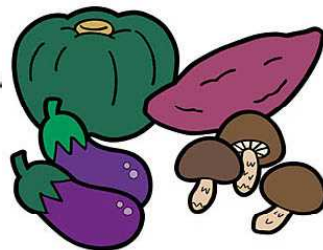
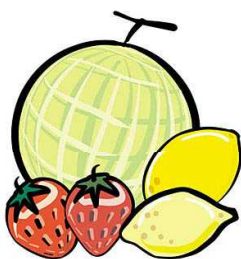
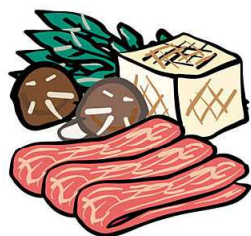


食に関する指導 アイディアシート集



平成25年2月

栃木市教育委員会

はじめに

子どもたちの食生活の実態として、朝食を欠食したり、栄養の摂り方に偏りがあったり、一人で食事をしたりする子どもが見られるなど、食生活や健康に関する問題が深刻化しています。

そこで、子どもたちには、学校における食に関する指導を通して、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付ける必要があります。また、食を通じて、地域の産業や食文化に関心をもたせたり、自然の恵みや食物の生産等にかかわる人々へ感謝する気持ちを育てたりすることも重要になっています。

これまで、学校においては、学級担任と学校栄養職員が連携し、学校給食を通じた食に関する指導を行ってきていました。

しかし、小中学校の学習指導要領の改訂（平成20年3月28日）において、その総則に「学校における食育の推進」が盛り込まれたほか、関連する各教科等での食育に関する記述が充実されました。改正学校給食法（平成21年4月1日施行）においても、その第1条で「学校における食育の推進」を位置付けるとともに、栄養教諭が学校給食を活用した食に関する指導を充実させることについても明記されました。

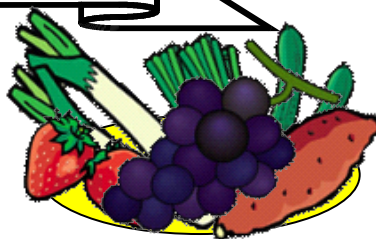
そこで、本市の教育基本計画においては、食育の推進として、子どもの健康の保持増進を図るため、栄養教諭を中核とした食育推進体制を充実することを目指しています。また、これまで、市教育委員会と栄養教諭等とで「食に関する指導全体計画モデルプラン」を作成し、各校に情報を提供するなど、各校における食に関する指導の充実に向けての取組を行ってきました。

この「食に関する指導アイディアシート集」は、各校での各教科等における食に関する指導の実際をもとに、給食主任と栄養職員が実践事例をまとめたものです。

今後も、各学校において、本資料を活用していただき、各教科等での指導を通して、児童生徒がその発達段階に応じて食生活に関する正しい理解と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、食に関する指導の一層の充実が図られることを願っています。

本資料の作成にあたり、ご協力をいただいた皆様に対し、心から感謝の意を表します。

目次



はじめに

アイディアシートの見方について

小学校 第1・2学年

P 1 ~ 20

小学校 第3・4学年

P 21 ~ 38

小学校 第5・6学年

P 39 ~ 62

中学校 第1・2学年


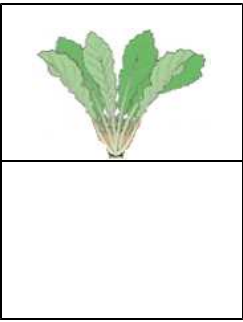
P 63 ~ 79

中学校 第3学年
特別支援学級

P 80 ~ 90



アイディアシートの見方について

プラン名	「かぶ」ってどんなやさいかな	指導タイプ	B - 1	時間	20分
ここには、教科等の学習目標を記入してください。		連する単元名とは別に学習プラン名を設定しています。	指導タイプを示しています。		およその指導時間です。
<p>1 ねらい 登場人物が出てくる順序を考えて、「だれが」「どうして」「どうなった」を読む。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食べ物の名前が分かる。<食品を選択する能力> 「食に関する指導の目標」と<視点>を示しています。</p> <p>3 指導の進め方 どのような場面で指導すると効果的か示しています。</p> <p>① 指導場面 単元の導入や物語を読み深める段階で指導する。</p> <p>② 指導内容 物語に登場する「かぶ」食に関する指導を通して何を学習させるのか説明しています。がどのように育っているのか学習する。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプについて ・興味関心を高める工夫 ・学習への効果 などを説明しています。 「かぶ」の根の様子を持たせる。とで、物語中の人物の気持ちを想像しやすくする。</p> <p>4 展開</p>					
主な学習内容と活動			指導上の留意点		
<p>① 「かぶ」の茎や葉の部分の実物や写真を見せて、どんな野菜か考える。</p> <p>② 実物や写真の野菜が「かぶ」であることを知る。</p> <p>③ 「かぶ」の形を紹介し、地面の指導の流れを展開例として具体的に示しています。</p> <p>④ 「かぶ」がもっと大きかったらどうなるか話し合う。</p>			<p>・茎や葉の様子から「だいこん」など他の野菜が出たときは、どうしてそう思ったのかたずねて、イメージを広げるようにする。</p>   <p>・かぶの形を正確にかくことより、地面の中にふくらんでいる部分があり抜けにくそうであることに気づかせる。</p> <p>・黒板に A 1サイズの大きな「かぶ」の絵を掲示して、イメージを持たせてから話し合わせる。</p>		
<準備物> ・「かぶ」の実物 ・「かぶ」の写真 ・ワークシート ・掲示用の大きな「かぶ」の絵			栄養職員等と連携しやすいように準備物を示しています。		

指導タイプについて

A 直接的な指導タイプ

家庭科や学級活動、保健体育等での指導において、各時間の指導目標が、食に関する指導の目標と深く関連している場合があります。その場合、教科等での学習を通して、ねらいを達成することが、食に関する指導の目標に迫ることになります。このような指導を「直接的な指導タイプ」としています。

また、「直接的な指導タイプ」の授業の場合、指導時間の全てを使って、各教科等の目標の達成と食に関する指導の目標の達成を同時に迫ることが考えられます。

B 間接的な指導タイプ

各教科等での指導を行う際に、その教科等での学習は、教科の指導目標の達成に迫るために行われています。しかし、指導目標の達成に効果的に働く手段として、食に関する指導に関わる活動を取り入れる場合があります。このような指導を「間接的な指導タイプ」としています。

「間接的な指導タイプ」の授業の場合、指導時間の一部を使って、児童生徒の興味関心を高める場合や、食に関する指導と関わりの深い教材を使用して指導にあたる場合などが考えられます。

栄養職員との連携

各教科等での指導では、主に学級担任や教科担任が一人で指導したり、T-T方式のように複数の教員で指導したりしています。

食に関する指導においても、学級担任や教科担任が中心になって指導することが、児童生徒にとって効果的に働くものと考えられます。また、栄養教諭や栄養士と連携して指導を行うことも重要です。

