力・判断力・表現力等)

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

(学びに向かう力・人間性等)

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

### 食育の視点

#### 食事の重要性

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。

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

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

#### 心身の健康

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

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

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

## 食品を選択する能力

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

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

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

## 感謝の心

食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。

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

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

## 社会性

食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。

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

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

## 食文化

各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

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

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

## 食に関する指導の内容の三体系

### ○教科等における食に関する指導

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

### ○給食の時間における食に関する指導

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

### ○個別的な相談指導

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

# 朝霞市立朝霞第三小学校



2021年埼玉誕生150周年



## 【朝霞市立朝霞第三小学校 研究の取組について】

### 1 食育推進組織「朝霞第三小学校食育推進委員会」

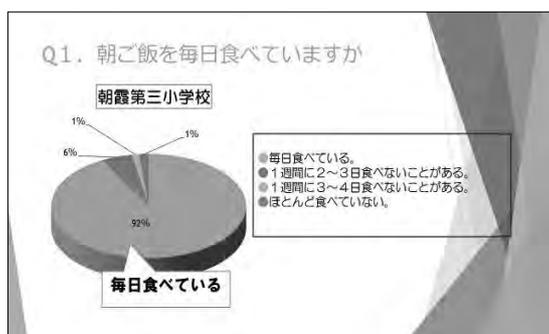
- ・委員長：校長 副委員長：教頭
  - ・委員：栄養士、主幹教諭、教務主任、保健主事、養護教諭、給食（食育）主任、体育主任、学級担任
- ※必要に応じて、保護者代表、学校医・学校歯科医・学校薬剤師が参加

### 2 「食に関するアンケート調査」に見る児童の実態

平成31年度全国学力・学習状況調査での全国の小学校6年生が「毎日朝ごはんを食べているか」の結果によると、毎日食べる児童は86.7%となっている。本校の場合、毎日食べる児童は92%であり、全国平均と比べると高い数値が出ている。一方で、朝食をほとんど食べていない、または食べないことがある児童もいることが分かった（図1）。朝食がもたらす心身の健康を考えれば、朝食を食べないということは、学習活動への集中力や生活面での我慢強さの低下など、学力向上や体力向上を妨げる要因であることはすでに指摘されているところである。ところで、児童にとって朝の食習慣を健全なものにするためには家庭の協力が欠かせない。PTAや学校保健委員会と連携して、給食試食会や親子料理教室などを通して家庭での食育の大切さについて理解を広げていきたい。

また、朝食の内容（図2）については、主食のみや主食と汁物のみを食べる児童が多く、主食・主菜・副菜・汁物をバランスよく食べている児童は全体の12%という結果であった。児童の体調の維持や集中力を高めるためにも、バランスの良い食事は大切である。理想的な食事内容について、児童自身が主体的に学ぶ機会を設けて、生きる力を育む食に関する知識技能を身につけさせ、実際の食生活に活用させていきたい。こうしたことを踏まえ、望ましい食習慣の形成を図るための授業研究を推進していきたい。

〈図1〉



〈図2〉



### 3 食に関する指導

栄養教諭等と連携した食に関する指導例			各教科・領域による食に関する指導例		
学年	教科領域	単元名・題材名			
1年生	学級活動	目指せ！おはし名人	2年生	生活科「野菜を育てよう」学校農園での野菜作り	
2年生	学級活動	食べ物のはたらきを知ろう		地元の学校給食センター見学	
3年生	学級活動	好き嫌いなく食べよう		5年生	総合的な学習の時間「米作りのひみつを調べよう」にて農家の方の指導を受けて米作り体験
4年生	学級活動	おなかをすっきりさせよう	特別支援		生活科「野菜を育てよう」にて野菜作りと収穫後の調理実習
5年生	家庭科	元気な毎日と食べ物			
6年生	家庭科	1食分の献立を考えよう			
特別支援	学級活動	食べ物のはたらきを知ろう			

### 4 成果（◎）と課題（●）

- ◎年間計画の中で、学年ごとの発達段階に応じた内容で食に関する指導を実施することが職員の意識の中でも明確になった。学年を重ねるごとに、食べ物の働きや栄養についての理解が深められている。
- ◎準備・後片付けを含んだ給食指導により、児童が定刻通り協力して給食の配膳を行うことで、協調性や社会性が育成されている。
- ◎児童の主体的な学習により、食べ物の働きや栄養についての健康の大切さを習得し、望ましい食習慣を身につけることにつながることができた。今後も、担任、栄養士、養護教諭などさまざまな職員による継続的な指導が必要である。
- 朝食の調査について、欠食している実態に対し、栄養バランスの良い食事を考えて食べることの大切さを指導し、食生活の改善につなげたい。
- 児童自ら食生活に対して振り返り、課題に対して自ら改善するよう指導を継続していくことが大切である。
- 食に関する正しい知識と判断力を身につけるためには、家庭における連携が必要である。

## 第2学年1組学級活動学習指導案

令和3年 1月22日(金) 第5校時  
 場所 第2学年1組 児童数28名  
 指導者 T1 教諭 林 知宏  
 T2 栄養技師 柘植 仁美

1 題材名「食べ物のはたらきを知ろう」 内容 学級活動(2)エ

2 児童の実態と題材設定の理由

(1) 児童観

本学級では、外で元気に遊んだり、意欲的に学習に取り組んだりする児童が多い。給食の時間が近づくと、「早く給食が食べたい」と呟き、献立表を覗いている場面も多く見られる。2学期には、生活科の町探検(給食センター)を通して給食ができる過程を学習した。しかし、給食の様子を見ていると、苦手なものが多く完食できない児童が見受けられる。また、事前に実施したアンケートから、「おなかが痛くなることもある。」「朝起きることが苦手だ。」という項目に「はい」と答えた児童が多く、日常生活で体調に不安を感じていることも分かった。

(2) 題材観

食生活において偏食が続くと、近年増加している生活習慣病になる心配がある。いつまでも健康な体でいるためにも、食べ物の働きを知りバランスよく食べるという意識をもたせることが大切と考え、本題材を設定した。

(3) 指導観

体に必要な栄養素の種類とその主な働きについては、名称や働き方を知るだけでなく、体に必要な栄養素を毎日の食事によってとっていることに気づかせ、栄養を考えて食事をとることの大切さを理解させたい。また、栄養技師とのTTによる指導の工夫としてペーパーサートの技法を使い、視覚的にも分かりやすい方法で楽しく学習させていながら、自分自身の食習慣を振り返らせていきたい。

3 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
バランスよく食べることで、元気な体が作られることが分かる。	バランスよく何でも食べるためのめあてを考え、給食を残さず食べようとしている。	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もうとしている。

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)
・題材を知る。 ・アンケートに答える。	・問題意識を高められるよう、事前に予告しておく。 ・アンケートを実施し、学級の実態を把握する。	◎アンケートを通して、これまでの給食の食べ方を振り返ろうとしている。 【態】(アンケート)

5 食育の視点

- 食べ物に興味関心をもつ。(食事の重要性)
- バランスよく食べようとする。(心身の健康)

6 本時のねらい

食べ物の3つの働きを知り、バランスよく食べる意欲を育てる。

7 展開 (1/1時間)

段階	児童の活動	指導上の留意点		教材・資料	◎目指す児童の姿 【観点】(評価方法)
		T 1 (学級担任)	T 2 (栄養技師)		
導入 8分・つかむ	1 毎日食べている給食について振り返り、学習のめあてを知る。 ・おいしい ・残さず食べている ・苦手なものは残しがち	・アンケート結果から、自身の健康状態についても確認する。	・給食が残っていて、悲しいことを伝える。元気な体を作れないことを知らせ、めあてにつなげる。	・給食の残菜写真	
	2 寸劇「3つの国の健康会議」を聞く。	・アンケート結果から、自身の健康状態についても確認する。	・給食が残っていて、悲しいことを伝える。元気な体を作れないことを知らせ、めあてにつなげる。		
展開 30分・①さぐる	3 食べ物の3つの働き(赤、黄、緑)を知る。 	・それぞれの国の紹介が終わった所で動画を止め、働きを確認する。	元気な体を作る食べ方を考えよう	・給食の残菜写真	
	4 偏った食べ方をしているとどうなるかを知る。 	・動画の続きを流す。	・給食が残っていて、悲しいことを伝える。元気な体を作れないことを知らせ、めあてにつなげる。		
②見付ける	5 自分の国のものばかり食べているレンジャー達にどうすればよいか教えてあげたいことを発表する。 ・食べ物を交換する。 ・国を合わせる。	・健康のためには3つの働きの食品を食べることが大切であることをおさえる。 ・発表した内容を取り入れ、寸劇の続きを行い、3つの国が健康で長生きできるようになったことを実感させる。	栄養技師：博士役  黄 ・頭の働きが良くなる。 ・力が出る。 赤 ・丈夫な骨や筋肉ができる。 緑 ・うんちがでる。 ・病気になりにくい。  ・自分の国の物だけを食べているとどうなるのかを振り返る。 [黄だけ] ・腸にうんちがたまる。 ・骨が弱い。 [赤だけ] ・腸にうんちがたまる。 ・疲れやすい。 [緑だけ] ・骨が弱い。 ・疲れやすい。	・ペープサート ・3つの国の絵 ・写真・絵 【きれいな腸ときたない腸】 ・健康な骨、骨粗しょう症の写真	◎バランスよく食べることで、元気な体を作られることが分かる。 【知識・技能】

ま と め 7 分 ・ 決 め る	6 昨日の給食に入っている材料について知り、給食には、3つの働きがそろっていることを知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物の色がどのように分けられているのか確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品を紹介する。</li> <li>・給食には、3つの働きがそろっていることをおさえる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昨日の給食の写真</li> <li>・食品カード</li> </ul>	◎バランスよく何でも食べるためのめあてを考え、給食を残さず食べようとしている。 <b>【思考・判断・表現】</b> (ワークシート・発言)
	7 3つの色の食べ物とその働きを線で結ぶ。		<ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物の色で3色に分かれているのではないことをおさえる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート②</li> </ul>	
	8 授業で分かったことや、バランスよく何でも食べるためのめあてを考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・苦手な食べ物を少しでも食べられるようにするために自分ができていることを考え、ワークシートに記入させる。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート③</li> </ul>	

### 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>・給食時、食べ物の働きを確認する。</li> <li>・達成できたことやできなかったことなどをワークシートで振り返り、反省を生かして継続的に取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目標達成に向けて最後まで粘り強く取り組めるよう、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。 <b>【態】</b> (学習カード・観察)

### 9 板書計画

元気な体を作る食べ方を考えよう

きいろ 風景の絵 食品の絵 食品の絵 自分のものばかり食べていると きれいな腸の写真	あか 風景の絵 食品の絵 食品の絵 自分のものばかり食べていると きたない腸の写真	みどり 風景の絵 食品の絵 食品の絵 自分のものばかり食べていると 健康な骨と骨粗しょう症の骨の写真	大臣たちに教えてあげよう …… 残菜写真
---	--	---	----------------------------

・ホワイトボード

## 第6学年1組 家庭科学習指導案

令和3年1月22日（金） 第5校時  
 場所 第6学年1組 児童数29名  
 指導者 T1 教諭 須藤 悠樹  
 指導者 T2 栄養教諭 日辻 万里子

1 題材名 くふうしよう おいしい食事 内容B（3）ア・イ

### 2 児童の実態と題材設定の理由

#### （1）児童観

本学級の児童に家庭科についてアンケートを実施したところ、「家庭科の授業についてどう感じるか」という設問に対しては「好き」18%、「どちらかというが好き」46%、「どちらかというが苦手」22%、「苦手」14%となり、64%が好意的という結果になった。好きな理由としては「調理実習が楽しい」を過半数が挙げている。また、苦手と答えた理由としては「ミシン・手芸が苦手」という回答が過半数となり、苦手と答えた児童の中には、調理に関わる内容については苦手意識を持たない児童も多いと考えられる。今年度初めの休校期間中の課題として、家庭で調理を行うという課題を出したところ、保護者の協力のもと様々な調理に挑戦することができた児童が多く、調理について関心が高い児童が多いと考えられる。

#### （2）題材観

2年間の家庭科の食領域の学習を生かし、1食分の食事について考え、献立を作り、計画を立てた食事を整え、楽しく調和の取れた食事のとり方が分かることを目標に題材を設定した。1食分の食事を考えるにあたり、毎日食べている給食は、栄養バランスや旬の食材、彩り、伝統行事、調理法など考えて作られていることを知り、給食だけでなく今後の食生活にも関心を持ち食事を大切にする態度を育てるために本題材を設定した。

#### （3）指導観

本学級の児童はアンケートから調理や食に関する内容について高い興味を持っていることが分かった。そのため、普段から食材や料理について調べたり発表したりする機会を設けて、その意欲を高められるようにする。また、本校の栄養技師とも協力して季節の特色のある給食や食材の紹介や掲示を行い、普段から給食について意識する下地を作れるようにする。本研究授業においては、それらを生かして自分達で栄養バランスや旬の食材、彩り等を活かした給食の献立を考えられるように指導をしていく。また、意識して献立を考え、思考を深められるようにするために付箋やワークシートなどを活用して指導をしていきたい。

### 3 題材の目標・評価規準

#### （1）題材の目標

- 栄養のバランスを中心に、1食分の献立を考えることができる。 【知識・技能】
- 身近な食品を用いて調理計画を立て、ゆでたりいためたりして調理の仕方について考え、工夫している。 【思考・判断・表現】
- 日常とっている食事に関心を持ち、食事の役割を考えて、食事を大切にしようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】

#### （2）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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日の食事に関心を持ち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。</li> <li>・身近な食品を使っておかずをつくらうとしている。</li> <li>・食事の役割を考え、食事を大切にしようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯とみそ汁を中心とした3つのグループの食品のそろった1食分の献立について問題を見いだして課題を設定している。</li> <li>・材料や目的に応じたゆで方やいため方について、さまざまな解決方法を考え、工夫している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日の食事に関心を持ち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。</li> <li>・身近な食品を使っておかずをつくらうとしている。</li> <li>・食事の役割を考え、食事を大切にしようとしている。</li> </ul>

4 題材の指導計画

小題材名	時間	主な学習内容
1 バランスのよい献立を考えよう	1	自分の食生活を振り返り、食事について考える。
	1	夢の献立を考える。
	2 (本時 2/2)	献立の立て方を知り、バランスのよい給食の献立を考える。
	1	家族のための1食分の献立を考える。
2 身近な食品でおかずをつくろう	3	調理計画を立てる。
	2	調理実習を行う。
	1	調理実習の振り返りをし、家庭の実践につなげる。
3 楽しくおいしい食事をくふうしよう	1	家族との食事を楽しくする方法を考える。

5 本時の学習 (本時 4 / 1 2)

(1) 目標

栄養のバランスを意識した1食分の献立を考えることができる。 【思考・判断・表現】

(2) 食育の視点

食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。(食事の重要性)

(3) 展開

段階	学習内容 ・学習活動	○指導上の留意点	【】 指導の観点 ◇ 評価方法 ◇ 評価規準	資料
つかむ 4分	1 前時の学習内容を振り返る。 ・第2時で考えた「夢の献立」のプリントを見る。	○初めの献立はどうだったか、栄養のバランスはどうだったかを考えさせる。 ○前時に教わった、献立を考えるときの大切なことを振り返る。 ・五大栄養素 ・季節感(旬) ・彩り ・材料費 など 児童から出なかったものは栄養教諭が補足する。		ワークシート
深める 3分	2 学習課題を設定する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;">栄養のバランスを意識して1食分の献立を考えよう。</div> ・給食の献立を作る上で気をつけなければならないことについて確認する。 	○栄養教諭から聞いた栄養バランス、旬の食材、彩り、作業時間などを思い出させる。  ○考えた献立が5月の給食に採用されるかもしれないことを知らせ、意欲づけをする。	【思考・判断・表現】 (観察、ワークシート) ◇栄養バランスと旬の食材、彩り、などを考えて献立を立てている。	給食の写真  ワークシート  ふせん

<p>生 か す 3 3 分</p> <p>ま と め 5 分</p>	<p>3 班ごとに1食分の献立を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・献立の絵、五大栄養素、工夫ポイントをプリントにかく。</li> </ul> <p>4 班ごとに発表し、栄養教諭にアドバイスしてもらおう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・献立、栄養バランス、工夫したことの順に発表する。</li> </ul>  <p>5 本時の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・今日の学習で気づいたことや生かしたいことをワークシートに記入する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○前時に個人で考えた主菜、副菜、汁物を持ち寄り、組み合わせを考えさせる。</li> <li>・前時に各自でふせんに料理を書いておく。</li> <li>○プリントの説明をする。</li> <li>・食材プリントは書き込みをしてよい。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>○各班が栄養バランス、旬の食材、彩りなどを考えて献立を立てているか留意し発表させる。</li> <li>○栄養バランスなど工夫していることを評価、助言する。</li> </ul> 	<p><u>A評価の児童</u> 栄養バランスがよく、給食を作る上での工夫を2つ以上入れて献立を考えている。</p> <p><u>C評価の児童</u> 給食を作る上での工夫が考えられていない児童には、担任や栄養教諭から助言を行う。</p>	<p>5月が旬の食品表 埼玉県の特産品の表</p> <p>ワークシート</p>
---	---	---	---	---

## 6 板書計画

<p>1月22日 くふうしようおいしい食事</p>		
<p>① 栄養バランスを意識して1食分の献立を考えよう。</p>	<p>給食の写真</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・五大栄養素</li> <li>・彩り</li> <li>・季節感（旬）</li> <li>・材料費</li> </ul> <p>など</p>
<p>各班で考えた献立</p>		