そこで、本アイデアシート集では、指導タイプを以下のように分類しています。

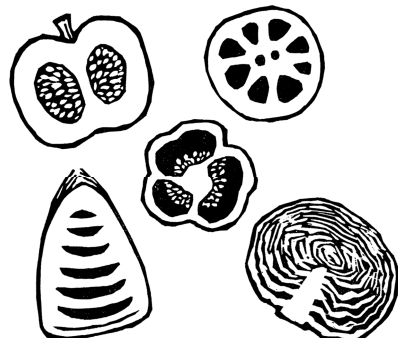
指導タイプ		指導者について	
A 直接的な 指導タイプ	各教科等の指導 目標と食に関する 指導の目標の達成 を同時に迫る。	A-1	・学級担任、教科担任が指導する。
		A-2	・学級担任、教科担任が栄養職員 と連携して指導する。
B 間接的な 指導タイプ	各教科等の指導 目標の達成のため に食に関する指導 を取り入れる。	B-1	・学級担任、教科担任が指導する。
		B-2	・学級担任、教科担任が栄養職員 と連携して指導する。

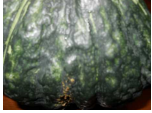


小学校 第1学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ (時間) 食に関する指導の視点
1	5月	国語	これは なんの やさいかな?	B-1 (45分) 食品を選択する能力
2	5月	国語	やさいの なまえを おぼえよう	B-1 (45分) 食品を選択する能力
3	5月	生活	きゅうしょくは どこでつくられるの	B-2 (45分) 感謝の心
4	5月	国語	やさいの なぞなぞを つくってみよう	B-1 (20分) 食品を選択する能力
5	6月	国語	やさいの なぞなぞを つくろう	B-2 (45分) 食品を選択する能力
6	7月	国語	「かぶ」って どんな やさいかな(A案)	B-1 (20分) 食品を選択する能力
7	7月	国語	「かぶ」って どんな やさいかな(B案)	B-1 (20分) 食品を選択する能力
8	7月	国語	たべものの なまえを みつけだせ!	B-1 (20分) 食品を選択する能力
9	7月	音楽	「うみ」って どんなところ?	B-1 (20分) 食品を選択する能力
10	12月	国語	「ふゆのたべものかるた」をつくろう	B-1 (45分) 食文化
11	1月	国語	ものの名まえ	B-1 (45分) 食品を選択する能力
12	1月	生活	おいしい 食じに かんしゃ	B-1 (90分) 感謝の心
13	1月	生活	おにぎりを つくろう	B-2 (90分) 食事の重要性
14	3月	生活	草もちづくりにチャレンジしよう	A-1 (90分) 食文化

小学校 第2学年




ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ (時間) 食に関する指導の視点
15	6月	生活	夏やさいをそだてよう	A-1 (45分) 食品を選択する能力
16	6月	生活	学校給食のやさいをしゅうかくしよう	A-2 (90分) 社会性・食品を選択する能力・感謝の心
17	6月	学活	すきなものだけ食べてもいいのかな	A-1 (45分) 心身の健康
18	7月	学活	しゅうかくしたやさいで会食を楽しもう	A-2 (90分) 社会性・感謝の心
19	7月	生活	トウモロコシの葉っぱや花を見てみよう	B-1 (20分) 食事の重要性
20	10月	学活	やさいとなかよし	A-2 (45分) 心身の健康

プラン名	これは なんの やさいかな？	指導 タイプ	B — 1	時 間	4 5 分
小学校	1 年	関連する教科等名	国語		
単元名	なぞなぞあそび		実施時期	5 月	
1 ねらい <ul style="list-style-type: none"> 語のまとまりに気をつけて音読することができる。 文章を楽しんだり、想像を広げたりしながら読むことができる。 					
2 食に関する指導の目標<視点> <ul style="list-style-type: none"> いろいろな野菜の名前や特徴がわかる。<食品を選択する能力> 					
3 指導の進め方 <p>①指導場面 単元全体で指導する。</p> <p>②指導内容 教科書の野菜の断面の絵に興味をもちながら「なぞなぞ」の文章を読んで、野菜の特徴に気付かせるとともに、それぞれ名前などが理解できるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ(B—1)で、学級担任が指導する。 教科書の断面の絵からどんな野菜があるか想像させ、なぞなぞ文と絵を結び付けながら答えを考える事で、より興味を持たせる。 自分だったらどんななぞなぞを出すか考えることで、他の野菜にも興味を広げていく。 					
4 展開					
主な学習内容と活動			指導上の留意点		
<p>① なぞなぞ遊びをするときのルールを確認する。</p> <p>② 野菜の断面の絵を見ながら、なぞなぞ文を読む。 (例：みどりの うわぎに きいろいおなか、おなかの なかには つぶつぶいっぱい。 こたえは、なあんだ。 答→かぼちゃ)</p> <p>③ 野菜の特徴を考えながら答えを見つける。</p> <p>④ 自分だったらどんななぞなぞ文を出すか考える。</p>			<ul style="list-style-type: none"> 絵のおもしろさや、野菜の特徴がよく捉えられていることに注目させる。 なぞなぞ文のどの言葉で答えがわかったのか、根拠を押さえる。 たくさんの野菜の特徴を考えられるよう、多くの野菜の絵や写真を提示する。 		
<準備物> <ul style="list-style-type: none"> いろいろな野菜の写真 野菜の断面スタンプ 掲示用の教科書を拡大した絵 					


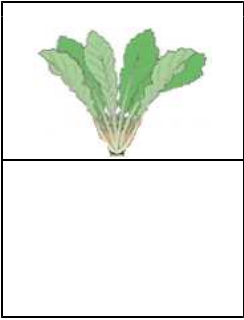
プラン名	やさいの なまえを おぼえよう		指導タイプ	B-1	時間	45分
小学校	1年	関連する教科等名	国語			
単元名	なぞなぞあそび		実施時期	5月		
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 教科書の絵や、写真に興味をもち、「なぞなぞあそび」を読む。 他の挿絵や写真を使って「なぞなぞ」作りを楽しむ。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>野菜の特徴を捉えて、いろいろな野菜の名前を覚える。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入やなぞなぞを作る前の段階で指導する。</p> <p>②指導内容 野菜の名前やそれぞれの野菜のもつ特徴を知ったり、言語で表現したりできるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 1度目は、写真を見せずになぞなぞを考えさせ、2度目以降は、なぞなぞの言葉に合わせて野菜の写真や実物を見せていく。 いろいろな野菜の写真や実物を見せてなぞなぞ作りのヒントにさせながら、野菜の名前を知らせたり、野菜の特徴に気づかせたりする。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>①教科書P. 34のなぞなぞを教師が読む。</p> <p>②教師の後について始めの1行を読む。</p> <p>③教師の後について始めの2行を読む。</p> <p>④教師の後について3, 4行目を読む。</p> <p>⑤なぞなぞの答えを考える。</p> <p>⑥カボチャの断面の写真を見て、なぞなぞの答えを考える。</p> <p>⑦カボチャの全体像を見てなぞなぞの答えを確認する。</p> <p>⑧P. 35のなぞなぞについても、同様に進める。</p> <p>⑨いろいろな野菜の写真を見せて、名前の確認をする。</p> <p>⑩なぞなぞ作りをする。</p>			<p>・「うわぎ」の意味の確認をし、みどりのうわぎをイメージさせる。</p>  <p>「きいろいおなか」をイメージさせる。</p> <p>・「おなかのなかには つぶつぶいっぱい。」をイメージさせる。</p>   <p>・野菜の特徴について あまり知識のない児童には、野菜を切った写真などを見せて参考にさせる。</p>			
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> 野菜の実物や写真 						

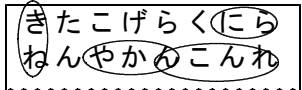
プラン名	きゅうしょくは どこでつくられるの		指導タイプ	B-2	時間	45分
小学校	1年	関連する教科等名	生活			
単元名	がっこうだいすき ・みんなでがっこうをあるこう ・がっこうをたんけんしよう ・がっこうのひととなかよくなるう		実施時期	5月		
1 ねらい 学校の人と関わることをとおして、学校生活を支えている人々のことがわかる。						
2 食に関する指導の目標<視点> 自分たちの給食がどこでどのように作られているのか、どのような気持ちで作っているのかを知り、給食を残さず食べようという気持ちをもつ。 <感謝の心>						
3 指導の進め方						
① 指導場面 2年生との学校探検が終わった後、「がっこうのひととなかよくなるう」の単元において、自分たちでいろいろな先生に関わりに行く場面で、給食室を扱う。ただし、給食室の中には入れないので、栄養士に教室に来てもらい子どもたちの質問に答えるという形で行う。						
② 指導内容 給食室では、調理員さんが、みんなの健康や成長を願いながら、たくさんの給食を調理していることを理解する。						
③ 指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-2）で、学級担任と栄養士が指導する。 ・給食室の様子が分かるように、写真や使っている道具などを見せ、たくさんの給食をつくってくれていることに気づかせる。 ・栄養士さん、調理員さんたちが、どんな気持ちで作っているかを栄養士に話してもらい、残さず食べようという気持ちをもたせる。						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
① 給食用のへらを示し、何に使う物か考えさせる。			・給食室から「へら」を貸していただく。この大きさから、たくさんの給食を作っていることに気づかせる。			
② 給食室のなべの大きさと同じ大きさの円を用意し、子どもたちが何人立てるか、やってみる。（なべの大きさの体感）			・次の写真を見るとき参考になるよう、なべの大きさについて理解させておく。			
③ 調理員さんが給食を作っている様子の写真を見る。			・衛生にも配慮していることを補足する。			
④ 栄養士さんの話を聞いたり、質問をしたりする。			・どんなことを考えながら給食を作っているか、調理員さんの気持ちにも触れながら話す。			
<準備物> 調理用のへら、なべの大きさの円（または円周を測りとった紐）、写真						

プラン名	やさいの なぞなぞを つくってみよう		指導タイプ	B—1	時間	20分								
小学校	1年	関連する教科等名	国語											
単元名	なぞなぞあそび		実施時期	5月下旬～6月										
<p>1 ねらい 「なぞなぞ」作りを楽しむ。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> いろいろな野菜の名前が分かる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の半ば、「なぞなぞ」作りの段階で指導する。</p> <p>②指導内容 家や給食に使われる野菜の名前や特徴について理解することができる。</p> <p>③指導方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（B—1）で、学級担任が指導する。 ・ 食事の献立によく登場する野菜の写真を見せて興味をもたせながら、野菜の名前を確認する。 ・ 形、色、匂い、食感など野菜それぞれの特徴を話し合わせることで、「なぞなぞ」作りに使う言葉のヒントにする。 <p>4 展開</p>														
主な学習内容と活動			指導上の留意点											
<p>① 食事の献立によく登場する野菜の写真を見て、それぞれの名前を確かめる。</p> <p>② それぞれの野菜の特徴について話し合う。</p> <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td>形</td> <td>色</td> <td>匂い</td> <td>食感</td> </tr> <tr> <td>調理方法</td> <td>簡単な栄養面</td> <td>どのように育つか</td> <td>など</td> </tr> </table> <p>③ グループで「なぞなぞ」作りをする。</p>			形	色	匂い	食感	調理方法	簡単な栄養面	どのように育つか	など	<ul style="list-style-type: none"> ・ 日常食べている野菜でも、まちがって覚えている児童もいるので、写真を見ながら正しい名前に気付かせる。 ・ なじみが少ない野菜は、給食等で使われる献立を紹介し、食べていることに気付かせる。 ・ 話し合った特徴が「なぞなぞ」作りに役立てられるような言い方にして提示する。 ・ 学習してきた「なぞなぞ」を参考に、7～8文字ずつの言い回しでリズムカルに作るように意識させる。 ・ 隣のグループに聞こえないように気をつけながら「なぞなぞ」作りをさせる。 			
形	色	匂い	食感											
調理方法	簡単な栄養面	どのように育つか	など											
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 野菜の写真または絵 ・ ワークシート（各グループ） ・ 献立の写真 ・ プロッキー（各グループ） 														

プラン名	やさいの なぞなぞを つくろう	指導タイプ	B-2	時間	45分				
小学校	1年	関連する教科等名	国語						
単元名	なぞなぞあそび	実施時期	6月						
<p>1 ねらい</p> <p>語と語の続き方に注意し、長音と助詞「は」を正しく表記してつながりのある文を書くことができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>食べ物の名前が分かる。〈食品を選択する能力〉</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 野菜のなぞなぞを作る段階で指導する。</p> <p>②指導内容 いろいろな野菜について紹介することで、野菜のなぞなぞを作る意欲を持たせ進んで活動できるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ(B-2)で学級担任と栄養教諭が共同して指導する。 ・いろいろな野菜の実物や写真を見せて、野菜の特徴について気づかせる。 ・野菜の中身(切ったときの様子など)を見せ、色や形などにも目をむけられるようにする。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① 「なぞなぞあそび」を読む。</p> <p>② 野菜のなぞなぞを作ることを知る。</p> <p>③ いろいろな野菜を紹介する。(栄養教諭)</p> <p>④ なぞなぞを作る。</p> <p>⑤ なぞなぞを出し合う。</p> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・野菜のどんなところに目を向けたらよいか考えさせる。 形・色・中の様子・堅さなど ・実物や写真を用意し興味を持たせる。  </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・野菜やくだもの (キウイ・タマネギ・キュウリ・アスパラガス・トマトなど) ・写真 丸ごとの物・切った物 ・ワークシート 						主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① 「なぞなぞあそび」を読む。</p> <p>② 野菜のなぞなぞを作ることを知る。</p> <p>③ いろいろな野菜を紹介する。(栄養教諭)</p> <p>④ なぞなぞを作る。</p> <p>⑤ なぞなぞを出し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜のどんなところに目を向けたらよいか考えさせる。 形・色・中の様子・堅さなど ・実物や写真を用意し興味を持たせる。 
主な学習内容と活動	指導上の留意点								
<p>① 「なぞなぞあそび」を読む。</p> <p>② 野菜のなぞなぞを作ることを知る。</p> <p>③ いろいろな野菜を紹介する。(栄養教諭)</p> <p>④ なぞなぞを作る。</p> <p>⑤ なぞなぞを出し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜のどんなところに目を向けたらよいか考えさせる。 形・色・中の様子・堅さなど ・実物や写真を用意し興味を持たせる。 								