大型テレビを使用し、班で書いたワークシートを映す。

そらまめ学級（知的障害） 特別活動（学級活動）指導案

令和3年1月22日（金）第5校時  
 場所 そらまめ2組 児童数 6名  
 指導者 T1学級担任 小林 久美子  
 T2教諭 水澤 直子

1 題材名 「めざせ！おはし名人」

2 題材設定の理由

(1) 児童の実態

本学級は、3年男子2名、4年男子2名、5年男子1名、6年女子1名の6名が在籍している知的障害特別支援学級である。着替えや排泄、食事など、身の回りのことは概ね自分でできている。給食も、食器やおかず容器の運搬、盛り付けや配膳を自分たちで行っている。体幹が弱く姿勢が崩れやすい児童もいるが、日常生活に必要な動きは概ね身につけている児童が多い。毎日の給食では、箸を使って食べているが、ご飯粒を茶碗に残さず食べようとして、時折スプーンを使いたがる児童や、おかずの種類によっては、うまく箸でつまめずこぼしてしまったり、口を器に寄せてしまったりする児童もみられる。

上記の実態や、将来的に会食の場を体験するであろうことを想定し、箸の上手な使い方や、食事の所作を身に付けさせたいと思い、本題材を設定した。

(2) 題材観

最近、食事のマナーが乱れてきていると言われるが、日本の食文化である箸の使い方についても例外ではない。そこで、上手な箸の持ち方や使い方について、できるだけ早い時期から指導していきたい。その際、器の持ち方・食事の所作なども含め、箸が日本の文化であることについても指導していきたいと考え、本題材を設定した。

(3) 指導観

本時の指導では、児童が「できた」「やってみよう」という、達成感や意欲を持てるようにしたい。そのため、児童が成功体験を得られやすいように、箸の大きさや教具の種類、大きさ、配置等を工夫した活動を設定し、意欲を持たせる。また、まずは上の箸1本だけを動かす、スモールステップで練習する。スモールステップで指先の使い方を練習することで、「できた！」という達成感を持たせたい。基本的には一斉指導の形で行うが、T2と連携し、児童に応じた個別の支援を行う。また、本時の指導後は、毎日の食事の場である給食時間に学習内容を意識させ、こぼさずに食べたり、思った通りにつまんだりできる箸の持ち方・使い方を身に付けさせたい。

3 評価規準

主体的に学習に取り組む態度	思考・判断・表現	知識・技能
箸の使い方やマナーに関心をもち、上手な使い方をしようとする。	箸を上手に使うときれいに食べられることに気づき、実践している。	箸の上手な持ち方や使い方について理解している。

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)
題材について知る。	手に合った箸を準備する。	箸の上手な使い方について振り返ろうとしている。【態度】(観察)

5 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)

6 本時のねらい

- ① 箸の持ち方を覚え、上手な使い方で作おうとする意欲を高める。
- ② 箸の使い方やマナーについて理解させる。

7 展開（本時1 / 3）

段階	児童の活動	指導の手立て（○）指導上の留意点（●）		教材・資料
		T1	T2	
導入 3分	1 上手な箸の持ち方や使い方ができているか、マナーを守れているかを考える。	○T2 紹介 ○給食でご飯や麺の日に箸を使っているか、きちんと持てずに困ることはないか、お茶碗についたご飯粒を箸でとることができるか問いかけ、本時のめあてにつなげる。 ●今までの自分の箸の持ち方や、マナーを守れているかを振り返らせる。		
展開 5分	2 箸のマナーについて知る。	おはし名人をめざそう。		はし使いの絵  拡大図  さいばし
5分	3 上手な箸の持ち方について知る。 	○箸のマナーについて知らせる。 （クイズ形式） T1：出題 児童：回答	T2：解答を貼る ・切る ・つまむ ・はがす ・くるむ ・よせる ・さす ・にぎる ・かきこむ	
10分	4 箸の使い方の練習をする。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">上の箸1本を使って練習する。</div>	○箸を扱う際の注意点を おさえる。 ・「持って下さい」「おいて下さい」の合図に従う。 ・人に刺したり、持ってふざけたりせず、大切に扱う。 ●箸置きを用意し、置く場所を明確にする。 ○初めに、いつもの持ち方で箸を持たせる。 ●上手に持てていないことを理解させる。 ●手に合った箸を使う	○上手な箸の持ち方の拡大図を見せ、確認する。  ○上手に持てない児童には机間指導を行い、個別指導する。	

15分	<p>上の箸に下の箸を加え、2本使って練習する。</p> <p>スポンジ、ポンポン、ひもを使って箸ではさむ練習をする。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●手首は動かさないことを確認する。</li> <li>○箸をおかせる</li> <li>○下の箸の持ち方を教える。下の箸は上の箸を持ち、親指の根元を通し、薬指の上に乗せる。</li> <li>○上手な持ち方の見本を見せる。</li> <li>○上手なはしの持ち方で物をはさむ練習をすることを伝える。</li> <li>●上の箸を動かし、下の箸は固定しておくことを意識させる。</li> <li>●早くできるのが良いのではなく、ポイントを守ってできているのが良いことをおさえる</li> <li>◎箸を持たせ、練習を指示する【態】</li> <li>◎箸を上手に使おうとしている。(観察)</li> <li>●上手な箸の持ち方の方がつまみやすいことを体験できるようにする。</li> <li>○上手に持てない児童には机間指導を行い、個別指導する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○上手に持てない児童には机間指導を行い、個別指導する。</li> <li>○上手に持てない児童には机間指導を行い、個別指導する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポンジ</li> <li>・ポンポン</li> <li>・ひも</li> </ul>
まとめ7分	5 本時のまとめをする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○上手に箸を持てると、どんな良いことがあるか考えさせる。</li> <li>◎ワークシートの書き方を説明し、配布する。</li> <li>【知・技】</li> <li>箸の上手な持ち方や使い方について理解している。(ワークシート)</li> <li>●箸を上手に使えるときれいに食べられるおかげで給食にあることを知らせ、意欲を持たせる。</li> </ul>		ワークシート

### 8 事後指導

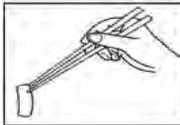
児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿【観点】(評価方法)
箸の持ち方や使い方、マナーについて家庭や給食のときに体験する。	家庭に協力の依頼や、給食時間に個別指導して箸の使い方について定着を図る。	進んで箸の上手な使い方について身につけようとしている。 【態度】(観察)

9 板書計画

めざせ！おはし名人

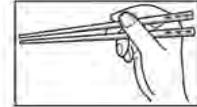
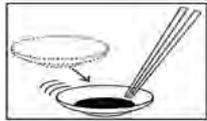
㊟ おはし名人をめざそう。

○じょうず



○じょうずではない

㊟



うごかす



うごかさない



# 伊奈町立南小学校

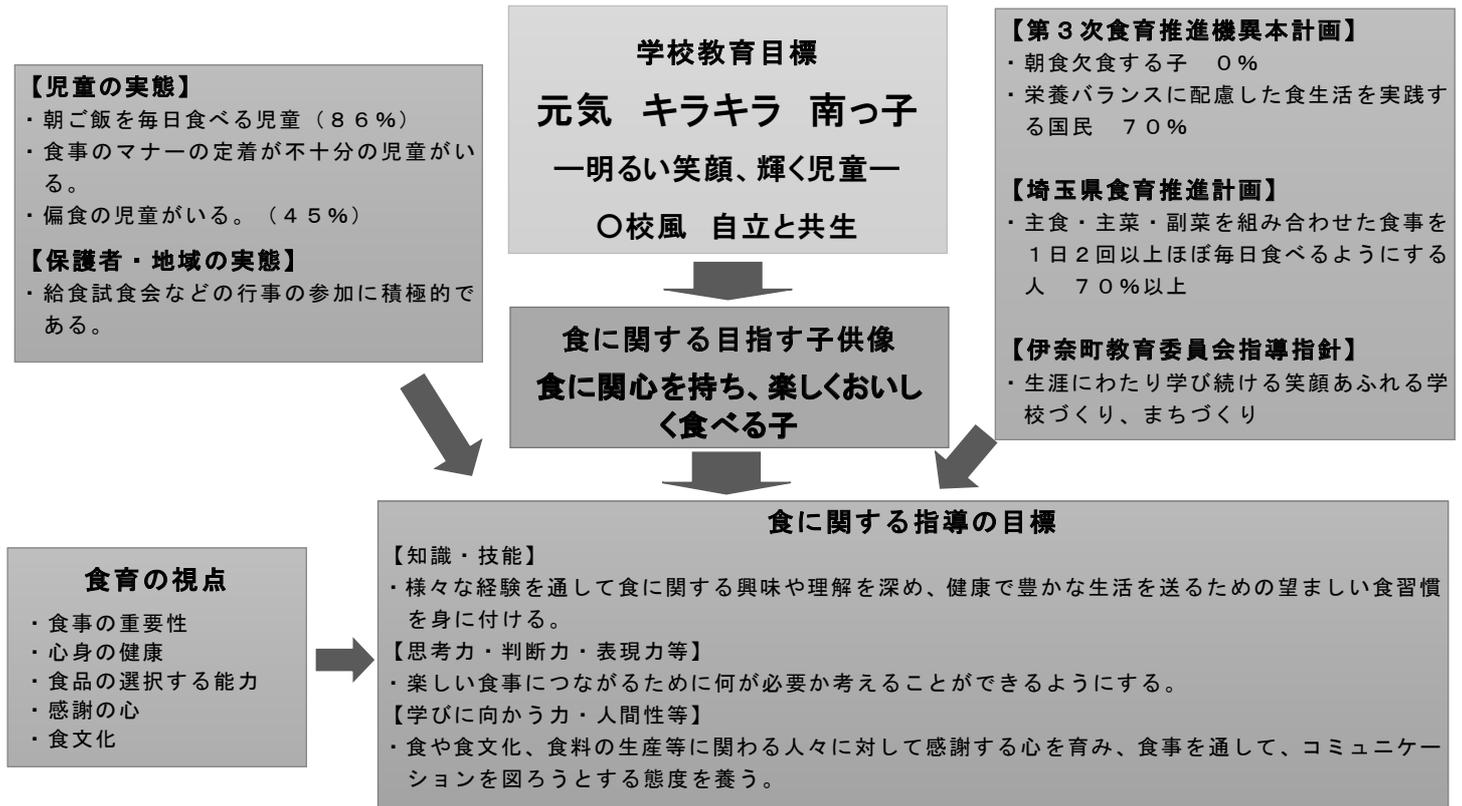


2021年埼玉誕生150周年



# 食に関する指導 全体計画

伊奈町立南小学校



各学年の食に関する指導の目標		
1・2年	3・4年	5・6年
<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の健康のため、給食を残さず食べようと努力する。</li> <li>友達と仲良く給食を食べる。</li> <li>正しい姿勢で行儀よく食べる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養のバランスを考えた食事を心がけることができる。</li> <li>友達や自分を支えてくれる方に感謝の気持ちをもって食べる。</li> <li>食事の作法を知り、正しいマナーで食事をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の食生活を見つめ直し、よりよい食習慣を形成しようと努力する。</li> <li>周囲の人々や自然の恵みに感謝の気持ちをもって食べる。</li> <li>食事の作法や社交背を身に付ける。</li> </ul>

**食育推進組織（学校保健委員会）**  
委員長：校長（教頭）  
委員：主幹教諭、保険主事、養護教諭、給食主任、体育主任、学級担任、教務  
※必要に応じて、保護者代表、学校医、学校歯科医、学校薬剤師の参加

校長－教頭－食育研究推進委員

- 授業研究部
- 調査研究部
- 教材研究部

**食に関する指導**

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

**地場産物の活用**  
キラキラ農園（学校ファーム）を活用し、育てた野菜の収穫や収穫祭を行う。  
給食センターからの献立の紹介や献立にまつわる食材等の紹介を放送で行う。

**家庭・地域との連携**  
積極的な情報発信、学校応援団の活用  
学校だより、食育だより、保健だより、給食試食会、学校保健委員会 等

**食育推進の評価**  
活動指標：食に関する指導、学校給食の管理、連携・調整  
成果指標：児童の実態（朝ご飯を毎日食べる児童86%→95%、偏食の児童がいる。45%→30%）

## 第2学年3組 生活科学習指導案

日 時 令和2年10月22日(木) 第2、3校時  
場 所 家庭科室  
児童数 男子15名 女子15名 計30名  
指導者 教 諭 宮岡 一波

### 1 小単元名 さつまいもパーティーをしよう

### 2 児童の実態

本学級の児童は、生活科の授業に意欲的に取り組んでいる。事前にアンケートをした結果を見ると、生活科が好きな児童は29人で、理由は、「観察が楽しい」「いろいろ発見できる」等であった。1学期のミニトマトの栽培では、毎日、水やりをして熱心に世話をしていた。収穫の時期になると、赤く熟すのを待ちきれない様子が見られた。中には、今回の栽培を通じて、トマトを食べられるようになった児童もいる。さつまいもの収穫も楽しみにしながら、意欲的に世話をしている。観察するたびに、その成長を驚き喜んでいる。しかし、栽培を好まない児童も4人いる。理由は、「毎日の水やりが面倒」、「野菜が嫌い」であった。

野菜が好きな児童は多く、24人であった。ほとんどの児童は給食が好きで、毎日楽しみにしてよく食べている。食事を支えている人についての質問では、「家族」を思い浮かべる児童が最も多かった。次いで、「給食センターの調理員」「農家」であった。「米屋(お店)」、「漁師」「食べ物になる生き物」といった回答もあった。

以上のことから、栽培する大変さを感じていることが分かる。また、食事を支えてくれる人に、直接調理する人だけでなく、生産者に目を向けている児童もいる。栽培が楽しいという気持ちはそのまま大切にしたい。一方、栽培が好きではない児童も、その苦勞を自分の食事を支えてくれている人たちがしているのだ、おいしく食べてもらいたいと願っているのだと気付かせることで、感謝の心を育て、野菜などの植物に対して前向きに捉えられるようになるだろうと考える。

### 3 研究主題との関わり

豊かで望ましい食習慣と好ましい人間関係を育てる食育指導

#### (1) 仮説

学習を通して食への正しい知識を身に付ければ、児童一人一人の食への関心が高まるだろう。また、実際に野菜を育て、「見る」、「触れる」、「やってみる」といった体験活動を取り入れることで、より一層食生活に対する意欲が増すだろう。これらの活動を通して、食べ物や自然を大切にする心や望ましい食事をとる実践力が身に付いていくことが期待できる。

#### (2) 手立て

##### ①体験活動を取り入れた授業の実施

一人一人の児童がミニトマトやサツマイモを育て、収穫して調理する体験活動を行う。随時、成長や変化を観察させ、食生活に対する意欲を育てる。

②学校ボランティアの活用

普段の食生活に関わる人たちと調理をして支援してもらうことで、食事を用意する難しさや大変さを実感し、感謝の心をもつことができるようにする。

4 単元の目標

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

5 本時の学習指導（本時 3・④／4）

(1) 目標

自分達で収穫したサツマイモを、友達と協力しながら調理する活動を通して、野菜などの植物への親しみが増したことに気付き、大切にすることができるようにする。

(2) 食育の視点

食べ物を大切にし、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) 展開

児童の活動・意識	評価（◆） 支援（○） 食育の視点（☆）	時
<p>1 本時の活動を知る。</p>	<p>みんなで育てたさつまいもをいっしょにりょうりして、パーティーを楽しもう。</p>	<p>9:35 (5分)</p>
<p>2 「むしパン」を作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かたくて切るのがむずかしいな。</li> <li>・そだてた野さいをりょうりするの楽しいな。</li> </ul>	<p>○前時の計画を振り返らせる。 ○協力してくれる保護者の方を紹介して、挨拶をさせる。 ○手順を確認できるよう、提示する。 ○衛生面、安全面、友達と協力すること、保護者の方のお話をよく聞くよう促す。</p> <p>○みんなで協力して栽培してきたことを思い起こさせることで、サツマイモを無駄なく大切に使う調理させる。 ○包丁を扱うときや火を扱うときに、周囲や机上の物に注意させる。 ○協力して活動している児童を称賛し、自分たちで育てた野菜をみんなで調理する楽しさを実感できるよう助言する。 ◆収穫したサツマイモを、友達と協力しながら、大切に調理している。</p> <div data-bbox="893 1702 1149 1892" style="text-align: right;">  <p>【態一⑥】</p> </div>	<p>9:40 (65分)</p>
<p>3 作った「むしパン」を食べ、サツマイモへの手紙を書き、発表する。</p>	<p>○給食着を脱いで食事の準備をし、しっかり挨拶をさせる。 ○自分達で育てたサツマイモで作ったことを思い起こさせ、味わってなるべく残さず食べるよう励ます。</p> <div data-bbox="1085 1937 1348 2139" style="text-align: right;">  </div>	<p>10:45 (20分)</p>

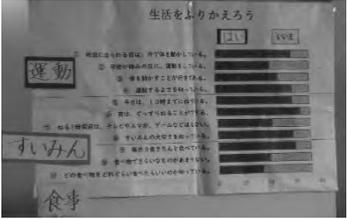
<ul style="list-style-type: none"> <li>・大きくなってくれてありがとう。</li> <li>・みんなでがんばってそだてたから、おいしかったよ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力してくれた保護者の方とも一緒に食事をするので、感謝の気持ちをもてるようにする。</li> <li>○使った紙皿とカップは班ごとの袋に捨てさせる。</li> <li>○食後の挨拶をし、感想を発表させる。</li> <li>○感じたことをサツマイモへの手紙に書くよう伝える。</li> <li>○今までの世話や調理をして楽しかったことや難しかったこと、食べてみた味などを思い出して書くよう助言する。</li> <li>◆自分達でサツマイモを調理することで、野菜などの植物への親しみが増したことに気付いている。 【知・技一⑥】</li> </ul>	
<p>4 世話や調理で難しかったことを思い出し、普段の食生活を支えてくれている人について考え、手紙を書く。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水やりが大変だった。</li> <li>・切るのに時間がかかった。</li> <li>・毎日、残さずに食べるね。</li> <li>・いつもありがとう。これからはお手つだいをもっとがんばるね。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○サツマイモの世話や調理で大変だったことを思い起こさせる。</li> <li>○野菜を育てる人や給食や家での食事を作ってくれている人は誰か考えさせる。</li> <li>○本時の活動で感じた苦勞をしてくれている人がいることで、自分達の食生活が成り立っていることを考えさせる。</li> <li>○本時の活動を普通の生活に活かす意欲や感謝の気持ちをもてるように、食生活を支える人や生き物に手紙を書く。</li> <li>○協力してくれた保護者へ感想を伺う。</li> <li>○数名を指名し、発表させる。</li> <li>☆食べ物を大切にし、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】</li> </ul> <div data-bbox="571 1211 826 1400" style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> </div> <div data-bbox="842 1176 1145 1400" style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> </div>	<p>11:05 (15分)</p>
<p>5 後片付けをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○テーブルのごみを片付けさせ、蒸し器を水道ですすがせる。</li> <li>○最後まできちんと取り組むよう伝える。</li> <li>○最後に保護者の方にお礼を伝えるよう促す。</li> </ul>	<p>11:20 (8分)</p>
<p>6 本時の活動を振り返る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童のよかった点を伝える。</li> </ul>	<p>11:28 (2分)</p>

6 板書計画

<p>みんなで育てたさつまいもをいっしょにりょうりして、パーティーを楽しもう。</p>		
<p>○むしパンの作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 サツマイモを切って、水につける。</li> <li>2 ざいりょうをはかる。</li> <li>3 ホットケーキミックスに牛にゅうをまぜる。</li> <li>4 3にサツマイモをまぜる。</li> <li>5 アルミカップに入れる。</li> <li>6 15分むす。</li> <li>7 竹ぐしでかくにんする。</li> <li>8 紙ざらにもりつける。</li> </ol>	<p>○サツマイモへ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大きくなってくれてありがとう。</li> <li>・みんなでそだてたから、おいしかったよ。</li> <li>・サツマイモのおせわのしかたがよくわかったから、またそだててあげるね。</li> </ul>	<p>○ごはんにかかわる人</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家の人</li> <li>・きゅうしょくセンターのちょうりいんさん</li> <li>・のうかさん</li> <li>・りょうしさん</li> <li>・お店の人</li> </ul>
		<p>○おせわやりようりでたいへんだったこと</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・たくさんの水やりがたいへんだった。</li> <li>・かたく切るのに時間がかかった。</li> </ul> <p style="text-align: right; margin-top: 5px;">       ありがとう 「いただきます」 「ごちそうさま」     </p>
		<p>○しょくじをささえてくれる人や生きものへ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日、のこさずに食べるね。</li> <li>・いつもありがとう。これからはお手つだいをもっとがんばるね。</li> </ul>



(3) 本時の展開

時間 間	主な学習内容 学習活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準 ☆食育の視点)	資料	時刻 (時間)
導入 3分	<p>1 体の成長に欠かせない3つの要素について確認する。</p> <p>2 自分の生活を振り返る。</p>  <p>3 本時の課題を確認する。</p>	<p>○前時を振り返り、体をよりよく発育・発達させるためには何が大切かをテンポよく問いかけ、「食事」「睡眠」「運動」の3要素を想起させる。</p> <p>○前時に自分の生活を振り返らせたワークシートを確認させ、自分にとっての課題を確認させる。</p> 	ワークシート	13:30 (3分)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">よりよく成長するために自分にできることを考えよう。</div>				
展開 35分	<p>4 「食事」「睡眠」「運動」を関連付けながら、骨や筋肉の成長のしかたについて考える。</p> <p>5 雪印メグミルクの方の説明を聞く。</p>  <p>6 感想を伝え合う。</p> 	<p>○教科書の挿絵を使って、運動することのよさについて理解させる。</p> <p>○睡眠と成長ホルモンのグラフを示し、睡眠の大切さを理解させる。</p> <p>○雪印メグミルクの方の話の時間の確保のために、「運動」と「睡眠」については、簡潔に分かりやすく説明する。</p> <p>○バランスのよい食事も必要であることを確認させ、雪印メグミルクの方の説明へとつなげる。</p> <p>○骨や筋肉の成長に必要な3つの要素についてなぜ必要なのかを考えて聞くように促す。</p> <p>○専門家の話を聞かせ、より関心を高める。</p> <p>○話を聞く態度に気を付けさせる。</p> <p>○分かったこと、考えたことなどを発表させる。</p> <p>○発表した友達の考えに対し、似ている意見、違う意見、いいなと思った意見などを言わせる。</p>	教科書の挿絵  グラフ  大型テレビ パソコン	13:33 (7分)  13:40 (20分)  14:00 (8分)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">☆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】</div>				

<p>まとめ 7分</p>	<p>7 自分の生活を振り返り、今後どのようなことに気を付けて生活するのか、目標を立てる。</p> 	<p>○学習したことを生かし、自分に合った目標を立てさせる。 ○なぜ、その目標にしたのか理由も書かせる。 ○書けない児童には、自分の生活を振り返らせ、必要なことを考えさせる。</p> <p>◆体の成長について自分に必要なことは何なのか、運動、睡眠、食事について目標を立てている。 【思考力・判断力・表現力等】 ワークシート</p> <p>○体をよりよく成長させるために「食事」「運動」「睡眠」のすべてがバランスよく必要であることを伝え、立てた目標に取り組んでいけるよう助言する。</p>	<p>ワークシート</p>	<p>14:08 (7分)</p>
-------------------	---	---	---------------	-----------------------

雪印メグミルクの方の話のメモ

【1日にどれくらいカルシウムを】  
10~11才 男子 (700 mg) 女子 (750 mg)

【カルシウムの量】  
牛乳200ml (227 mg)  
ヨーグルト85g (102 mg)  
チーズ18g (113 mg)

【ハンダーダークでカルシウムの量を考えよう】  
ハンダーダーク・オレオ・オレオジュースは (60 mg) 3x2 mg

【メモ】気になったことをメモしておこう。  
・大人のほねは206本。  
・カルシウムをたくさん  
・ほねから骨が折れやすくなる。  
・食べ物には、いろいろあげておっかカルシウムは、多い。まいたちは、人をたべるうんどうすけいめん。しくいめんとうんどうすけいめん。

1 自分の生活を振り返ろう。

運動  
授業に出られる日は、外で体を動かしている。 (はい) (いいえ)  
学校が休みの日に、運動をしている。 (はい) (いいえ)  
体を動かすことが好きである。 (はい) (いいえ)  
運動するよきを知っている。 (はい) (いいえ)

すいみん  
平日は、10時までにはいる。 (はい) (いいえ)  
夜は、ぐっすり寝ることができている。 (はい) (いいえ)  
寝る1時間前は、テレビやスマホ、ゲームなどをしない。 (はい) (いいえ)  
すいみんの大切さを知っている。 (はい) (いいえ)

食事  
毎日3食きちんと食べている。 (はい) (いいえ)  
食べ物が足りないものがある。 (はい) (いいえ)  
どの食べ物でもどれくらい食べたらいいか知っている。 (はい) (いいえ)

2 目標を立てよう。

運動  
かたがた運動をしないので、こまめに運動をする。

すいみん  
9時から10時までにはいる。

食事  
栄養(たんぱく質、カルシウム、ビタミン)を考えた食べる。

(目標を立てた理由)  
こまめに運動をすると骨が丈夫になり、運動が楽しくなる。成長ホルモンの出る時間(9時から10時)に合わせ、成長ホルモンの出るから、食事は大切な時期だから、バランスの良い食事をしていこう。

よりよい発育・発達のために  
4年2組(4) 名前( )

1 自分の生活を振り返ろう。

運動  
授業に出られる日は、外で体を動かしている。 (はい) (いいえ)  
学校が休みの日に、運動をしている。 (はい) (いいえ)  
体を動かすことが好きである。 (はい) (いいえ)  
運動するよきを知っている。 (はい) (いいえ)

すいみん  
平日は、10時までにはいる。 (はい) (いいえ)  
夜は、ぐっすり寝ることができている。 (はい) (いいえ)  
寝る1時間前は、テレビやスマホ、ゲームなどをしない。 (はい) (いいえ)  
すいみんの大切さを知っている。 (はい) (いいえ)

食事  
毎日3食きちんと食べている。 (はい) (いいえ)  
食べ物が足りないものがある。 (はい) (いいえ)  
どの食べ物でもどれくらい食べたらいいか知っている。 (はい) (いいえ)

2 目標を立てよう。

運動  
無理をしないで毎日運動をする。  
かならず10時までにはいる。  
すいみん  
せきやくしく、ビタミン、カルシウム、たんぱく質などをまめに取る。  
食事  
たんぱく質、カルシウム、ビタミンを考えた食べる。

(目標を立てた理由)  
運動 休みの日に、なかなか運動できないから。  
すいみん ホルモンが出る時間だから。  
食事 今は一番成長する時期だから、体に

5 板書計画

すくすく育て わたしの体

◆てきどな運動

無理なく 楽しく 続けられる

骨がじょうぶになる

様々な動きができる。

◆十分な休養・すいみん

多量な成長ホルモン

少ない

すいみん

ねている時に成長ホルモンが出る。

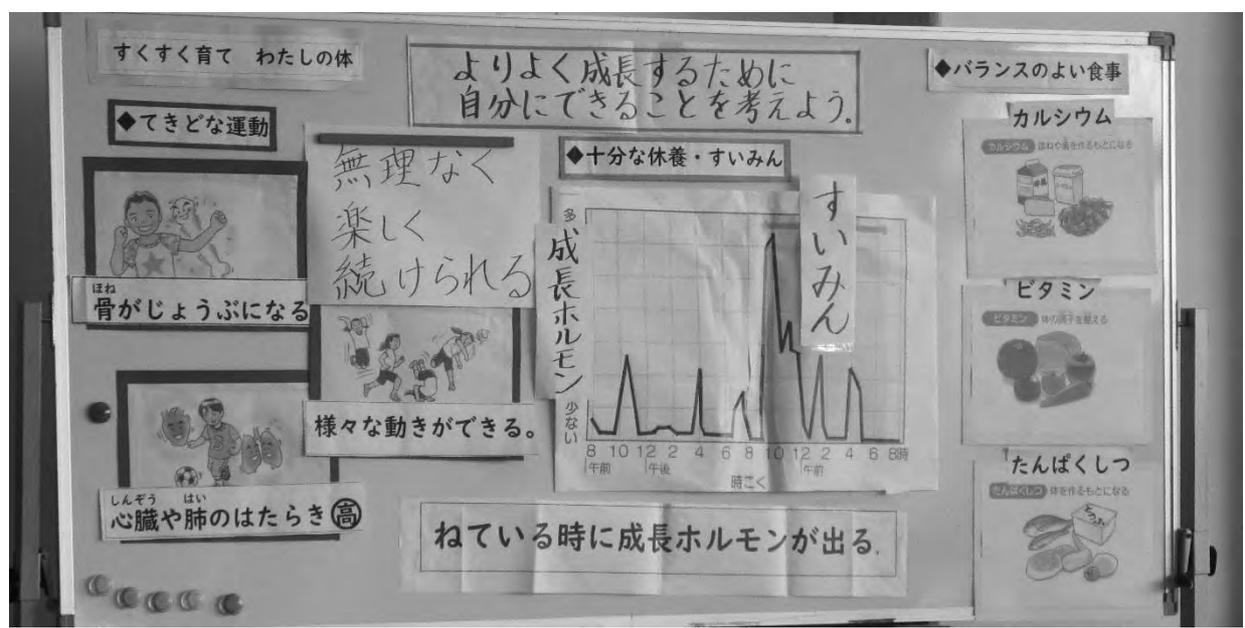
◆バランスのよい食事

カルシウム

ビタミン

たんぱく質

心臓や肺のはたらき(高)



## 第6学年3組 家庭科学習指導案

日 時 令和2年10月22日(木) 第4校時  
場 所 6年3組教室  
児童数 男子17名 女子12名 計29名  
指導者 教 諭 古屋 香奈  
栄養教諭 鶴野 裕美

### 1 題材名「くふうしよう おいしい食事」

### 2 本題材について

本題材「くふうしよう おいしい食事」では、学習指導要領に示されている「B衣食住の生活」(2)「調理の基礎」と(3)「栄養を考えた食事」アイに関連し、日常の食事に関心を持ち、体に必要な栄養素を考慮して、バランスのよい献立作成をし、簡単な調理をすることをねらいとしている。これまで学習したことを生かすことで、1食分の食事を作ることができる。ここでは、栄養バランスを中心に1食分の献立を考え、身近な食材を使っておかずを作る活動を通して、進んで食事を作ろうとする意欲と実践力を育み、家庭での実践につなげていきたい。

身近な食材としては、じゃがいもを用いる。切り方、調理法、味付け、他の食材との組み合わせによって様々な料理が生み出せる。この経験から児童の食生活への意識を高めていきたい。また、食事には、家族とのふれあいを深める働きがあることが分かり、楽しくおいしい食事をしようとする態度を育てていきたい。

指導に当たっては、これまで学習してきたじゃがいもの切り方、調理法、味付けによって様々なじゃがいもの表情が生み出されることを振り返り、じゃがいもを使ったおかずに興味をもたせていく。

### 3 研究主題

豊かで望ましい食習慣と好ましい人間関係を育てる食育指導

#### 仮説

家庭や地域との連携、栄養教諭による専門性を生かした学びの深まる授業を展開することで、望ましい食習慣を身に付けることができると考える。また、学習を通して食への正しい知識を身に付ければ、児童一人一人の食への関心が高まるだろう。

### 4 本時の学習指導(本時6/11)

#### (1) 本時の目標

じゃがいもの切り方やゆで方、味付け、合わせる食材について考えたり、自分なりに工夫したりしながら、じゃがいも料理の調理計画を立てることができる。

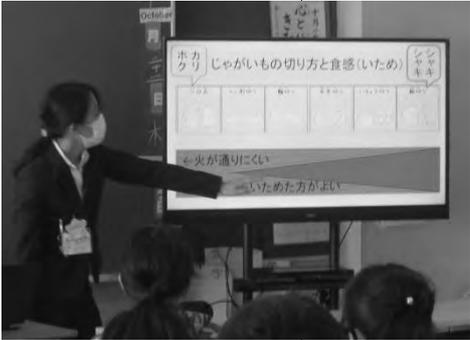
【思考力・判断力・表現力等】

#### (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】

(3) 本時の展開

主な学習内容 ・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価 ☆食育の視点		資料	時刻 (時間)
	T1 (学級担任)	T2 (栄養教諭)		
1 これまでの学習を振り返り、じゃがいも料理の食感の特徴であるシャキシャキとホクホクの整理をする。 ・ゆで方による比較 ・味の比較 ・いため方による比較 ・切り方による比較	○前時までの学習を振り返り、じゃがいも調理の特徴をつかませる。 ○薄く切っていたためとシャキシャキし、厚く切ってゆでてからいためるとホクホクすることを思い出させる。 ○ゆでること、いためることの効果を確認させる。	○給食でじゃがいもを使った料理を紹介し、料理のイメージをつかませる。 	PowerPoint 資料	11:40 (5分)
Challenge! じゃがいもを使ったおかずの調理計画を立てよう。				
2 本時の課題をつかむ。 ・1食分の献立の副菜に着目し、じゃがいもを使ったおかずを考える。	○これまでの学習を生かしたじゃがいも料理の調理計画を立て、一人で調理することを確認する。			
3 おいしく作るためのポイントを理解する。 ・切り方 ・ゆで加減 ・いためる順番 ・食材と味の相性 ・調理法と味の相性	○じゃがいも料理の味付けは、合わせる食材や調理法によって相性があることに気付かせる。	○ゆでていためる調理と生からいためる調理を例示して、作り方の手順を説明する。		11:45 (35分)
4 オリジナルじゃがいも料理の調理計画を立てる。 ・切り方 ・調理法 ・合わせる食材 ・味付け ・作り方の手順 ・料理名 ・工夫するところ	○ワークシートを使い、切り方や調理法、合わせる食材、味付けを選択させる。 ○選択できない児童には、前時までの学習を思い出して、選択できるように助言する。	○工夫されている点を確認し、更によくするためのポイントをアドバイスする。 	ワークシート 掲示資料 料理本	

	<p>○学校での調理実習ではないので、生肉・生魚を使ってもよいことを伝える。</p>			
	<p>◆じゃがいもの切り方やゆで方いため方、味付け、合わせる食材について考えたり、自分なりに工夫したりしながら、じゃがいも料理の調理計画を立てることができる。 【思考力・判断力・表現力等】</p> <p>☆食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択ができるようにする。 【食品を選択する能力】</p>			
	<p>○グループでできたところまでの計画を発表し合う。</p>			
<p>5 全体で発表し合う。 ・料理名 ・料理の特徴</p> <p>6 次回に取り組むことを伝える。</p>	<p>○料理名や材料、調理法、味付けなどについて発表させる。</p> <p>○次回、調理計画を共有し、改良してよりよい計画を立てることを伝える。</p>	<p>○栄養面や調理方法の観点でよい点を伝える。</p>	<p>書画カメラ</p>	<p>12 : 20 (5分)</p>