プラン名	「かぶ」ってどんなやさいかな (A案)		指導 タイプ	B-1	時間	20分
小学校	1年	関連する教科等名	国語			
単元名	おおきなかぶ		実施時期	7月		
<p>1 ねらい 登場人物が出てくる順序を考えて、「だれが」「どうして」「どうなった」を読む。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食べ物の特徴がわかる。〈食品を選択する能力〉</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 単元の導入や物語を読み深める段階で指導する。</p> <p>② 指導内容 「おおきなかぶ」を劇化する時のかぶの特徴を捉えて、小道具「かぶ」を作ることができるようにする。</p> <p>③ 導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。 ・「かぶ」の茎や葉の実物を見せることで、地面の中の「かぶ」の根の様子を想像させたり、「だいこん」と比較させたりすることで「かぶ」の特徴に気付かせ、興味を持たせる。 ・児童にとってより身近な「だいこん」と「かぶ」の実物を比較させ、かぶの特徴を捉えられるようにする。 						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 「かぶ」の茎や葉の部分の実物を見せてどんな野菜か考える。</p> <p>② 実物の野菜が「かぶ」であることを知る。</p> <p>③ 「かぶ」と「だいこん」の実物を比較し違いを見つけ「かぶ」の特徴を捉える。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・茎や葉の様子から「だいこん」など他の野菜が出たときは、どうしてそう思ったのかたずねてイメージを広げるようにする。 ・実物を比較させることで、「かぶ」と「だいこん」の似ているところ、違うところを見つけられるようにする。 ・劇にあう「かぶ」の小道具が作れるように、色、形、大きさなどの特徴を捉えられるようにする。 			
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・「かぶ」「だいこん」の実物 ・掲示用の大きな「かぶ」の絵 						

プラン名	「かぶ」ってどんなやさいかな（Ｂ案）		指導タイプ	B-1	時間	20分
小学校	1年	関連する教科等名	国語			
単元名	おおきな かぶ		実施時期	7月		
<p>1 ねらい 登場人物が出てくる順序を考えて、「だれが」「どうして」「どうなった」を読む。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食べ物の名前が分かる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入や物語を読み深める段階で指導する。</p> <p>②指導内容 物語に登場する「かぶ」の名前や地面の中で「かぶ」がどのように育っているのか理解することができるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・「かぶ」の茎や葉の実物や写真を見せることで、地面の中の「かぶ」の根の様子を想像させたり、ワークシートにかかせたりすることで、興味を持たせる。 ・地面の中の「かぶ」が大きかったらどうなるか話し合わせることで、物語中の人物の気持ちを想像しやすくする。</p> <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 「かぶ」の茎や葉の部分の実物や写真を見せて、どんな野菜か考える。</p> <p>② 実物や写真の野菜が「かぶ」であることを知る。</p> <p>③ 「かぶ」の形を紹介し、地面の中でどのように育っているのかワークシートにかく。</p> <p>④ 「かぶ」がもっと大きかったらどうなるか話し合う。</p>			<p>・茎や葉の様子から「だいこん」など他の野菜が出たときは、どうしてそう思ったのかたずねて、イメージを広げるようにする。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p>・かぶの形を正確にかくことより、地面の中にふくらんでいる部分があり抜けにくそうであることに気づかせる。</p> <p>・黒板に A 1サイズの大きな「かぶ」の絵を掲示して、イメージを持たせてから話し合わせる。</p>			
<p><準備物></p> <p>・「かぶ」の実物 ・「かぶ」の写真 ・ワークシート ・掲示用の大きな「かぶ」の絵</p>						

プラン名	たべものの なまえを みつけだせ！		指導タイプ	B—1	時間	20分
小学校	1年	関連する教科等名	国語			
単元名	ひらがなあつまれ		実施時期	7月		
<p>1 ねらい ひらがなを書いたり読んだりする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食品の役割について分かる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 1学期の学習を振り返りながら指導する。</p> <p>② 指導内容 献立にはいろいろな食品が使われていることや食品の役割について知ることができる。</p> <p>③ 指導方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（B—1）で、学級担任が指導する。 ・ 縦、横、斜めに隠れている言葉を探し、食品かそれ以外かで分けながら、たくさん見つけようと意欲をもたせる。 ・ その日の献立にある食品を見つげ出し、好きなものを話し合いながら簡単な役割についても考えさせる。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 言葉探しゲームをする。</p>  <p>② 書き出した言葉のうち、食品について知っていることを話し合う</p> <p>③ 自分でも言葉探しゲームの問題を作る。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・ いくつか具体例を示し、やり方を理解させる。 (上～、下～、右～、左～、斜め上～、斜め下～) ・ うまく見つけ出せない児童には、友達と小声で相談したり、見つけた言葉の上下・左右に注意を払うようにさせたりする。 ・ 見つけた言葉が食品かそれ以外か、注意深く書き出すように声掛けする。 ・ 好み、特徴、調理法など、自由に話し合わせる。 ・ 今日の給食の献立の写真を見せながら、食品の仲間分けや簡単な役割について気付かせる。 (野菜、魚、肉、果物、その他、栄養など) ・ まだ出ていない食品なども織り込んで作るよう促す。 			
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ゲーム用ワークシート ・ 献立の写真 			<ul style="list-style-type: none"> ・ 掲示用拡大ワークシート ・ 問題作りシート 			