## 5 板書計画

<p>Challenge! じゃがいもを使ったおかずの調理計画を立てよう。</p>		
<p style="text-align: center;">おいしくなるポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・切り方・・・小さく or 大きく うすく or 厚く</li> <li>・合わせる材料・・・肉や野菜</li> <li>・ゆで加減・・・何分</li> <li>・いためる順番・・・固い or 火の通りにくいものから</li> <li>・味付け・・・塩、ケチャップ、マヨネーズ</li> </ul>	<p><b>ジャーマンポテト の作り方</b></p>	<p><b>じゃがいもきんぴら の作り方</b></p>

# 川越市立高階南小学校



2021年は埼玉誕生150周年



## 研究主題

自分の考えを持ち、かしこく・やさしく・たくましく生きる児童の育成

### ○研究のねらい

食に関する指導を充実させることで、児童が正しい栄養バランスや健全な食習慣を理解するとともに、食事への重要性や感謝の気持ちなどを育み、生涯にわたって主体的に自他の健全な食生活や健康について課題を持ってより良い生活を創造しようとする児童を育てる。



給食キャッチフレーズ

### ○めざす児童像

かしこく・・・食事の大切さを知り、自らの食生活の課題を解決しようとする子

やさしく・・・食べ物や生産に関わる人々への感謝の気持ちや食べ物を大切にする心を持つ子

たくましく・・・心身の成長や健全な食生活について理解し、心も体も健康でより良い生活をしようとする子



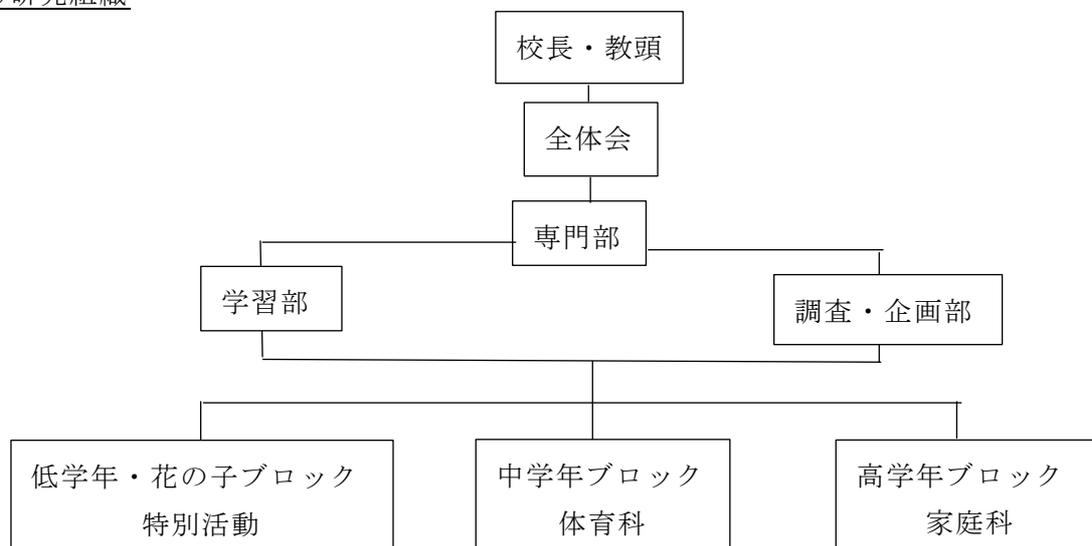
### ○研究仮説

- ① 食への正しい理解や食生活についての知識を身に付ければ、食への関心を持って食生活を見つめることができ、課題を解決しようとする児童を育成できるだろう。  
(食事の重要性)
- ② 食物の恩恵や生産に関わる人々の工夫や努力を理解すれば、感謝の気持ちや食べ物を大切にする心をもつ児童を育成できるだろう。(感謝の心)
- ③ 心身の成長や健全な食生活について理解をすれば、健康の保持増進について課題をもつことができ、より良い生活をしようとする児童を育成できるであろう。(心身の健康)

### 食育だより



### ○研究組織



## 第1学年1組 学級活動（2）指導案

令和3年1月19日 第5校時

指導者 (T1) 教諭 塩野 祥子

(T2) 栄養教諭 橋村 里菜

### 1 題材 「かんしゃして たべよう」

#### 2 研究に関わる具体的な手立て

- (1) 栄養教諭と連携し専門的な知識を学ぶことで、食物の恩恵や生産に関わる人々の工夫や努力を理解させる。授業では食に対する態度をふり返り、自己の課題にあっためあてを考え、実践を行う。
- (2) 授業の振り返りを行い、気付いたことを全体で共有することで、学びを深める。
- (3) 学年だよりや保護者会などを活用し、学習した内容を家庭でも実践できるように働きかけることで、家庭と学校が連携して、感謝の気持ちや食べ物を大切に作る心を持つ児童を育てる。

#### 3 事前の指導

日時	児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
12月上旬	・題材を知る。 ・アンケート調査	・題材について関心をもって生活したり、問題意識を高めたりするために事前に予告する。	・アンケートに答えることを通して、食事に興味をもち食事について振り返ろうとしている。 【主体的に取り組む態度】 (アンケート調査・観察)

#### 4 本時の学習指導

##### (1) 本時の目標

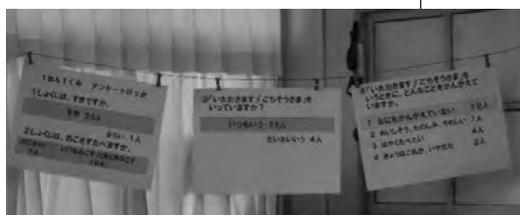
食という行為は動植物の命を受け継ぐことや食生活は生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力によって支えられていることを知り、食に関しての感謝の気持ちを表現しようとするができるようにする。

##### (2) 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持つ。【感謝の心】

##### (3) 本時の展開

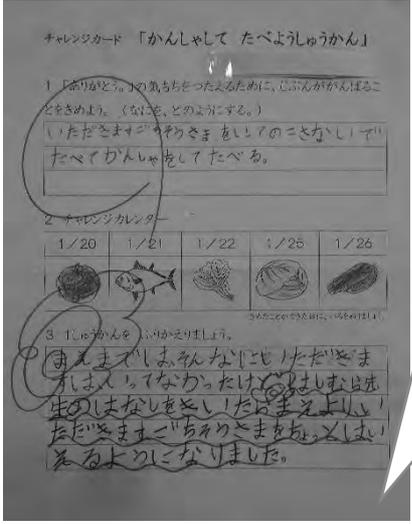
児童の活動	・指導上の留意点 ◆評価規準 ☆食育の視点	資料
	T1 (学級担任)	
導入 つかむ	<p>1 食事についての事前アンケート結果を見て、気付いたことを話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アンケート結果から、学級全体の課題としてだけでなく、自分の課題として捉えることができるようにする。</li> <li>・食べることの好き嫌いや残食の関係を見せ、食べることは好きだが、残す人が多いという実態に注目させる。</li> <li>・「いただきます。」を言うときに、誰に対して、どんな気持ちで言っているかを問う。</li> <li>・自分の身近な人に対して、ありがとうの気持ちで言っていることを確認する。</li> </ul>	アンケート結果
<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 5px;">めあて</div> <span style="font-size: 1.2em;">ありがとうのきもちをつたえよう</span>		



<p>展開 さぐる</p>	<p>2 もともと食べ物には命があったことを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食材がどのように加工されているのか問う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ある日の給食を示し、どんな食材が使われているか確かめる。</li> <li>・牛が牛肉になるまでの過程を「命を解く」という言葉を使って知らせる。</li> <li>・「食べる＝命をいただく」であることに気付かせる。</li> <li>・「いただきます。」「ごちそうさま。」の意味を知らせる。</li> </ul>	<p>絵や写真</p>
<p>見つける</p>	<p>3 どんな気持ちで食事をするといか、話し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生き物の命や生産者等たくさんのおかげで私たちが生きていることから、児童自身が自然界の中で動植物と共に生きる存在であることに気付かせる。</li> <li>・命をいただいていること、たくさんの方が携わっていることをおさえ、「ありがとう」を伝えるために何かできることがないかを話し合わせる（個人→小集団→全体）。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☆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。</li> <li>◆食事はたくさんの命や人が関わって、私たちのために作られていることを理解する。 【知識・技能】（観察）</li> </ul>	
<p>終末 決める</p>	<p>4 自分でできることを決める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の課題に合った具体的な実践方法を決めてワークシートに記入させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろな工夫が出せるように、机間指導を行い、助言をしたり称賛したりする。</li> </ul>	<p>ワークシート</p>
<p>5 本時の振り返りをする。</p>	<p>5 本時の振り返りをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今日の授業で分かったこと、気付いたことをワークシートに記入させ、全体で共有することで「感謝して食べよう週間」につなげる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童の学習の様子やがんばりを称賛し、チャレンジ週間に向けて励ます。</li> </ul>	

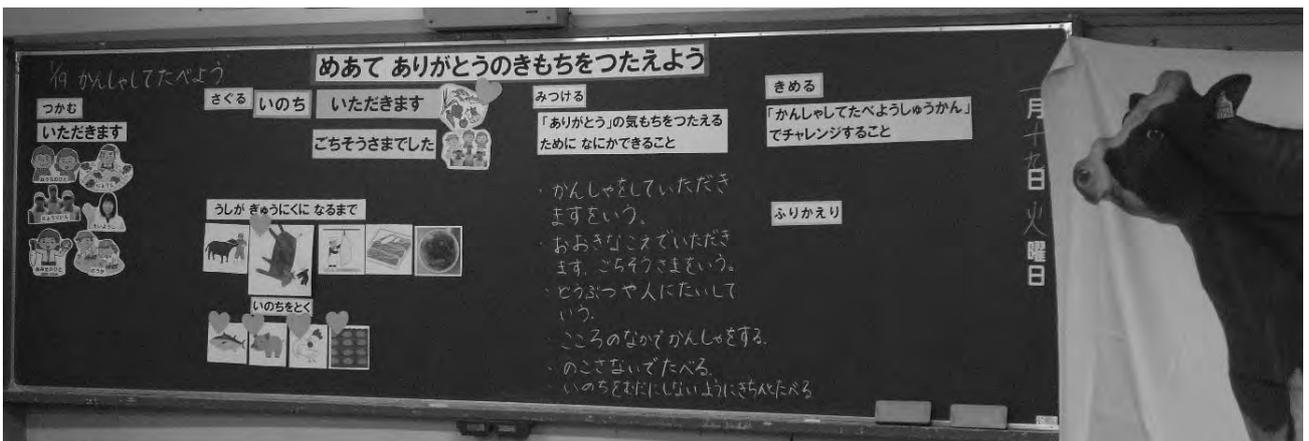
## 5 事後の指導

日時	児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
1/19 (火) ～	・意思決定したためあての達成に向けて実践活動に取り組む。	・給食の時間や帰りの会などを利用して、取組を確認し、がんばりを認め励ましながら、実践の継続化を図る。	・意思決定したためあての達成に向けて進んで実践している。 【思考・判断・表現】 (観察・ワークシート)
1/26 (火)	・自分が立てためあてや取組について振り返る。	・1週間の実践を振り返る機会を設定するとともに、今後も継続していけるよう意欲を高める。	・実践したことを振り返り、今後も継続的に実践しようとしている。 【主体的に取り組む態度】 (観察・ワークシート)



- ・残さないうで食べられました。いただきますのときは、感謝して言うことができました。
- ・ぼくは、生きていた食べ物に感謝ができてうれしいなと思って思いました。
- ・1週間やってみて思ったことは、生きていた生き物やさばいてくれた人に感謝して、家でもやりたいと思いました。「いただきます」「ごちそうさま」を忘れないようにします。
- ・話を聞いて、いつも忘れずに言えるようになりました。いただきますを言うのがすきになったから、これからも忘れずに言いたいです。

## 6 板書



## 7 参考文献

- ・『いただきます～す』 二宮由紀・文 荒川良二・絵 解放出版社
- ・『いのちをいただく みいちゃんがお肉になる日』内田美智子・作 魚戸おさむとゆかいななかまたち・絵 講談社
- ・『きみの家にも牛がいる』 小森香折・作 中川洋典・絵 エルくらぶ
- ・『しんでくれた』 谷川俊太郎・詩 塚本やすし・絵 佼成社

第4学年1組 体育科（保健領域）学習指導案

令和3年1月19日（火） 第5校時  
 指導者（T1）教諭 佐々木 知美  
 （T2）養護教諭 多田 好花

1 単元名 「体の発育・発達」

2 研究に関わる具体的な手立て

- （1）養護教諭と連携し、専門的な知識を学ぶことで心身の成長や健全な食生活について理解させる。
- （2）学習したことを生活計画表に表し、それぞれの考えの良さを共有したり振り返りをしたりすることで、健康の保持増進について考え実践できるようにする。
- （3）学年だよりや保護者会などを活用し、学習した内容を家庭でも実践できるように働きかけることで、家庭と学校が連携して、より良い生活をしようとする児童を育てる。

3 本時の学習指導（本時4／4）

（1）本時の目標

- ・体をよりよく発育・発達させるための課題に気付き、バランスのとれた食事や適度な運動、十分な休養・睡眠を関係付けながら解決方法を考えることができるようにする。

【思考力・表現力・判断力】

（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られるようにする。

【心身の健康】

（3）本時の展開

段階	学習活動・内容	指導上の留意点（○指導 ◆評価規準）		教材・資料
		T1（学級担任）	T2（養護教諭）	
導入 5分	1 自分の体をよりよく育てるために必要なことを思い出す。	○体の外側や中で起こる変化について振り返らせ、10歳前後で体の内外で変化が出てくることを想起させる。 ・ホルモン ・心の変化	○資料を提示し、10歳前後が体をよりよく発育・発達させるために大切な時期であることを伝える。	・前時の 掲示物  ・成長曲 線
展開 33分	2 本時の課題をつかむ。	○アンケート結果や生活カードから健康な体に育つための課題を見付けさせる。 ・朝食をとらない人の割合が高い。 ・好き嫌いがある。		・アンケ ート結果
<b>元気で健康な体に育つためには、どんな生活がよいか考えよう。</b>				