プラン名	「うみ」って どんなところ？		指導タイプ	B—1	時間	20分
小学校	1年	関連する教科等名	音楽			
単元名	うみ		実施時期	7月		
<p>1 ねらい 海の情景を思い浮かべながら「うみ」を楽しんで歌う。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食べ物の名前や特徴が分かる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 海の様子を思い浮かべる段階で指導する。</p> <p>② 指導内容 海はとても広い、波が来る、船、かもめ、魚、くらげ、わかめ、昆布などの海に関するイメージを広げることで曲への関心を高め、活動意欲につなげる。</p> <p>③ 指導方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（B—1）で、学級担任が指導する。 ・ 海ってどんなところか、何が見えるかを想像して、いろいろな考えを引き出させる。 ・ 海は遠いけれど、海の食材を毎日食べていることに気付かせ、代表的な食材「わかめ」について紹介する。 ・ 「わかめ」が波に漂うように、自然と体を動かすなどして、のびのびと歌うようにさせる。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 海の映像を見ながら、海について自由に想像し、話し合う。</p> <p>② 海の代表的な食材「わかめ」について紹介する。</p> <p>③ 「うみ」の歌詞を丁寧に読み、イメージを広げて歌う。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・ 海のこと知っていることや映像から想像したことなどをいろいろ発表させる。 ・ 海は遠いけれど、海の食材を毎日食べていることに気付かせ、親近感を感じさせる。 ・ わかめの実際の形や色、海でどのように漂っているのかを写真等で理解させる。 ・ 海の広さや大きさ、波、船などの歌詞から曲の気分を感じ取らせる。 ・ 「わかめ」が波に漂うように、肩の力を抜いて自然と体を動かしながら、のびのびと歌うようにさせる。 			
<p><準備物></p> <p>・「うみ」のDVD ・「わかめ」の写真 ・わかめサラダの写真</p>						

プラン名	「ふゆのたべものかるた」をつくろう		指導タイプ	B-1	時間	45分										
小学校	1年	関連する教科等名	国語													
単元名	あつまれ、ふゆのことば		実施時期	12月												
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ふゆのたべものかるた」を作るために言葉を集め、それを使ってかるたの文を書くことができる。 <p>2 食に関する指導の目標〈視点〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冬が旬の食べ物や、冬の行事にちなんだ料理などがあることを知り、かるたとりを通して、季節の食材に関心をもたせる。〈食文化〉 <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元の半ばに、かるたを作りの段階で指導する。 <p>②指導内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冬の食べ物を集め、集めた言葉から文を考えて、かるたを作る。 <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時のタイプは、〈B-1〉で、学級担任が指導する。 ・冬になると食べる食品や料理をクラス全体で考え、言葉を集める時のヒントにする。 ・冬にある行事や冬に食べる料理について家の人に聞いてくる。 ・かるたの文を作る時は、その食品や料理の色、触感、味、におい、食感などを入れて作文できるようにする。 <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①冬によく食べる食べ物や料理をクラスで出し合い、ワークシートに集めた言葉を書く。</td> <td>・ふゆの食材についてのイメージが湧かない児童には、季節の行事について書かれた図書を読ませ、言葉を集める際の参考にさせる。</td> </tr> <tr> <td>②かるたにふさわしい表現について話し合う。</td> <td>・言葉を足したり余計な言葉を省いたりして、調子よく読めるような文を考えることを確認する。</td> </tr> <tr> <td>③集めた言葉の中から1つ選び、読み札の文を作る。</td> <td>・出し合った言葉の中から、1つを例にして、かるたにする文を考える。 ・色、触感、味、におい、食感などを想起させ、文を作るようにする。</td> </tr> <tr> <td>④次時は読み札と絵札を作ることを予告する。</td> <td>・かるたが完成したら、かるたとり大会をすることを知らせ、かるた作りに意欲をもたせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p>〈準備物〉 ワークシート 季節の行事に関する図書</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	①冬によく食べる食べ物や料理をクラスで出し合い、ワークシートに集めた言葉を書く。	・ふゆの食材についてのイメージが湧かない児童には、季節の行事について書かれた図書を読ませ、言葉を集める際の参考にさせる。	②かるたにふさわしい表現について話し合う。	・言葉を足したり余計な言葉を省いたりして、調子よく読めるような文を考えることを確認する。	③集めた言葉の中から1つ選び、読み札の文を作る。	・出し合った言葉の中から、1つを例にして、かるたにする文を考える。 ・色、触感、味、におい、食感などを想起させ、文を作るようにする。	④次時は読み札と絵札を作ることを予告する。	・かるたが完成したら、かるたとり大会をすることを知らせ、かるた作りに意欲をもたせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
①冬によく食べる食べ物や料理をクラスで出し合い、ワークシートに集めた言葉を書く。	・ふゆの食材についてのイメージが湧かない児童には、季節の行事について書かれた図書を読ませ、言葉を集める際の参考にさせる。															
②かるたにふさわしい表現について話し合う。	・言葉を足したり余計な言葉を省いたりして、調子よく読めるような文を考えることを確認する。															
③集めた言葉の中から1つ選び、読み札の文を作る。	・出し合った言葉の中から、1つを例にして、かるたにする文を考える。 ・色、触感、味、におい、食感などを想起させ、文を作るようにする。															
④次時は読み札と絵札を作ることを予告する。	・かるたが完成したら、かるたとり大会をすることを知らせ、かるた作りに意欲をもたせる。															

プラン名	ものの名まえ	指導タイプ	B-1	時間	45分				
小学校	1年	関連する教科等名	国語						
単元名	ことばっておもしろいな	実施時期	1月						
<p>1 ねらい</p> <p>言葉には、物事の内容を表す働きがあることに気づき、物についている名前に興味を持ち、上位語と下位語について理解することができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>いろいろな食べ物の名前が分かる。〈食品を選択する能力〉</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 上位語から、下位語を探す段階で指導する。</p> <p>②指導内容 野菜・くだもの・魚についてその下位語を探す際に写真を見せることで、たくさんの種類の下位語が集められるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ(A-1)で学級担任が指導する。 ・野菜・くだもの・魚の写真を見せて、たくさんの種類があることに気づかせる。 ・知らない物が出てきたら、どんな物かを解説し、たくさんの名前を知らせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① 「ものの名まえ」を読む。</p> <p>② まとめの言葉「くだもの」に対して、一つ一つのもののなまえとして「りんご」「みかん」「バナナ」などのことばがあることを知らせ、たくさんの物の名前を書き出させる。</p> <p>③ 魚・野菜についても考えさせる。</p> <p>④ 発表する。</p> <p>⑤ 分からない言葉について知らせる。</p> </td> <td> <p>・くだもの写真を見せて、どんな物があるか考えさせる。 名前が分からないものは知らせる。</p> <p>・写真を用意し興味を持たせる。</p> </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・写真 やさい・くだもの・魚</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① 「ものの名まえ」を読む。</p> <p>② まとめの言葉「くだもの」に対して、一つ一つのもののなまえとして「りんご」「みかん」「バナナ」などのことばがあることを知らせ、たくさんの物の名前を書き出させる。</p> <p>③ 魚・野菜についても考えさせる。</p> <p>④ 発表する。</p> <p>⑤ 分からない言葉について知らせる。</p>	<p>・くだもの写真を見せて、どんな物があるか考えさせる。 名前が分からないものは知らせる。</p> <p>・写真を用意し興味を持たせる。</p>
主な学習内容と活動	指導上の留意点								
<p>① 「ものの名まえ」を読む。</p> <p>② まとめの言葉「くだもの」に対して、一つ一つのもののなまえとして「りんご」「みかん」「バナナ」などのことばがあることを知らせ、たくさんの物の名前を書き出させる。</p> <p>③ 魚・野菜についても考えさせる。</p> <p>④ 発表する。</p> <p>⑤ 分からない言葉について知らせる。</p>	<p>・くだもの写真を見せて、どんな物があるか考えさせる。 名前が分からないものは知らせる。</p> <p>・写真を用意し興味を持たせる。</p>								

プラン名	おいしい 食事に かんしゃ		指導タイプ	B-1	時間	90分
学校	1年	関連する教科等名	生活			
単元名	みんないっしょに ・じぶんのいちにちをふりかえろう ・いえのひとといっしょにしよう		実施時期	1月		
<p>1 ねらい 家の人や自分のしている仕事を振り返り、その中から、一緒にできることを考えて実際に取り組み、家の人といっしょに過ごす楽しさが分かる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食事を作ってくれる人の苦労を知り、食べたことのない食材も、食べてみようとする。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 家の人が毎日してくれている仕事を考える段階や、自分も家の人といっしょにできることを考え、実際にやり、気づいたことをまとめる段階で指導する。</p> <p>② 指導内容 家の人が準備してくれるおかげで毎日食事をとることができることや、食事の準備の苦労に気づく。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・自分の一日を振り返る（3時間）・・・毎日食事をしていることに気づかせる。 家の人と一緒に仕事をやる（3時間）・・・食事作りの体験も取り入れる。 自分でできることをしよう（3時間）・・・食事の準備や片付けの手伝い。 ありがとうをとどけよう（3時間）・・・食への感謝の気持ちをもたせる。 ・本単元は12時間扱いである。家の人の仕事全般から選んで扱うが、食事に関する内容について意識して取り上げ、食事を作ってくれる人の苦労を知り、感謝しながら好き嫌い無く食べようとする意欲を育てる。</p>						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
① 家の人に教えてもらって体験してきた家 の人の仕事を発表し合う。			・事前に学年便りなどで本活動の趣旨を知らせておき、保護者の協力をお願いしておく。			
② 家の人に教えてもらったことで、友達に 教えてあげたいことを実演を交えながら 発表する。			・家の人としてみた中で、楽しかったことや嬉しかったことだけでなく、難しかったことや体験を通して感じたことにも触れるようにする。			
③ 特に、毎日3回ある食事について、作っ てくれる人の気持ちや苦労について、話し 合う。			・家の人ができることを考えながら作っているか考え、感謝しながら、好き嫌いせず食べようという意欲をもたせる。			
<p><準備物> 実演に必要な物（ほうき、洗濯物、食器、まな板、野菜、包丁など）</p>						

プラン名	おにぎりをつくろう		指導タイプ	B-2	時間	90分				
小学校	1年	関連する教科等名	生活							
単元名	ありがとうを とどけよう。		実施時期	1月 校内給食週間中						
<p>1 ねらい</p> <p>感謝の気持ちを表した手紙とおにぎりを家の人に渡し、家の人的心愿に気付くとともに、これからも自分の家庭での役割を積極的に果たそうとする意欲を持つことができる。 給食への感謝の気持ちを手紙にし、お世話になっている栄養士の先生・調理員さんに気持ちを届けることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>・自分でおにぎりを作ることで、お米やいろいろな具材に関心が持てる。 <食事の重要性></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 生活科～給食の時間</p> <p>② 指導内容 いろいろなおにぎりの具材を紹介することで、おにぎりを作り意欲を持たせ進んで活動できるようにする。</p> <p>③ 指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ(B-2)で学級担任と栄養教諭が共同して指導する。 ・いろいろなおにぎりの具材の実物や写真を見せて、食べ物の特徴について気付かせる。 ・自分でおにぎりを作ることで、お米に対する関心も持てるようにする。 ・食事を作ってくれる人の努力に気づけるようおにぎり作りを体験させる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> ① 「おむすびころりん」の歌を歌う。 ② おにぎり(おむすび)を作ることを確認する。 ③ お米やいろいろな具材を紹介する。(栄養教諭) ④ おにぎりを作る。 ⑤ 作ったおにぎりを紹介する。 ⑥ 試食をする。 ⑦ 片づけをする。 </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食べ物の特徴に目を向けさせる。(色、形など) ・実物や写真を用意して興味を持たせる。 ・学校で作ったおにぎりを家で作っておうちの人にごちそうするように指導する。 <p>(事後：栄養士の先生や調理員さんに感想等が直接伝えられるようタイミングを計る。)</p> </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ごはんや具材(さけ、うめぼし、つけもの、ツナ、のり、ごましお、しおなど) ・写真(サケ、マグロ、梅の実、漬物の野菜など) ・ワークシート 							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 「おむすびころりん」の歌を歌う。 ② おにぎり(おむすび)を作ることを確認する。 ③ お米やいろいろな具材を紹介する。(栄養教諭) ④ おにぎりを作る。 ⑤ 作ったおにぎりを紹介する。 ⑥ 試食をする。 ⑦ 片づけをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食べ物の特徴に目を向けさせる。(色、形など) ・実物や写真を用意して興味を持たせる。 ・学校で作ったおにぎりを家で作っておうちの人にごちそうするように指導する。 <p>(事後：栄養士の先生や調理員さんに感想等が直接伝えられるようタイミングを計る。)</p>
主な学習内容と活動	指導上の留意点									
① 「おむすびころりん」の歌を歌う。 ② おにぎり(おむすび)を作ることを確認する。 ③ お米やいろいろな具材を紹介する。(栄養教諭) ④ おにぎりを作る。 ⑤ 作ったおにぎりを紹介する。 ⑥ 試食をする。 ⑦ 片づけをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食べ物の特徴に目を向けさせる。(色、形など) ・実物や写真を用意して興味を持たせる。 ・学校で作ったおにぎりを家で作っておうちの人にごちそうするように指導する。 <p>(事後：栄養士の先生や調理員さんに感想等が直接伝えられるようタイミングを計る。)</p>									