3 自分の体をよりよく育てるために必要なことを考える。

4 養護教諭から話を聞く。

5 休日の朝食の献立を考える。

6 考えた朝食の献立を発表する。

7 自分の生活を振り返り、「健康アップカード」を作成する。

○当月の給食献立表を配布し、カルシウム、たんぱく質、ビタミンに着目させ3つの栄養素はさまざまな食品に含まれていることに気付かせる。



○自分の生活カードを確認させ、休日の朝食の献立を見直させる。

- ・食品の数
- ・栄養バランス
- ・食事時間

◆栄養や食事のとり方を理解し、よりよい食事になるように考えることができたか。 【心身の健康】

○考えた献立の理由もあわせて発表させる。

- ・食品の数
- ・栄養バランスの偏り
- ・代替食品がある

○運動や睡眠時間、就寝や起床時間にも考慮させ、新たな「健康アップカードを」作成させ、ペアで見合う。

○体をよりよく成長させるために必要な栄養素と食品を提示する。

- ・カルシウム（牛乳、小魚、チーズ）
- ・たんぱく質（肉、魚、とうふ）
- ・ビタミン（にんじん、キャベツ、トマト）

○栄養教諭からの話を提示する。

- ・旬の食材に触れる。
- ・ビタミンと骨の関係
- ・地場産の食材

- ・アレルギー
- ・咀嚼回数

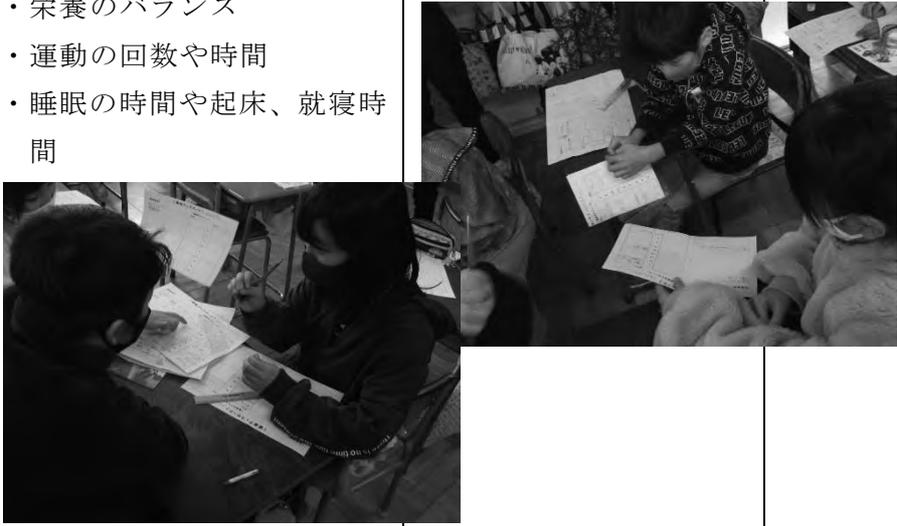
○健康な人と運動不足の人の骨の写真を提示する。

○睡眠と健康の関係についての資料を提示する。

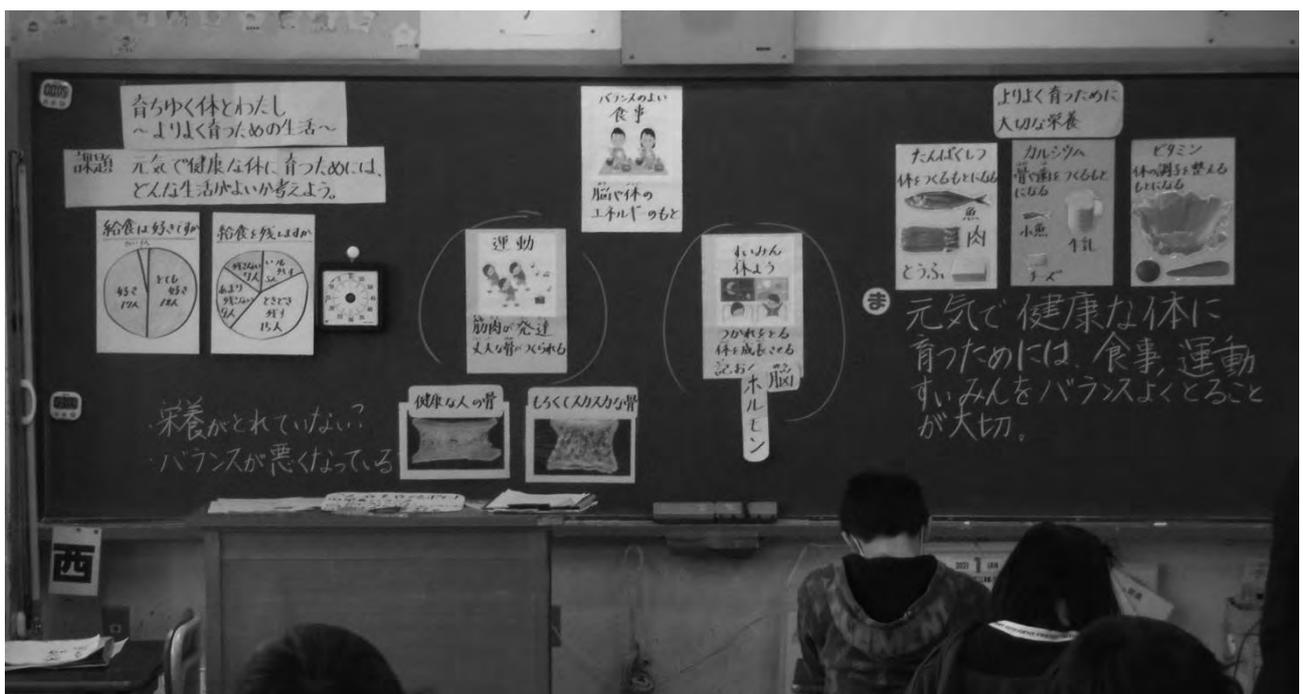
・ 献立表

・ 骨の写真

・ 「健康アップカード」

	<p>8 ペアや3人組になり、友達の「健康アップカード」を見合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養のバランス</li> <li>・運動の回数や時間</li> <li>・睡眠の時間や起床、就寝時間</li> </ul>	
<p>終末7分</p>	<p>9 まとめをする。 ・食事、運動、睡眠の大切さ</p> <p>10 本時の振り返りをする。</p>	<p>○本時の課題に沿ったまとめができるようにキーワードに着目させる。</p> <p>○具体的な取組を紹介し、実践化の意欲を図る。</p>	<p>○食事、運動、睡眠それぞれが大切であることを押さえる。</p>
<p>◆ 元気で健康な体に育つためには、バランスのとれた食事、運動、休養及び睡眠が必要であることを考え、伝えることができたか。【思考力・表現力・判断力】</p>			

#### 4 板書



## 第6学年1組 家庭科学習指導案

令和3年1月19日（火）5校時

指導者 教諭 熊澤 美和

### 1 題材名 くふうしよう おいしい食事 ～マイメニュー～

#### 2 研究に関わる具体的な手立て

- (1) 日常の食事を調査し、自らの課題に気付けるようにする。
- (2) 栄養教諭の専門性を生かし、食への正しい理解や献立を立てるための視点を学習できるようにする。
- (3) 板書や掲示物を活用した児童の思考の可視化でわかりやすくし、考えを共有した学び合いが深められるようにする。
- (4) タブレットの活用により、栄養素のみならず食事の喜びを感じながら食材や調理方法を自由に選択し、児童一人一人が自分の考えや思いを生かしながら自分なりの献立を立てられるようにする。
- (5) 学年だよりや保護者会などを活用して家庭との連携を図り、自ら立てた献立を調理して児童の実践力につなげるとともに、学校と家庭が連携して、食への意識を高める。

#### 3 題材の指導と評価の計画

時間	○ねらい ・学習活動	評価規準【評価の手がかり】		
		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の食事の課題に気づき、献立を構成する要素や視点を理解する。</li> <li>・本題材のねらいと見通しをもつ。</li> <li>・1食分の献立の例や自分の食生活から課題を見付ける。</li> <li>・よい献立について考える。</li> <li>・栄養教諭から専門性を活かした献立の立て方や視点を教わる。</li> <li>・献立の構成（主食・汁物・主菜・副菜）やそのよさについて知る。</li> </ul>	5大栄養素の食品を組み合わせることにより栄養バランスがよい食事になることを理解している。 【観察・発言、ワークシート】	自らの食生活を見つめ直し、課題に気付いている。【発言、ワークシート】	
2 本時	<ul style="list-style-type: none"> <li>○良い献立について一人一人が考えをもち、自分の食事から気付いた課題の解決に向けて試行錯誤し、1食分の献立を作成する。</li> <li>・良い献立とは何かを考える。</li> <li>・自分のための献立を作成する。</li> <li>・学び合いにより考えを広げる。</li> </ul>	栄養バランスのよい1食分の献立の立て方を理解している。 【ワークシート・発言、活動の様子】	良い食事についてそれぞれの意見を比較して考えている。 【ワークシート】	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>○5大栄養素に分けて「マイメニュー」を見直し、食品を加えたり別のおかずを加えたりして1食分の献立を見直す。</li> <li>・「マイメニュー」の栄養のバランスを確かめる。</li> <li>・味つけの仕方や色どりも考える。</li> <li>・改善点や工夫したことを交流させ、考えを広げる。</li> </ul>	5大栄養素で食品を分類することができ、栄養バランスのよい食事について理解している。【ワークシート・発言、活動の様子】	献立作成について考えたり、よりよい献立になるよう工夫したりしている。 【ワークシート・発言、活動の様子】	

課外	○マイメニューを家庭で調理し、調理の仕方を身に付けるとともに、食への関心を高める。			自分が立てた献立を家庭で実践しようとしている。【ワークシート】
4	○調理実習をふり返り、成果や課題を見つけ、相手意識をもつ。 ・家庭での実習で工夫したところを発表する。 ・成果や課題を見つける。		調理実習での成果や課題を見い出している。【ワークシート、発言、活動の様子】	自分が立てた献立を家庭で実際に調理し、一連の活動をふり返り改善しようとしている。【ワークシート、発言、活動の様子】

#### 4 本時の学習指導 (本時 2 / 4)

(1) 本時の目標 自分の食事から気付いた課題の解決に向けて自ら考えをもって試行錯誤し、良い献立について考え、1食分の「マイメニュー」を作成する。

(2) 食育の視点 食材に含まれる栄養素やそのはたらきを考え、適切な選択をすること。

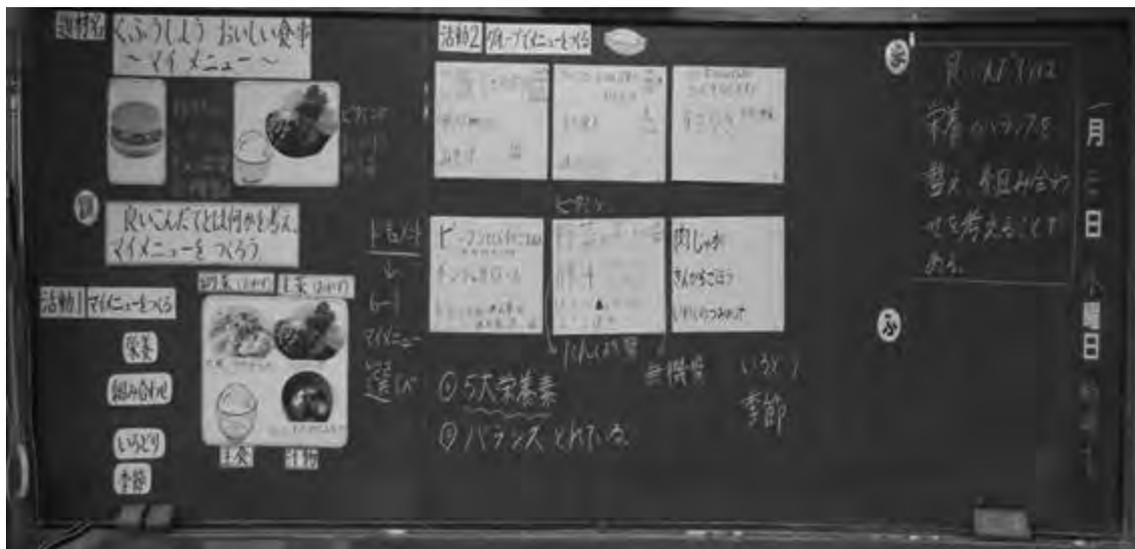
【食品を選択する能力】

#### (3) 展開

時間 (分)	学習活動 ・重点キーワード	指導上の留意点 (・) 評価規準 (◇)
5	1 課題のある食事を見て、既習事項の復習をし、視点を明確にする。 ・栄養バランス ・組み合わせ 2 本時の学習の見通しをもつ。 ・学習課題の把握	・5大栄養素の食品がそろった食事は、栄養バランスがよいことを想起させる。 ・児童に関心をもたせ、学習意欲や課題意識を持たせる。 ・児童の言葉を生かして課題を立てる。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>良いこんだてとは何かを考え、「マイメニュー」をつくろう。</p> </div>		
20	3 「マイメニュー」のつくり方を知る。 ・栄養バランス	・全体で考え、児童一人一人が本時の学習へのイメージをもてるようにする。
	4 「マイメニュー」を作成する。 	・タブレットに多くのメニュー資料を用意し、児童一人一人が自分の考えを生かして学習できるようにする。 ・なかなか活動できない児童にいち早く駆けつけ、個に応じて課題を解決し、学習を確保する。 ◇栄養バランスのよい1食分の献立の立て方について理解している。【知識・技能】(ワークシート、活動観察)

<p>15</p>	<p>5 各自で作成した「マイメニュー」をグループ内で発表し合う。</p> <p>6 班ごとに「食べたいメニューボード」を作成する。</p> <p>7 全体で共有する。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシートとタブレットを見せながら発表し合い、自他の意見を交換することを通して、さらに考えを広げられるようにする。</li> <li>・栄養バランスや工夫している点に気付けるようにする。</li> <li>・本時のねらいに基づいた視点で班ごとに話し合うことで、学習を深められるようにする。</li> <li>・全体で各班の「食べたいメニューボード」ホワイトボードを比較することによって、どの班にも共通していることは何かを考えさせ、良い食事とは何かに気付けるようにする。学習のキーワードを記載する。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>仮説①にせまるための手立て        児童の思いや思考を板書や掲示物に可視化して、食への関心を持って食生活を見つめることができるようにする。</p> </div> <p>◇良い食事についてそれぞれの意見を比較して考えている。【思考・判断・表現】(ワークシート、発言)</p>
<p>5</p>	<p>8 本時のまとめをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>「良いこんだてとは、」①食品の組み合わせを考えて②栄養のバランスを整えることである。</p> </div> <p>9 振り返りをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各班の共通事項やキーワードを使って児童の言葉でまとめさせる。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の学習を通して、自分の「マイメニュー」を栄養バランスの視点で見つめ直せるようにする。</li> <li>・実践への意欲につなげるようにする。</li> </ul>

5 板書



# 深谷市立常盤小学校



2021年は埼玉誕生150周年





第3学年3組 総合的な学習の時間学習指導案

令和2年11月18日(水) 第5校時

指導者 教諭 吉川 優人

1 単元名 「野さい王国 深谷」

2 単元目標

深谷で有名な野菜を調べたり、ブロッコリーを育てたりすることを通して、深谷の野菜のよさを知り、自身もたくさんの深谷の野菜を食べていこうという心情を育てるとともに、深谷の野菜のよさを家庭や地域にも広めようとしている。

※3 児童の実態 4 単元について 5 単元の評価規準 は省略(4・6年生も同様)

6 単元の指導計画と評価計画

単元のイメージ図(探究的な学習における児童の学習の姿)	
<p><b>課</b> 課題の設定</p> <p><b>情</b> 情報の収集</p> <p><b>整</b> 整理・分析</p> <p><b>ま</b> まとめ・表現</p>	<p>3 学年の 具体的な取組</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学校ファームを活用したブロッコリーやキャベツの栽培</li> <li>○JAの方による苗の植え方や収穫の仕方の指導</li> <li>○深谷の野菜のよさを児童が家族にも紹介していく</li> </ul>
<p><b>指導計画</b></p> <p>◎学習課題 ・学習活動 ○本時のまとめ</p>	<p><b>評価計画</b></p> <p>◆各時間終了時の児童の姿 ○評価(評価方法)</p>
<p>1～2時間目【課題の設定】</p> <p>◎深谷ではどのような野菜が有名だろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・知っている野菜を出し合う。</li> </ul> <p>○深谷には有名な野菜がたくさんありそう。</p>	<p>◆深谷で育てられている野菜に関心がもてる。</p> <p>○<b>態</b>①(観察・学習カード)</p>
<p>3～5時間目【情報の収集】</p> <p>◎どのような野菜が作られているのか調べよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・インターネットで調べる。</li> <li>・家族にインタビューする。</li> </ul>	<p>◆深谷で育てられている野菜について必要な情報を選択して収集している。</p> <p>○<b>思・判・表</b>①(学習カード)</p>
<p>6時間目【整理・分析】【まとめ・表現】</p> <p>◎自分が調べた野菜を紹介しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調べた野菜を出し合い、共有する。</li> </ul> <p>○深谷にはネギやブロッコリーなどの野菜がある。</p>	<p>◆深谷ではネギやブロッコリーなどのたくさんの野菜が育てられていることを知る。</p> <p>○<b>知・技</b>①(観察・学習カード)</p>
<p>20時間目【課題設定】(本時)</p> <p>◎ブロッコリーのよさを、自分たちだけのものにしていてもよいのだろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題について考える。</li> </ul> <p>○深谷の野菜のよさを広めていこう。</p>	<p>◆深谷の野菜のよさを広めていこうという意識がもてる。</p> <p>○<b>態</b>③(観察・学習カード)</p>
<p>21～23時間【情報収集】</p> <p>◎深谷の野菜をおいしく食べる方法を調べよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・深谷の野菜のよさをさらに伝える方法を考える。</li> <li>・深谷の野菜を活かしたレシピを調べる。</li> </ul> <p>◎どのように広めていくか考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家族や地域の人への伝え方を考える。</li> </ul> <p>○レシピを作ったり、新聞やポスターにしたりして深谷の野菜のよさを広めていこう。</p>	<p>◆野菜のよさを伝える方法を考えられる。</p> <p>○<b>思・判・表</b>③(学習カード・新聞・ポスターなど)</p>

<p>24～26時間目【整理・分析】</p> <p>◎新聞やポスターを作って野菜のよさを広めよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・新聞やポスターにまとめる。</li> <li>・深谷の野菜を活かしたおすすめレシピを作る。</li> </ul> <p>○読み手の興味を引くような内容にしよう。</p>	<p>◆深谷の野菜のよさを工夫してまとめられる。</p> <p>○思・判・表③(学習カード・新聞・ポスターなど)</p>
<p>27時間目【まとめ・表現】</p> <p>◎これまでの学習を振り返ろう。</p> <p>◎深谷の野菜のよさを紹介しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・まとめたことを発表する。</li> </ul> <p>○家族にも協力してもらい今後も深谷の野菜を食べていこう。</p>	<p>◆深谷の野菜のよさを広め、今後も深谷の野菜を食べていこうという意識がもてる。</p> <p>○態④(観察・学習カード・新聞・ポスターなど)</p>

7 本時の指導計画 (本時 20 / 27)

(1) 目標

深谷市の野菜のよさを広めていこうという意識をもつことができる。

【食育の視点】

- \* 深谷で有名な野菜を家族や地域に広めようとしている。〈社会性〉
- \* 深谷で有名な野菜に愛着をもち、進んで食べようとしている。〈食文化〉

(2) 展開

学習活動	・指導上の留意点 ○評価 (評価方法)	準備	時間
1 前時の学習を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブロッコリーを食べた時の様子を提示し活動を振り返る。</li> <li>・ブロッコリー畑の写真から深谷ではたくさんの野菜が育てられていることを押さえる。</li> <li>・自分達だけがブロッコリーのよさを知っているのはもったいないという意識をもたせる。</li> </ul>	ブロッコリーを食べる時の動画畑の写真	5分
<p>2 本時の課題を知る。</p> <p><b>ブロッコリーのよさを自分たちだけのものにしておいてもよいのだろうか。</b></p>			
3 野菜が足りていない人の1日の食事のメニューを見て、感想を書く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・メニューを見て感じたことを発表させ、野菜が足りていないことを押さえる。</li> <li>・深谷市の食生活のデータを見せ、野菜不足の人がたくさんいることを押さえる。</li> </ul>	Y先生の1日の食事の写真市のデータ	7分
4 ゲストティーチャーの話聞く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・JAの方から深谷市の人の食生活についてのお話をいただく。</li> <li>①市のブロッコリーの生産量</li> <li>②地産地消</li> <li>③深谷の野菜をたくさん食べてほしいこと</li> </ul>	学習カード	5分
5 養護教諭の話聞く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なぜ野菜を食べた方が良いのかについて考えさせる。</li> <li>①野菜を食べると良い理由</li> <li>②野菜の栄養</li> </ul>	掲示物	5分
6 情報を整理する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今後の課題設定に繋げる内容を整理する。</li> <li>①「深谷市にはたくさんの野菜がある。」</li> <li>②「野菜不足の人が深谷市には多い。」</li> <li>③「深谷の野菜をたくさん食べてほしい。」</li> <li>・深谷市の野菜のよさを児童と確認していく。</li> <li>* 深谷で有名な野菜を家族や地域に広めようとしている。〈社会性〉</li> </ul>	掲示物	5分
7 深谷の野菜のよさについて話し合い、発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・整理した情報をもとに自分達に何ができるのかを話し合わせる。</li> <li>・自分達だけでは限界があるため家庭とも関われる意見が出るように促す。</li> <li>* 深谷で有名な野菜に愛着をもち、進んで食べようとしている。〈食文化〉</li> </ul>		10分