プラン名	草もち作りにチャレンジしよう		指導 タイプ	A-1	時間	90分				
小学校	1年	関連する教科等名	生活							
単元名	みんないっしょに		実施時期	3月						
<p>1 ねらい</p> <p>ヨモギを2年生と一緒に摘み、祖母に教えてもらって草もち作りをして、春を満喫することができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>自分の住んでいる身近な土地でとれた食べ物を知る。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元末に発展学習として指導する。</p> <p>②指導内容 ヨモギの摘み方や草もちの作り方を学ぶ。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ(A-1)で、学級担任が指導する際に、児童の祖母をゲストティーチャーとして共同して指導にあたる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p>① ゆでたヨモギを細かく刻み、すり鉢ですりつぶす。</p> <p>② 白玉粉に少しずつ水を入れてこねる。</p> <p>③ 上新粉に熱湯を入れてこね、②でこねた白玉粉を加えてさらにこねる。</p> <p>④ 蒸気のあがった蒸し器に、固く絞った布巾を敷き、③を一握りぐらいの大きさにちぎって並べ、強火で15分くらい蒸す。割ってみて芯に白いところがなければ蒸し上がり。</p> <p>⑤ ④をヨモギの入ったすり鉢に入れ、すり鉢でよくつき、よく混ぜたら、手でこねる。</p> <p>⑥ 色がよく混ぜたら、適当な大きさに分けて丸める。</p> <p>⑦ きな粉と砂糖をよく混ぜる。 (塩を少々加えるとよい)</p> <p>⑥に⑦をつけて食べる。</p> </td> <td style="vertical-align: top;"> <p>・3月3日のひな祭りには、草もちを供える習慣を伝える。</p> <p>・火の扱いに気をつけさせる。</p> <p>・熱いのでやけどに注意させる。</p> <p>・楽しい雰囲気の中、味わって食べる。</p> </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <p>ヨモギの若芽、白玉粉、上新粉、きな粉、砂糖、すり鉢、すり棒、蒸し器</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① ゆでたヨモギを細かく刻み、すり鉢ですりつぶす。</p> <p>② 白玉粉に少しずつ水を入れてこねる。</p> <p>③ 上新粉に熱湯を入れてこね、②でこねた白玉粉を加えてさらにこねる。</p> <p>④ 蒸気のあがった蒸し器に、固く絞った布巾を敷き、③を一握りぐらいの大きさにちぎって並べ、強火で15分くらい蒸す。割ってみて芯に白いところがなければ蒸し上がり。</p> <p>⑤ ④をヨモギの入ったすり鉢に入れ、すり鉢でよくつき、よく混ぜたら、手でこねる。</p> <p>⑥ 色がよく混ぜたら、適当な大きさに分けて丸める。</p> <p>⑦ きな粉と砂糖をよく混ぜる。 (塩を少々加えるとよい)</p> <p>⑥に⑦をつけて食べる。</p>	<p>・3月3日のひな祭りには、草もちを供える習慣を伝える。</p> <p>・火の扱いに気をつけさせる。</p> <p>・熱いのでやけどに注意させる。</p> <p>・楽しい雰囲気の中、味わって食べる。</p>
主な学習内容と活動	指導上の留意点									
<p>① ゆでたヨモギを細かく刻み、すり鉢ですりつぶす。</p> <p>② 白玉粉に少しずつ水を入れてこねる。</p> <p>③ 上新粉に熱湯を入れてこね、②でこねた白玉粉を加えてさらにこねる。</p> <p>④ 蒸気のあがった蒸し器に、固く絞った布巾を敷き、③を一握りぐらいの大きさにちぎって並べ、強火で15分くらい蒸す。割ってみて芯に白いところがなければ蒸し上がり。</p> <p>⑤ ④をヨモギの入ったすり鉢に入れ、すり鉢でよくつき、よく混ぜたら、手でこねる。</p> <p>⑥ 色がよく混ぜたら、適当な大きさに分けて丸める。</p> <p>⑦ きな粉と砂糖をよく混ぜる。 (塩を少々加えるとよい)</p> <p>⑥に⑦をつけて食べる。</p>	<p>・3月3日のひな祭りには、草もちを供える習慣を伝える。</p> <p>・火の扱いに気をつけさせる。</p> <p>・熱いのでやけどに注意させる。</p> <p>・楽しい雰囲気の中、味わって食べる。</p>									

プラン名	夏やさいを育てよう		指導タイプ	A - 1	時間	45分
小学校	2年	関連する教科等名	生活			
単元名	おいしくそだてわたしのやさい		実施時期	6月		
1 ねらい <p>夏野菜の栽培を通して、植物の成長の様子や変化に関心をもち、生命の尊さを知り、栽培する楽しさや喜びを味わう。</p>						
2 食に関する指導の目標<視点> <p>夏野菜の名前が分かる。〈食品を選択する能力〉</p>						
3 指導の進め方 <p>①指導場面 生活科の時間</p> <p>②指導内容 自分が育てたい夏野菜に関心をもち、愛着をもって育てようとする気持ちを育てる。</p> <p>③指導方法の工夫 <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ（A - 1）で、学級担任が指導する。 ・夏野菜の実物や写真を見せることで、夏野菜に興味をもたせる。 ・夏野菜の種類やその食べ方に関心をもち、自分で栽培し収穫する意欲をもたせる。 </p>						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 知っている夏野菜を発表する。</p> <p>② 夏野菜の実物や写真を見せ、いろいろな種類があることを知らせる。</p> <p>③ 夏野菜の食べ方や料理について、知っていることを発表する。</p> <p>④ 自分が育てたい夏野菜を決め、栽培する意欲をもたせる。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・知っている夏野菜やその食べ方を家で調べておく。 (ワークシート) ・夏野菜の実物や写真を見せ、関心をもたせる。 ・食べ方や料理を発表することにより、自分が育てて収穫したい夏野菜を選ばせる。 			
<p><準備物> ・夏野菜の花・葉・実などの実物や写真 ・ワークシート（夏野菜調べ）</p>						

プラン名	学校給食のやさいをしゅうかくしよう (収穫体験)		指導 タイプ	A-2	時間	90分
小学校	2年	関連する教科等名	生活			
単元名	おいしくそだて わたしのやさい		実施時期	6月		
<p>1 ねらい</p> <p>身近な植物の栽培に関心をもち、世話の仕方を自分で調べたり、人に聞いたりしながら、大切に世話をする中で、それらに生命があることや成長していることなどに気付くとともに、植物に愛着をもち、継続的に育てることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>① 都賀町の児童・生徒における、地産地消の一環として、給食に納入される野菜を児童の手で収穫することによって、地域の豊かな自然や農業などを理解し、郷土愛を育む。 (社会性) (食品を選択する能力)</p> <p>② 児童が生産者の思いにふれることにより、感謝の気持ちを育て、野菜の残食を減らす。 (感謝の心)</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 給食に使われている野菜を収穫する場面で指導する。</p> <p>② 指導内容 生産者や給食センターの方たちと給食に使われている野菜を収穫することで、地域の自然や農業に気づく。また、生産者の思いにふれることで、感謝の心を育む。</p> <p>③ 指導方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ(A-2)で、学級担任と栄養教諭、生産者、JA職員が共同で指導する。 ・ 育ってきた経緯を伝え、作物の生長の様子を紹介する。 ・ 生産者と栄養教諭、JA職員と児童とのふれあいを通して、地域の自然や農業などを理解し、生産者の思いに気づくことができるようにする。 ・ ジャガイモの収穫を通して、野菜の構造や育った様子を理解する。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 本時の内容を知る。</p> <p>② 今日収穫した野菜は、後日の給食に使用されることを知る。</p> <p>③ 圃場まで安全に気をつけて行く。</p> <p>④ 生産者等の名前と顔が分かる</p> <p>⑤ 生産者の思いを聞く。</p> <p>⑥ 収穫の仕方を知る。</p> <p>⑦ 収穫をする。</p> <p>⑧ 他の農産物を見て質問する。</p> <p>⑨ 学校へ戻る。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食の野菜について知っていることなどを発表させる。 ・ 毎日食べている給食の中に、都賀町産の食材がたくさん入っていることを知り、後日給食に出ることを伝え、関心をもたせる。 ・ 生産者の方の名前や作っている野菜について栄養教諭が説明する。 ・ 畑で育っているジャガイモの様子を観察するように声を掛ける。 ・ 生産者の方と協力してたくさんジャガイモを収穫させる。 ・ 他の農産物について理解を深めさせる。 			
<p>〈準備物〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 赤白帽子 ・ 軍手 ・ 長靴 ・ 救急箱 ・ ビニール袋 ・ 収穫に必要なカゴ ・ デジタルカメラ 						