8 まとめをする。

5分

### 深谷の野さいのよさを広めていこう。

○これまでの学習で得た知識や体験してきたことを進んで家族や地域の人に伝えようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】  
(観察・学習カード)

#### (3) 板書計画

The blackboard display plan includes the following elements:

- Top Left:** A box with the text "7ロックリーのよさを、自分たちだけのものにしておいてもよいだろうか。"
- Top Center:** A box titled "Y先生の1日のメニュー" containing three photos of food dishes.
- Top Right:** Three numbered points in boxes: "1 深谷にはたくさんの野さいがある。", "2 野さい不足の人が深谷には多い。", and "3 深谷の野さいをたくさん食べてほしい!"
- Middle Left:** A large photo of a vegetable field.
- Middle Center:** Handwritten notes: "野さいが全くない。", "えいようバランスが悪い。", "深谷の野さいを食べた方がよい。"
- Middle Right:** A box titled "深谷市のみなさんは" with a right-pointing arrow and the text "野菜が足りない!".
- Bottom Left:** A box titled "風になる健康データ" with a bar chart showing "1日に1回しか野菜を使った料理を食べた人は 55.1%".
- Bottom Center:** A box titled "1日あたり平均野菜摂取量は 70g 足りない (目標量は 350g)".
- Bottom Right:** Handwritten notes: "自分たちができることは...", "野さいをたくさん食べる。", "家ごとに深谷の野さいのよさを伝える。", "ポスターにして、たくさんの人に見てもらう。", and "深谷の野さいのよさを広めていこう。"

第4学年 総合的な学習の時間学習指導案

令和2年11月18日(水) 第5校時  
 指導者 教諭 市川 健太  
 教諭 吉橋 江里  
 教諭 渡辺 碧

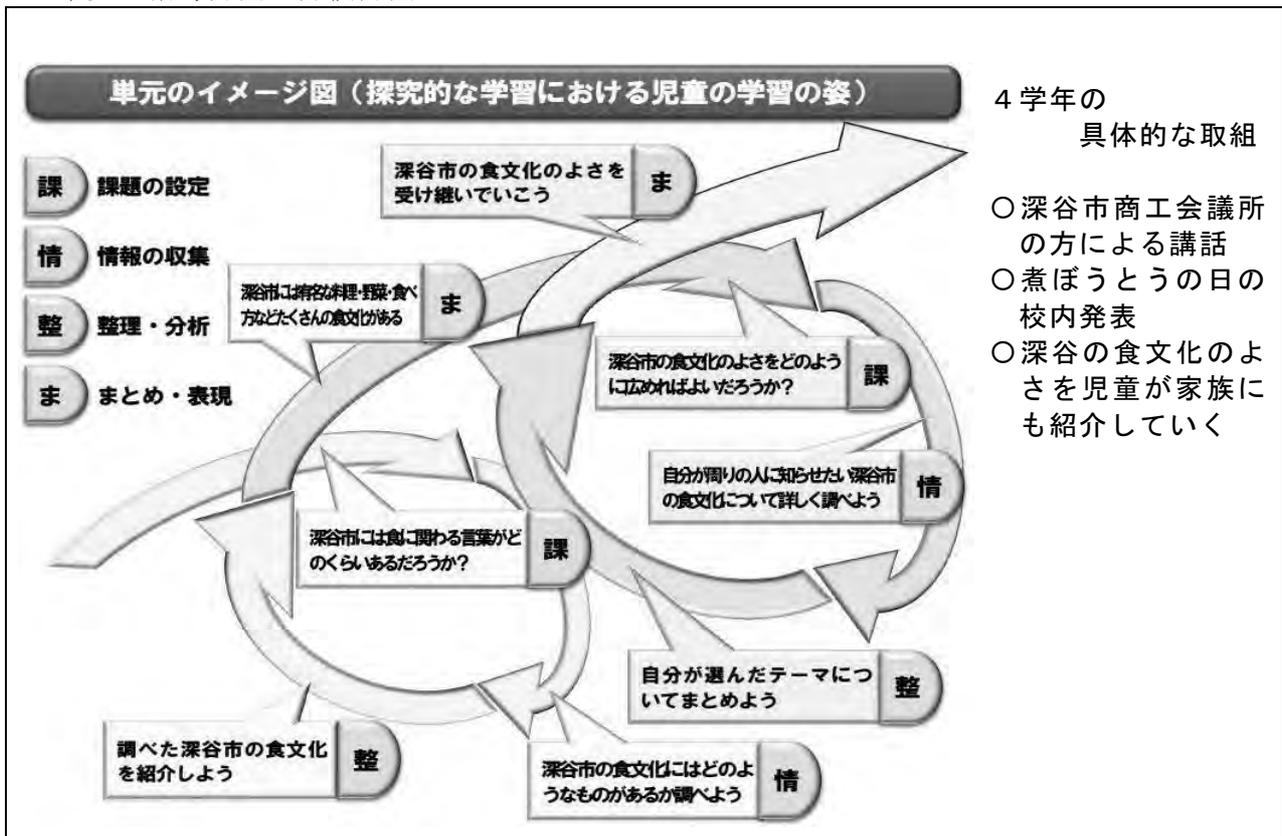
1 単元名 「深谷の食文化」

2 単元目標

深谷市の食文化について調べたり、調べた内容を工夫してまとめたり、伝え合ったりする活動を通して、深谷市の食文化のよさに気づき、食文化を大切にしようとする心情を育むとともに、深谷市の食文化のよさを広め、受け継いでいこうとしている。

※3 児童の実態 4 単元について 5 単元の評価規準 は省略

6 単元の指導計画と評価計画



4 学年の  
具体的な取組

- 深谷市商工会議所の方による講話
- 煮ぼうとうの日の校内発表
- 深谷の食文化のよさを児童が家族にも紹介していく

指導計画 ◎学習課題・学習活動 ○本時のまとめ	評価計画 ◆各時間終了時の児童の姿 ○評価(評価方法)
1 時間目【課題の設定】 ◎深谷市には食に関わる言葉がどのくらいあるのだろうか。 ・思いつく言葉をイメージマップで表して広げる。 ○深谷市には食に関わる言葉がたくさんある。	◆深谷市の食文化に関心をもっている。 ○ <u>態①</u> (行動・ワークシート)
2～4 時間目【情報の収集】 ◎深谷市の食文化にはどのようなものがあるか調べよう。 ・本やインターネットで調べる。 ○深谷市の食文化には、野菜や肉等の食材、地域に根付いた料理などがある。	◆深谷市の食文化について理解しようと必要な情報を収集している。 ○ <u>思・判・表②</u> (行動・ワークシート)
5～6 時間目【整理・分析】【まとめ・表現】 ◎調べた深谷市の食文化を紹介しよう。 ・深谷市の食文化について調べたことを発表する。 ○深谷市には有名な料理・食材・食べ方の工夫などたくさんある食文化がある。	◆深谷市には有名な料理・食材・食べ方の工夫などたくさんあることを知る。 ○ <u>知・技②</u> (行動)

<p>7時間目【課題の設定】</p> <p>◎深谷市の食文化のよさをどのように広めればよいのだろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・5年生とのピアエデュケーションを活用しながら、班で伝える方法を考える。</li> </ul> <p>○知らせたい内容を詳しく調べ、身近な人や地域の人に発表する。</p>	<p>◆深谷市の食文化のよさを積極的に広めていこうという意欲をもっている。</p> <p>○<b>態</b>②(行動・ワークシート)</p>
<p>8～12時間目【情報の収集】</p> <p>◎自分が周りの人に知らせたい深谷市の食文化について詳しく調べよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマを決めて本やインターネット、インタビューなどで情報を集める。</li> <li>・商工会議所の方から話を聞く。</li> </ul> <p>○深谷市の食文化を詳しく調べることで、新たな魅力やよさを発見できる。</p>	<p>◆自分が周りの人に知らせたい深谷市の有名な料理・食材・食べ方について詳しく調べ、新たな魅力やよさに気付くことができる。</p> <p>○<b>知・技</b>①(行動・ワークシート)</p> <p>○<b>思・判・表</b>①(行動・ワークシート)</p>
<p>13～16時間目【整理・分析】</p> <p>◎自分が選んだテーマについてグループでまとめよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調べた内容を模造紙などに詳しくまとめる。</li> </ul> <p>○模造紙などにまとめることで、特徴や由来などを整理することなどができる。</p>	<p>◆自分が周りの人に知らせたい深谷市の食文化を伝える方法を考えることができる。</p> <p>○<b>知・技</b>③(行動・発表資料)</p> <p>◆自分が周りの人に知らせたい深谷市の食文化について工夫してまとめている。</p> <p>○<b>思・判・表</b>③(行動・発表資料)</p>
<p>17～18時間目【まとめ・表現】</p> <p style="text-align: right;">(本時：17時間目)</p> <p>◎深谷市の食文化のよさを伝え合おう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各グループでまとめたことを発表し合う。</li> </ul> <p>○深谷市には自分たちが調べた食文化以外にもたくさんの魅力がある。</p> <p>◎深谷市の食文化とのこれからの関わり方を考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発表を通じて伝え合った内容を共有し、今後の深谷市の食文化との関わりを考える。</li> </ul> <p>○今後も深谷市の有名な料理・食材・食べ方の工夫などを受け継いでいこう。</p>	<p>◆深谷の食文化のよさを広め、今後も深谷市の有名な料理・野菜などをたくさん食べて、深谷市の魅力を広めていこうという意識をもつことができる。</p> <p>○<b>思・判・表</b>④(行動・ワークシート)</p> <p>○<b>態</b>③(行動・ワークシート)</p>

7 本時の指導計画 (本時 17 / 18)

(1) 目標

自分が選んだテーマの魅力について、友達と協力しながら、聞き手に工夫して伝えることができる。

【食育の視点】

\* 深谷市の産物・食文化や歴史等を理解し尊重する。〈食文化〉

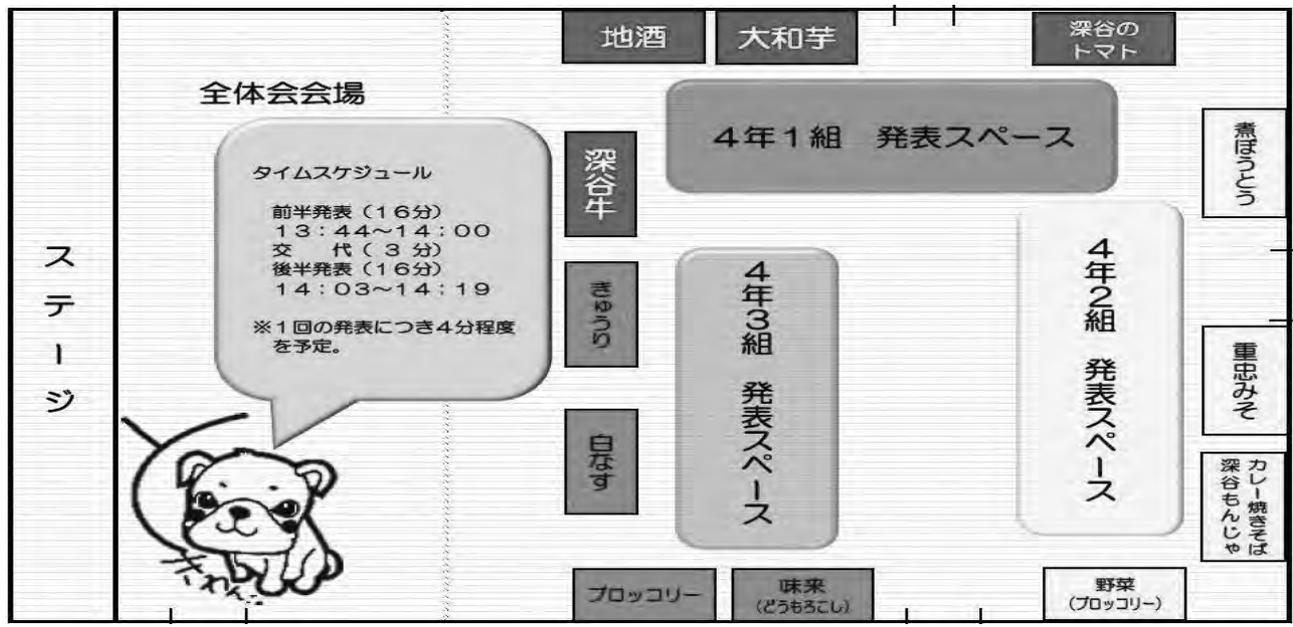
\* 食べ物を大切にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する。〈感謝の心〉

(2) 展開

学習活動	・指導上の留意点 ○評価 (評価方法)	準備	時間
1 前時までの学習を振り返る。	・本時までの学習を想起させ、発表への意欲を高める。		4分
<b>深谷市の食文化のよさを伝え合おう。</b>			
<p>3 グループごとに発表する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地酒 ・大和芋</li> <li>・深谷のトマト ・深谷牛</li> <li>・煮ぼうとう ・重忠みそ</li> <li>・カレー焼きそば</li> <li>・深谷もんじゃ</li> <li>・ブロッコリー</li> <li>・きゅうり ・しろなす</li> <li>・味来 (とうもろこし)</li> <li>・ブロッコリー</li> </ul> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各グループ内を前半・後半に分け、発表する時間と聞く時間を設ける。</li> <li>・相手によく伝わるように事前に目線や声の大きさ、話す速さについて指導しておく。</li> <li>・ワークシートにメモしながら聞くことで自分が調べたテーマ以外のよさにも気付かせる。</li> <li>・全体を見て、聞き手の人数に偏りがないように声をかける。</li> </ul>	ストップウォッチ	35分

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表者に体を向けて静かに聞くなどマナーを守らせることで、堂々と発表できる雰囲気をつくるとともに他グループの発表を聞き、そのテーマのよさにも気付かせるようにする。</li> <li>・他のグループの発表内容と自分達が調べてきたテーマについての知識を合わせて理解を深めさせる。</li> </ul> <p>○自分が選んだテーマの魅力について友達と協力しながら、工夫して伝えることができる。</p> <p>【知識・技能】（行動・ワークシート）</p> <p>*深谷市の産物・食文化や歴史等を理解し尊重する。〈食文化〉</p>	6分
	<p>4 感想を発表する。</p> <p>5 まとめをする。</p> <p>・発表を聞いて感じたことを共有し、考えを深めさせる。</p>	
<p><b>深谷市には、自分達が調べた食文化以外にもたくさんの魅力がある。</b></p> <p>*食べ物を大切にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する。〈感謝の心〉</p>		

(3) 会場図



第6学年1組 総合的な学習の時間学習指導案

令和2年11月18日(水) 第5校時  
 指導者 教諭 渡辺 光弥 (T1)  
 栄養教諭 加藤 照美 (T2)

1 単元名 「深谷駅の駅弁をつくろう！」～地産地消を意識した魅力のある献立づくり～

2 単元目標

深谷市の特産品を調べたり、身近なお弁当に目を向けたりする活動を通して、生産者の思いや地域のよさに気づき、それらを発信するためのPR活動に取り組むことで地域への愛着を深め、これまでの食生活を見直し、自らの生活に生かそうとする。

※3 児童の実態 4 単元について 5 単元の評価規準 は省略

6 単元の指導計画と評価計画

**単元のイメージ図（探究的な学習における児童の学習の姿）**

**6 学年の具体的な取組**

- T Tによる指導や栄養教諭と連携を図った授業実践
- 特産品を生かした深谷駅弁づくり
- 地域にPRするための駅弁紹介

指導計画	評価計画
◎学習課題 ・学習活動 ○本時のまとめ	◆各時間終了時の児童の姿 ○評価(評価方法)
1 時間目【課題の設定】 ◎深谷市の魅力について考えよう。 ・ 図や言葉でまとめ、課題について考える。 ○深谷市の魅力を伝えるために自分たちにできることは何かあるのかな。	◆深谷市の良さを想起し、その魅力についてしろうとしている。 ○ <u>態</u> ① (学習カード)
2 時間目【情報の収集】 ◎深谷市の特産品について調べよう。 ・ インターネットや地域の方への聞きとり ○深谷市にはたくさんの特産品がある。	◆進んで調査し、深谷市の特産品について知ろうとしている。 ○ <u>態</u> ① (学習カード)
3 時間目【整理・分析】 ◎調べてきたことを図や言葉にまとめよう。 ・ 思考ツールを使って調べた情報を整理する。 ○思考ツールを使うと調べてきたことが分かりやすく整理できる。	◆思考ツールを使って自分たちが調べてきたことをグループでまとめている。 ○ <u>思・判・表</u> ③ (学習カード)
4 時間目【まとめ・表現】 ◎グループごとにまとめたことを発表しよう。 ・ 調べた特産品や地域の人の願いについて共有する。 ○深谷市にはたくさんの特産品があり、それぞれに地域の人の願いがこめられている。	◆特産品や地域の人の願いなどについて発表し、自分たちの手で深谷市をPRする方法を発表することができる。 ○ <u>知・技</u> ④ (学習カード)

<p>5時間目【課題の設定】</p> <p>◎お弁当の中身について考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お弁当と駅弁とのちがいを特徴を考える。</li> </ul> <p>○地域の魅力が伝わるような駅弁になっている。</p>	<p>◆駅弁や家の人が作っているお弁当の中身について関心をもつことができる。</p> <p>○<b>態②</b>（行動・学習カード）</p>
<p>6時間目【情報の収集】</p> <p>◎お弁当づくりのコツを学習しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・5つの項目について知る。</li> </ul> <p>○お弁当作りには欠かせない要素がある。</p>	<p>◆弁当づくりに必要な5つの項目について知ることができる。</p> <p>○<b>知・技①</b>（発表）</p>
<p>7時間目【情報の収集】</p> <p>◎深谷駅弁にはどのような主食・主菜を入れたらよいのかな。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特産品から選択したり栄養素について考えたりする。</li> </ul> <p>○深谷の特産品を入れることで深谷ならではの駅弁になる。</p>	<p>◆深谷の特産品にふれ、駅弁にふさわしい献立について意欲的に考えている。</p> <p>○<b>態③</b>（行動・学習カード）</p>
<p>8時間目【情報の収集】（本時）</p> <p>◎深谷駅弁にはどのような副菜を入れたらよいだろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・深谷の地場野菜を入れたおかずを選択する。</li> </ul> <p>○副菜に地場野菜を取り入れることで深谷ならではのオリジナル駅弁になる。</p>	<p>◆地場野菜に気付き、深谷駅弁の副菜を考えることができる。献立づくりのポイントをふまえ、紹介したいおかずを選択している。</p> <p>○<b>思・判・表②</b>（学習カード・発表）</p>
<p>9時間目【整理・分析】</p> <p>◎お弁当の中身を完成させよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・足りない栄養素について考え、整理する。</li> </ul> <p>○足りない部分を補うことでより魅力的になる。</p>	<p>◆アイデアを生かして見栄えや色合いなどの足りない部分を考えている。</p> <p>○<b>思・判・表③</b>（学習カード・発表）</p>
<p>10時間目【まとめ・表現】</p> <p>◎魅力あるパッケージやネーミングを考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちが伝えたい思いや願いを入れる。</li> </ul> <p>○自分たちが考えた深谷駅弁が完成できた。</p>	<p>◆深谷オリジナルの駅弁として商品を完成させることができる。</p> <p>○<b>思・判・表①</b>（学習カード）</p>
<p>16時間目【課題の設定】</p> <p>◎多くの人に広めていくにはどうしたらよいのだろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・広めていくための方法を考える。</li> </ul> <p>○より多くの人に伝えるためにホームページを活用しよう。</p>	<p>◆自分たちが発表してきた内容を振り返り、今後の学習課題について考えることができる。</p> <p>○<b>知・技①</b>（学習カード）</p>
<p>17時間目【情報の収集】</p> <p>◎より多くの人に伝えるための工夫を考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちにできそうなことを考える。</li> </ul> <p>○これまで学習した図などの資料を使って分かりやすいものにすると良い。</p>	<p>◆数々のホームページを参考にし、見ている人に伝わりやすいまとめ方について考えようとしている。</p> <p>○<b>態②</b>（行動）</p>
<p>18～21時間目【整理・分析】</p> <p>◎ホームページに載せられる内容をまとめよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発表用ソフトを使ってグループごとにまとめる。</li> </ul> <p>○見やすさや分かりやすさを考えることが大切である。</p>	<p>◆これまでの学習を生かして、自分たちにできるまとめ方を実行し、考えをまとめている。</p> <p>○<b>思・判・表③</b>（行動）</p>
<p>22時間目【まとめ・表現】</p> <p>◎ホームページで発信したことでどうなっていくのだろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・閲覧した人からの感想を知り、展望をもつ。</li> </ul> <p>○計画的に実践したことで深谷市の魅力を広める。 ⇒地域のために自分たちにできることを続けよう。</p>	<p>◆自分たちが行ってきたPR活動についての実践を振り返り、今後の生活に向けて深谷市をより良くしようとする自主的・実践的な態度を高めようとしている。</p> <p>○<b>思・判・表④</b>（発表） ○<b>態④</b>（学習カード）</p>

## 7 本時の指導計画（本時8 / 22）

### （1）目標

深谷市の魅力を伝えるため、地場野菜を生かした駅弁の副菜を考えることができる。

#### 【食育の視点】

\*自分たちの住む県の産物・食文化や歴史等を理解し尊重する。〈食文化〉

\*食物を大切にし、食物の生産等に関わる人々に感謝する。〈感謝の心〉

### （2）展開

学習活動	・指導上の留意点 ○評価（評価方法）	準備	時間
1 栄養の歌を歌う。	・赤、黄、緑の栄養素に関わる歌を歌うことで学習意欲を喚起する。	音楽 CD	5分
2 前時の振り返りをする。	・ワークシートや書画カメラで現時点でのお弁当の中身について振り返る。 ・食品分類表をふまえ、不足している栄養素にもふれる。	ワークシート① 掲示資料	

3 本時の課題を知る。	<b>深谷駅弁にはどのような副菜を入れたらよいだろうか。</b>		おかず カード	5 分
4 給食の献立を想起する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・最近食べた給食の献立を振り返る。</li> <li>・既習内容の地場野菜（伝統野菜ふくむ）や旬の野菜にも目を向けさせる。</li> </ul>	掲示 資料	野菜 カード	ワーク シート ②
5 栄養教諭の話聞く。	<p>常盤小の給食では地元の野菜をなるべく多く使っています。地産地消といいます。地域の美味しい旬の食材を使うことは安心・安全に食べることや食文化を守ることにつながります。</p>	参考用 カード	食品 分類表 おかず カード	10 分
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養教諭の話聞き主活動への意欲を高めさせる。</li> <li>*自分たちの住む県の産物・食文化や歴史等を理解し尊重する。〈食文化〉</li> </ul>	発表用 ボード	五大 栄養素の 掲示物	15 分
6 自分で副菜にするものを選ぶ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で副菜を1品選択させ、その理由を書く。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>～決め手のポイント～</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・味 ・バランス（栄養） ・色どり</li> <li>・特産品 ・おすすめ ・冷めてもおいしい</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・おかずの参考用カードをペアごとに配布する。</li> <li>・提示しているおかずに食材を付け足して考えても良いことにする。</li> <li>・カードにないおかずを考えることもできる。</li> <li>・選んだおかずにはどんな栄養素が含まれているのか食品分類表を確認させる。</li> </ul>	  	5 分	
7 グループ内で意見を交流し合う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で考えた副菜を紹介しあう。</li> <li>・交流時には、相手の意見を尊重させる。</li> <li>・友達の良い考えはワークシートに書き込み、多くの考えにふれることで理解を深める。</li> <li>・おかずカードで操作的な活動を通して考えの見える化を図る。</li> </ul>	発表する。	5 分	
8 発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・複数の班の考えを抽出し、発表させる。</li> <li>・班で決まったグッドデザインを黒板に掲示することでより良い考えに触れさせる。</li> </ul>	  		



9 本時のまとめをする。

5分

**地場野菜を生かすことで深谷ならではの駅弁になる。**



10 次時について知る。

- ・自分自身の考えをワークシートで振り返る。
  - 自分で考えたり友達の意見を聞いたりし、駅弁の副菜について考えている。
- 【思考・判断・表現】（観察・ワークシート）

- ・実際に駅弁に入れる副菜は後日投票によって決まることを伝える。
- ・駅弁の足りない部分やどんな視点で考えれば良いかについて触れておく。
- \*食物を大切にし、食物の生産等に関わる人々に感謝する。〈感謝の心〉

(3) 板書計画





# 久喜市立菖蒲小学校



2021年は埼玉誕生150周年



### 第3学年1組 学級活動学習指導案

日時 令和2年11月13日(金) 第5校時  
 場所 3年1組 教室  
 児童数 男子20名 女子19名 計39名  
 指導者 教諭 山内 俊治 (T1)  
 栄養教諭 増田 香織 (T2)

- 1 題材 はしの使い方名人になろう  
 学級活動(2) エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

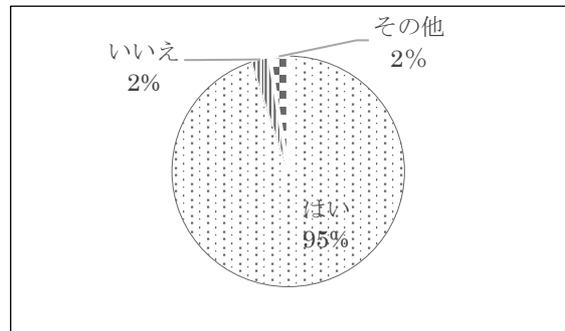
#### 2 題材について

##### (1) 児童の実態

非常に明るく元気な学級である。児童にとって給食は楽しみのひとつであり、今日の給食は何かよく話題に上がっている。96%の児童は、「食事は、大切だ。」と考えているが、給食での残量は多く、約4分の1の児童が嫌いなものは食べないと回答している。食事のマナーに関しては、気をつけて食べている児童は31%しかいない。給食中のはしの持ち方を見てみると、半数近くの児童が正しくはしを持つことができている。ごはんつぶがきれいにとれないなど、食べることに時間がかかり、給食の時間内に食べ終わることができない児童も見受けられる。

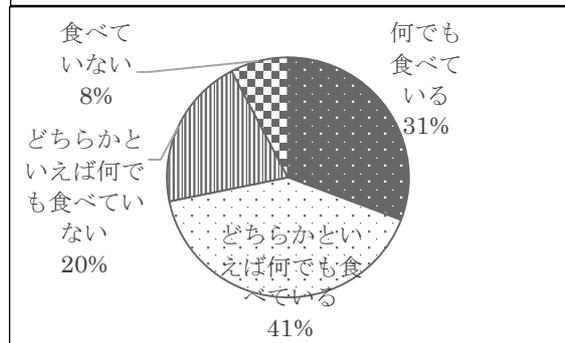
○食事(食べること)は大切だとおもいますか?

- ・はい・・・96%
- ・いいえ・・・2%
- ・無回答・・・2%



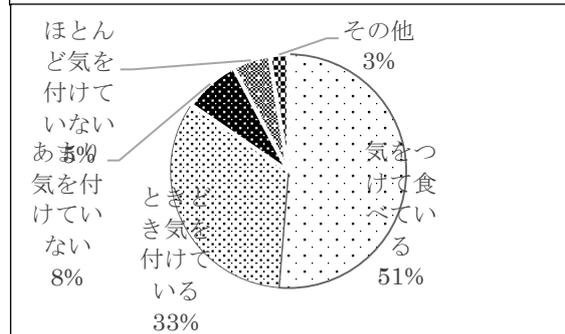
○好き嫌いせずに何でも食べていますか?

- ・何でも食べている・・・31%
- ・どちらかといえば何でも食べる・・・41%
- ・どちらかといえば何でも食べていない・・・20%
- ・食べていない・・・8%



○食事のマナーに気をつけていますか?

- ・気をつけて食べている・・・31%
- ・ときどき気をつけて食べている・・・33%
- ・あまり気をつけていない・・・8%
- ・ほとんど気をつけていない・・・5%
- ・無回答・・・3%



##### (2) 題材設定の理由

近年「おいしく食べられれば、はしの使い方はそんなに気にしない」というように、はしを正しく持っていないくても、無理に直さなくてもよいとする風潮も感じられる。しかし、ユネスコの世界無形文化遺産に登録された「和食」には、日本人が大切にしてきた心や知恵が多くつまっている。「箸の文化」もその一つである。昔から伝えられてきた「はしを使うときのマナー」から、日本人がいかに美しく食事をすることにこだわってきたかを知ることができる。また、学校給食を通し、和食が栄養バランスに優れていることや、日本の食文化を伝えるうえで、和食を楽しんで食べられるように、はしの正しい持ち方や上手な使い方の習得は欠かせないと思う。

そこで、本時の学習では、正しくないはしの持ち方を劇で見せ、どこがよくないのかを考えさせることから、はしのすばらしさを知り、はしを正しく持ちたいという気持ちをもたせたい。また、「スポンジ」や「大豆」を使い、はしの持ち方を楽しく体験させ、はしの使い方名人になりたいという意欲につなげたい。

### 3 本校研究主題にせまる手立て

- (1) 本校研究主題 いのちの大切さを実感し、たくましく生きる児童の育成  
～自分の考えをもち、伝え合う児童の育成を通して～
- (2) 主題にせまる手立て
- 食事をおいしく楽しんで食べられるように、正しいはしの持ち方や上手な使い方の習得を目指す。
  - グループ活動を通して、自分の言葉で伝え合い、正しいはしの持ち方を理解する。

### 4 指導のねらい

- (1) ねらい
- ・自分の食事の仕方を振り返り、はしを正しく持って食べようとする意欲を育てる。
- (2) 食育の視点
- ・はしの働きについて関心を持ち、食事の大切さを知る。【食事の重要性】
  - ・正しいはしの持ち方を知り、正しく持って食べようとする。【社会性】

### 5 評価規準

よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
食事をおいしく楽しんで食べるために、正しいはしの持ち方や使い方を理解している。	①なぜ、はしを正しく持てるとよいのかを考えることができる。 ②自分のはしの持ち方と正しいはしの持ち方の違いに気づき、正しくはしを持つようとしている。	食事をおいしく楽しんで食べるために、自分のはしの持ち方を振り返り、意欲的に正しいはしの持ち方を練習しようとしている。
食育の視点に即した評価規準		
*正しいはしの持ち方を知り、正しく持って食べようとする。【社会性】		

### 6 事前指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
アンケートに記入する。	・食事のマナーアンケートを実施し、学級の実態を把握する。 ・自分自身の食事の仕方を振り返ることで、本時の導入へとつなげる。	アンケートを通して、食事のマナーについて振り返ろうとしている。 【態度】アンケート

### 7 本時の展開

	児童の活動	指導上の留意点		資料	目指す児童の姿と評価方法
		T 1 (学級担任)	T 2 (栄養教諭)		
導入 5分	1 劇を見て、考える。	・正しくないはしの持ち方を劇で見せ、どこがよくないのかを考えさせる。	・劇の補助を行う。		
	2 本時の課題を知る。(2分)	正しいはしの持ち方を知ろう。 ・課題を確認させる。			

展 開 35 分	3 正しくはしを持てるとよい理由を考え発表する。(5分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>一人ひとり、なぜはしを正しく持てるとよいのかを考えさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しく持てるとよい理由を伝える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しく持てるとよい理由の黒板掲示。</li> <li>自分のはし</li> <li>ワークシート1</li> </ul>	なぜ、はしを正しく持てるとよいのかを考えることができる。② (思考・判断・表現)【態度】
	4 はしの持ち方を見せ合う。(3分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ペアではしの持ち方を見せ合い、自分の持ち方に近い絵に○をつけさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しいはしの持ち方を見せ、正しい持ち方のポイントを示す。</li> <li>練習方法を伝える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分のはし</li> <li>スポンジ、大豆</li> <li>ワークシート2</li> <li>ワークシート3</li> </ul>	自分のはしの持ち方と正しいはしの持ち方の違いに気づき、正しくはしを持つようとしている。(思考・判断・表現)【態度】
	5 正しいはしの持ち方を知る。(5分)				
	6 正しいはしの持ち方を練習する。(20分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>4人グループで、正しい持ち方を確認しながら、練習させる。</li> <li>グループに1人正しく持てる児童が入るよう考慮する。</li> <li>速度ではなく、正しく持てていることが大切であることを伝える。</li> <li>正しい持ち方ができるよう支援をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しいはしを持ち方を見せ、正しい持ち方のポイントを示す。</li> <li>練習方法を伝える。</li> <li>スポンジをはしではさみ、はしの動かし方を練習させる。</li> <li>正しい持ち方チェックポイントを確認しながら進めさせる。</li> <li>正しい持ち方ができるよう支援をする。</li> </ul>		
終 末 5 分	7 本時の振り返りをする。(5分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しいはしの持ち方を理解しているか、ワークシートで確認する。</li> <li>自分のはしの持ち方を振り返り、これからがんばりたいことを書かせる。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート1</li> </ul>	正しいはしの持ち方を理解している。(知識・技能)【ワークシート1】 自分のはしの持ち方を振り返り、はしを正しく持って食べようとしている。(主体的態度)【ワークシート1】
					

### 7 事後の指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
1週間のはしの持ち方チェックをする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>本時の取組を保護者に伝え、家庭でもはしの持ち方や食事のマナーへの関心を高める。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>家庭でも、正しくはしを持つよう意識して食べている。(態度)【ワークシート1】</li> </ul>
おはし教室で練習を重ねる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>児童が継続して正しいはしの持ち方を練習できるような環境づくりをする。</li> <li>誰でも利用できるようなステップアップできるような活動を用意する。</li> <li>はし名人カードを各自づくり、意欲を持たせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>正しいはしの持ち方を練習し、正しいはしの持ち方を意識して食べることができる。(態度)【はし名人カード】</li> </ul>

第5学年1組 体育科（保健領域）学習指導案

日 時 令和2年11月13日（金）第5校時  
 場 所 5年1組 教室  
 児童数 男子23名 女子16名 計39名  
 指導者 教諭 池田 法子

- 1 単元名 けがの予防  
 2 単元について、 3 児童の実態・・・【省略】

4 教師の指導観

本単元の学習では、児童が事故やけがの原因や防ぎ方を理解し、けがのない生活をするを前向きに考えていくことが重要である。指導にあたっては、事故やけがは、誰にでも起こり得る身近な問題であると意識させなくてはならない。そこで、自己の生活を振り返ったり、具体的な例を基にしながらか話し合い活動を行ったりしていく。けがが起こる原因や防止策を考えることで、正しい判断を行う視点を増やしたり、けがをしないための安全な環境を整えたりする態度を養い、事故やけがを未然に防ごうとする意識を高めていきたい。また、けがをしにくい体やけがを治しやすい体をつくるためには、栄養バランスよく食事を取ることも重要である。けがを未然に防ぐためには、栄養バランスよく食事をすることも重要であることを取り上げ、日頃から栄養バランスよく食事をとることを実践していけるようにしたい。

5 単元の目標

①知識・技能

交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止、けがの手当について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

②思考・判断・表現

けがの防止について、課題解決を目指して、これまでの経験や学習活動をもとに、防止策等について考えたり、判断したりしている。

③主体的に学習に取り組む態度

けがの原因やその防止、手当について関心をもち、学習に意欲的に取り組もうとしている。

6 本校研究主題にせまる手立て

(1) 本校研究主題 いのちの大切さを実感し、たくましく生きる児童の育成  
 ～自分の考えをもち、伝え合う児童の育成を通して～

(2) 主題にせまる手立て

- 手立て1 ・個人で考えてからグループでの話し合い活動や全体活動の実施をする。  
 手立て2 ・身近な事例から、事故やけがを未然に防ぐ方法を考える。

7 単元の評価規準 【省略】

8 指導計画（5時間扱い）

時間	主な学習内容	評価の視点【評価の方法】
1 本時	1. けがの発生 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">事故やけがはどのようにして起こるのだろう</span> ・けがの原因を考え、けがは行動と環境が関わって起こることやけがを防ぐ方法を知る。 ・事故やけがを未然に防ぐためには、栄養バランスよく食事を取ることが大切であることを知る。	思考・判断・表現 ②【発言・ワークシート】 食育の視点に即した評価規準 ①【発言・ワークシート】
2	2. 交通事故の防止 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">交通事故を防ぐためにはどうしたらよいのだろう</span> ・交通事故が起こる原因を予想し、防ぐためのポイントを知る。 ・事例から交通事故が起こる原因、交通事故を防ぐ方法を考える。	思考・判断・表現 ①【発言・ワークシート】 知識・技能 ①【発言・ワークシート】
3	3. 学校や地域でのけがの防止 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">学校や地域でのけがを防ぐためには、どうしたらよいのだろう</span>	思考・判断・表現 ①【発言・ワークシート】

	・校内や地域でのけがの事例から、けがを防ぐ方法を知り、校内や地域でのけがを防ぐ方法を考える。	知識・技能 ①【発言・ワークシート】
4	4. 犯罪から身を守る方法 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">犯罪から身を守るためにはどうしたらよいのだろう</div> ・外見だけでは、不審者かどうかは分からないことを知り、犯罪被害にあわないためにはどうしたらよいか課題意識をもつ。 ・犯罪被害を防ぐポイントを知る。 ・事例から犯罪被害を防ぐためにどのように行動すればよいか考える。	思考・判断・表現 ②【発言・ワークシート】 主体的に学習に取り組む態度 ②【発言・ワークシート】
5	5. けがの手当 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">正しい手当の方法、簡単なけがの手当について知り、実践する。</div> ・正しい手当の方法、簡単なけがの手当について知り、実践を行う。	主体的に学習に取り組む態度 ①【発言・ワークシート】 知識・技能【発言・行動】

9 本時の学習と指導（1 / 5時）

(1) ねらい

- ・身近な生活におけるけがの原因やその防止、手当に関する課題について、自分の生活と比べて今後の生活に生かそうと表現している。(思考・判断・表現)

(2) 食育の視点

- ・心身の健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事とともに、適切な運動、休養および睡眠が必要であることを理解している。(心身の健康)

(3) 展開

時間	学習活動・内容	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準 *食育の視点)	資料等
導入 5分	1 本時の課題をつかむ。 (7分) ・事故やけがの体験や「ひやり」とした体験から、学習内容を考える。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">事故やけがは、どんなことが原因で起こるのか考えよう。</div>	○いろいろな場面での事故やけがの体験や「ひやり」とした体験を記入させ、発表させる。 ○自分の生活を振り返り、事故やけがの体験等を具体的に思い出させ、本時のめあてに迫れるようにする。 ○本時の学習に意欲的に取り組めるように、児童の言葉を生かし、本時のめあてを設定する。	ワークシート 
	2 保健室利用者(けが)を知り、けがの発生原因を考える。(5分) ・いつ、どこで、どのようなけがが多いかを知り、発生原因を考える。	○本校の今年度の保健室利用者(けが)をまとめた結果を掲示し、けがが多く発生する時間帯やけがの種類について気づけるようにする。 ○いろいろな観点からけがの発生原因を考えられるように伝える。	保健室利用者のグラフ  

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">展開 35分</p>	<p>3 けがの発生原因を考え、整理する。(6分)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>教科書のイラストからどのようなけがが起こるか考える。</li> <li>けがの発生には3つの原因があることを整理する。</li> </ul> <p>4 ほかの場面をもとにけがの発生原因を考え、未然に防ぐ方法を考える。(22分)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>事例はどのようになるかを考え、表にまとめる。その後グループで話し合い、発表する。</li> <li>けがを未然に防ぐ方法を考え、グループで話し合い、発表する。</li> </ul>	<p>○自分の生活を振り返りながら、教科書のイラストのような状況のとき、どのようなけがが起こるか考える。</p> <p>○けがの原因も考えさせ、発表させる。</p> <p>○児童から出された考えを、心の状態や体の調子、人の行動、環境ごとに分けて板書する。</p> <p>○事故やけがは人の行動と環境が原因で起こり、さらに人の行動はその人の心の状態や体の調子と関係していることをおさえる。</p> <p>○なぜ起きたのか原因を考え、心の状態や体の調子、人の行動、環境の表にあてはめて記入させる。</p> <p>○一人一人が自分の考えを発言する機会を確保したり多くの友だちの考えを聞き、考えを深めたりするために個人→グループ活動を行う。また、グループでの話し合いをクラス全体で共有する。</p>	<p>ワークシート</p> <p>教科書のイラスト</p> <p>ワークシート</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">終末 5分</p>	<p>5 学習のまとめをする。(5分)</p>	<p>○本時の学習で学んだポイントをまとめる。</p> <p>○本時の学習で学んだことやこれからの生活に生かしていきたいことをワークシートに書くように伝える。</p> <p>◆身近な生活におけるけがの原因やその防止、手当に関する課題について、自分の生活と比べて、今後の生活に生かそうと表現している。</p> <p style="text-align: right;">(思考・判断・表現)</p>	<p>ワークシート</p>



○個別学習

○グループ活動

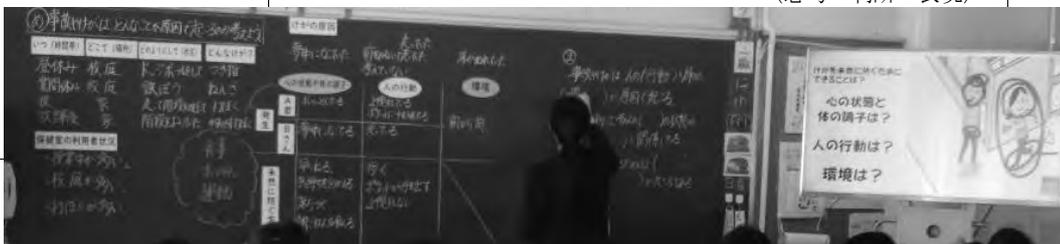
○それぞれの原因を未然に防ぐためにはどのようにしたらよいか考えさせる。その際、環境については自分たちの力では変えられないこともあることを伝える。

○体の調子を整えるためには、栄養バランスのよい食事とともに、適切な運動、休養及び睡眠が大切であることをおさえる。



\*心身の健康の保持増進には、栄養バランスのとれた食事とともに、適切な運動、休養および睡眠が必要であることを理解している。

(心身の健康)



## 第6学年1組 体育科(保健領域)・道徳・学級活動 学習指導案

日時 令和2年11月13日(金) 第5校時  
場所 6年1組 教室  
児童数 男子10名 女子18名 計28名  
指導者 教諭 横田 陽花  
養護教諭 金子 香織

### 1 単元名 健康と命の大切さ(がん教育)

### 2 児童の実態と題材設定の理由

#### (1) 児童の実態

本学級の児童は、1年生から6年生までずっと単学級で生活をしている。そのため、低学年の頃より男女仲良く、誰とでも協力して活動することができる。さらに、他学年に対しても、思いやりをもって接することができる。しかし、グループや班などの少人数の場では、自分の意見を言えるが、学級全体の場で自分の意見を進んで発表することに消極的な児童もみられる。

児童はこれまでに、体育の保健領域の学習「病気の予防」では、病原体や体の抵抗力、生活行動、環境などが関わり合って病気が起こることを学習し、さらに、予防の仕方も病気によってそれぞれ異なっていることを学習してきた。

#### (2) 単元設定の理由

がんは1981年より日本人の死因の第1位で、現在では年間36万人以上の国民ががんによって亡くなっている。また、生涯でがんにかかる可能性は年々増加しており、今日においては、日本人の2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなると言われている。このことより、がんはわが国の国民における健康及び生命にとって重要な課題であり、健康に関する国民の基礎的教養として身に付けておくべきものとなりつつある。

わが国では、がん対策基本法の下、がん対策推進基本計画が策定された。その中で、「健康について子どもの頃から教育することが重要であり、学校でも健康の保持増進と疾病の予防といった観点から、がんの予防も含めた健康教育に取り組んでいる。しかし、がんそのものやがん患者に対する理解を深める教育は不十分であると指摘されている。」といった現状や、「子どもに対しては、健康と命の大切さについて学び、自らの健康を適切に管理し、がんに対する正しい知識とがん患者に対する正しい認識をもつよう教育することを目指す」といった目標も示されている。

このようなことから、学校教育を通じてがんについて学ぶことにより、健康に対する関心をもち、がんを正しく理解し、適切な態度や行動をとることができるようになると考えた。そして、がんを特別に扱うのではなく、がんを扱うことを通して、他の様々な病気の予防や望ましい生活習慣の確立を含めた健康教育の充実を図る上でも意義のある内容であると捉え、本題材を設定した。

#### (3) 指導にあたって

単にがんという病気そのものについての知識・理解の定着を図るのみではなく、がんを自分の生活と結び付けてとらえることを通して、がんやその他の病気を予防するために何ができるかを考えられるようにする。また、がん患者の話に触れることで、がん患者に対する理解や、がんという病気とどう向き合えばよいかについて、考えられるようにする。そのために、がん教育を教科横断的な視点でとらえ、保健体育や道徳、特別活動において、各教科の特質に応じた指導を展開していく。

### 3 単元の目標

- (1) がんを予防・早期発見するために自分にできることを具体的に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) がんに対する正しい知識をもつことができるようにする。  
(知識及び技能)
- (3) がんの予防に関心をもち、学習活動に意欲的にとりくむことができるようにする。  
(学びに向かう力、人間性等)

4 単元の指導計画（がん教育は太字部分）

時間	教科等	学習内容	指導上の留意点	評価
③ 本時	保健	(1) 生活習慣病の予防 ・現代の社会環境や生活の仕方の変化は、健康の保持増進に影響を与えていること。		○生活習慣病の原因と予防策が分かる 【知・技】
		・むし歯や歯肉炎を予防するには、いつも口の中を清潔にしておくこと、甘いものを控えることなどが大切であること。	・1学期 「むし歯指導」	○生活習慣病の原因と予防について、自分の生活と照らし合わせて考えることができる 【思・判・技】
	・偏った食生活や運動不足などを続けていると血管が狭くなったりつまったりして生活習慣病の原因になること。 ・生活習慣病の予防には、健康に良い食事のとり方、運動の習慣、規則正しい生活など、毎日の生活の仕方に気をつけることが必要であること。	・がんが死亡原因の1位であることを押さえる。	○生活習慣病を身近な病気として関心を持ち、その予防の仕方を日常生活に生かそうとしている。 【学】	
	(2) たばこ・アルコール・薬物乱用の害 ・たばこは、のどや肺、心臓などに影響を与え、いろいろな生活習慣病の原因となること。禁煙にする場所が増えていること。 ・酒を長い間飲む習慣を続けていると、肝臓病などの原因になること。	・ゲストティーチャーの「薬物乱用防止学習」	○たばこ、アルコール薬物乱用が体に及ぼす悪い影響を理解している。【知・技】	
	・シンナーなどなどの薬物乱用は、依存性があり、乱用を続けると心もぼろぼろになってしまうこと。 ・人から進められても、絶対に断る強い心が必要であること。		○たばこ、アルコール、薬物乱用の害から自分の健康を守るにはどうしたらよいか考えることができる。 【思・判・技】 ○たばこ、アルコール、薬物乱用の害について関心を持ち調べようとしている。 【学】	
①	道徳	・「もし身近な人ががんになってしまったら」というテーマのもと、がんになった経験のある方の話を聞いたり、質問したりして、自分なりの接し方や心のよりそい方を見出す。	・ゲストティーチャーのお話 ・がんという病気	○がんと向き合う人々と触れ合うことを通して、共感的な理解を深め、自己の在り方や生き方を考え共に生きる態度を育成する。
①	学級活動	・がんとはどのような病気か知ること。 ・その予防には望ましい生活習慣を身につける必要があること。 ・児童一人ひとりが、がんという病気に対して、①自らの生活（食生活等）を見直していこうとすること、②大人になったら早期発見のための検診を受けようとするを通して、がんを予防しようとする態度を身につけること。	・がんについて詳しく知りたい項目ごとに各自で調べさせる。 ・健康のために自分が取り組む目標とその根拠を自分の言葉でまとめさせる。	○がんの予防には生活習慣が関係しているものもあることが分かる。【知・技】 ○がんを予防・早期発見するために自分ができることを主体的に考え、よりよい生活習慣の形成や健康の保持増進に取り組もうとしている。【思考力・判断力・表現力】

5 本時の学習（がん教育1／3、保健3／5）

(1) 目標

- 生活行動が主な要因となって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったり、つまったりする病気があり、その予防には望ましい生活習慣を身につける必要があることを理解する。  
(知識及び技能)

(2) 展開

段階	学習活動・内容	指導上の留意点（指導○・評価規準◆）	
導入	<p>1 「死亡原因の構成割合」のグラフを見てわかることを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>がんが1番多い。</li> <li>心臓病が2番、脳卒中が3番目に多い。</li> </ul> <p>2 生活習慣病について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>死因の上位3つを生活習慣病が占めている。</li> </ul> <p>3 本時のめあてを確認する。</p>	 <p>○生活習慣がかかわって起こる病気を「生活習慣病」ということを知らせる。 ○がんは、生活習慣だけが原因でないことをおさえる。</p>	5
<p>生活習慣病についてくわしく調べよう。</p>			
展開	<p>4 生活習慣病について調べる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p><b>【心臓の病気】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>心臓の血管がせまくなったり、つまったりする。</li> <li>胸に激しい痛みが生じる。意識が消失する。命に関わる。</li> <li>たばこ、ストレス、運動・睡眠不足などが影響する。</li> <li>塩分、糖分、脂肪分の摂りすぎが影響する。</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p><b>【脳卒中】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>脳の血管がつまったり、破れたりする。</li> <li>半身に力が入らなくなったり、ろれつが回らなくなったりする。命に関わる。</li> <li>たばこ、アルコール、運動・睡眠不足などが影響する。</li> <li>塩分・脂肪分の摂りすぎが影響する。</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p><b>【糖尿病】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>血液中の糖の量が増加し、尿の中にも糖がふくまれる。</li> <li>つかれやすい。目が見えなくなる。</li> <li>ストレス、運動不足、睡眠不足などが影響する。</li> <li>脂肪・糖分の摂りすぎが影響する。</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p><b>【高血圧症】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>血圧が高くなり、心臓病や脳卒中の原因になる。</li> <li>頭痛、吐き気、視力の低下が起きる。</li> <li>喫煙、ストレス、運動不足、睡眠不足などが影響する。</li> <li>塩分の摂りすぎが影響する。</li> </ul> </div> <p>5 調べたことを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>クラス全体で、調べたことを発表する。</li> </ul> <p>6 生活習慣病を予防するためにはどうすればいいかグループで話し合う。</p> 	<p>○事前のアンケートをもとに、調べたい病気・項目に沿って、個人で調べる。</p> <p>○ワークシートの内容について質問を受け付け、養護教諭が補足する。 ○ワークシートに書き込めない児童に声をかけ支援する。 ○病気ごとに「原因」「体内の変化」「症状」の3つにまとめ、共通点を可視化する。</p>	30
<p>生活習慣病を予防するにはどうすればいいか考えよう。</p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>各病気の原因に着目し、共通点を見つける。</li> <li>食事、運動、休養・睡眠の3つの視点でまとめていく。</li> </ul>		<p>○生活習慣だけが原因なのではなく、あくまで要因のひとつであるということも伝える。(家系、年齢、体質など)</p>	

まとめ

- 7 生活習慣病を予防するために、自分の生活を振り返り、できることを考える。
- ・グループで話し合ったことを生かしながら、自分の生活の改善点を記入する。



- 8 考えたことを発表する。



- 9 次の予告をする。



◆生活習慣病の原因と予防策が分かる。

【知・技】

→友だちの発表を聞きながら、自分の生活を振り返らせる。



- 「がんになる人の割合」のグラフを見て、2人に1人ががんにかかることを知らせる。



10



令和2年度埼玉県小・中学校食育指導力向上授業研究協議会 学習指導案集

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

令和3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