プラン名	すきなものだけ食べてもいいのかな	指導タイプ	A - 1	時間	45分												
小学校	2年	関連する教科等名	学級活動														
単元名	すきなものだけ食べてもいいのかな	実施時期	6月														
<p>1 ねらい 健康な生活を送るために、好き嫌いせずに何でも食べようとする意欲をもつ。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 健康な生活を送るためには、好き嫌いせずに3つのグループの食品を何でも食べようとする意欲を持つ。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 学級活動の内容(2)のキ「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」の2時間のうちの1時間を使い、指導する。</p> <p>② 指導内容 毎日食べている給食や家での食事を食べるとどんないいことがあるのかを学級みんなで考える。そして、毎日食べている食品が体の中の働きによって3つのグループに分かれることを理解する。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・食品カードを使い、自分の好きな食べ物、苦手な食べ物を選ばせる。 ・食品カードを大まかに3つのグループに児童たち自身に分けさせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 好きな食べ物、苦手な食べ物などの名前を出し合う。</td> <td>・好きな食べ物と苦手な食べ物に分けながら板書していく。</td> </tr> <tr> <td>② 本時のめあてを設定する。 <u>すきなものだけたべてもいいのかな</u></td> <td>・児童の反応を生かしてめあてを設定する。</td> </tr> <tr> <td>③ 「食べるとどんないいことがあるのか」を話し合う。</td> <td>・「大きくなれる」「速く走れる」「元気になる」などの意見が児童から出されるよう働きかける。</td> </tr> <tr> <td>④ 食べ物を体の中の働きごとに大まかに分ける。 </td> <td>・食品カードを体の中の働きごとに大まかに3つのグループに分けていく。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 本時の活動をふり返り、自分の食生活のめあてを立てる。</td> <td>・今日の学習でわかったことやこれからの給食でがんばりたいことを記入させ、発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・食材カード(実物大・そのまま食材カード) ・3つのグループのイメージの絵(3枚) ・ワークシート</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 好きな食べ物、苦手な食べ物などの名前を出し合う。	・好きな食べ物と苦手な食べ物に分けながら板書していく。	② 本時のめあてを設定する。 <u>すきなものだけたべてもいいのかな</u>	・児童の反応を生かしてめあてを設定する。	③ 「食べるとどんないいことがあるのか」を話し合う。	・「大きくなれる」「速く走れる」「元気になる」などの意見が児童から出されるよう働きかける。	④ 食べ物を体の中の働きごとに大まかに分ける。 	・食品カードを体の中の働きごとに大まかに3つのグループに分けていく。	⑤ 本時の活動をふり返り、自分の食生活のめあてを立てる。	・今日の学習でわかったことやこれからの給食でがんばりたいことを記入させ、発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																
① 好きな食べ物、苦手な食べ物などの名前を出し合う。	・好きな食べ物と苦手な食べ物に分けながら板書していく。																
② 本時のめあてを設定する。 <u>すきなものだけたべてもいいのかな</u>	・児童の反応を生かしてめあてを設定する。																
③ 「食べるとどんないいことがあるのか」を話し合う。	・「大きくなれる」「速く走れる」「元気になる」などの意見が児童から出されるよう働きかける。																
④ 食べ物を体の中の働きごとに大まかに分ける。 	・食品カードを体の中の働きごとに大まかに3つのグループに分けていく。																
⑤ 本時の活動をふり返り、自分の食生活のめあてを立てる。	・今日の学習でわかったことやこれからの給食でがんばりたいことを記入させ、発表させる。																

プラン名	しゅうかくしたやさいで会食を楽しもう (交流給食)		指導 タイプ	A—2	時間	90分
小学校	2年	関連する教科等名	学活と給食指導			
単元名	すきなものだけ食べてもいいの		実施時期	7月		
<p>1 ねらい 自分たちの生活は地域で生活したり働いている人々や様々な場所とかかわったりしていることが分かり、それらに親しみや愛着をもち、人々と適切に接することや安全に生活することができるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 児童と生産者の交流給食を実施することにより、児童が生産者の思いにふれるとともに、感謝の気持ちを育て、野菜の残食を減らす。 (社会性) (感謝の心)</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 地域の方や生産者の方、栄養教諭などとの会食の場面で指導する。</p> <p>② 指導内容 交流給食を通して、生産者の思いにふれ、感謝の気持ちを育て、残食を減らす。</p> <p>③ 指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ(A—2)で、学級担任と栄養教諭が共同して指導する。 ・ 地域の方や生産者の方を招待して、一緒に食事をとることで、地域とのつながりを感じさせる。 ・ 給食で使われている食材について知り、生産者の思いにふれることで、感謝の気持ちをもたせ、残食が減るようにさせる。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 本時の内容を知る。</p> <p>② 先日、収穫した野菜は、今日の給食に使用されること知り、交流きゅうしよくへの意欲をもたせる。</p> <p>⑤ 「いただきます。」をする。</p> <p>⑥ 会食を楽しむ。</p> <p>⑦ お礼の手紙を読み、感謝の歌を歌う。</p> <p>⑧ 生産者のあいさつを聞く。</p> <p>⑨ 「ごちそうさまでした。」をする。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・ 先日収穫した野菜が給食に使われていることを伝え、関心をもたせる。 ・ 他にも、都賀町産の野菜や食材が多く使われていることを知らせる。 ・ 感謝の気持ちをもって「いただきます」ができるようにする。 ・ 生産者の方達と進んで関わり、思いを聞けるようにする。 ・ お手紙や歌を気持ちを込めて読んだり歌ったりする。 ・ 感謝の気持ちをもって「ごちそうさま」ができるようにする。 			
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ お礼の手紙 ・ 生産者の方へのプレゼント ・ 生産者の方の写真 ・ デジタルカメラ 						

プラン名	トウモロコシの葉っぱや花を見てみよう		指導タイプ	B-1	時間	20分
小学校	2年	関連する教科等名	生活			
単元名	おいしくそだてわたしの野さい		実施時期	7月		

1 ねらい

身近な植物の栽培に関心を持ち、世話の仕方を自分で調べたり、人に聞いたりしながら大切に世話をすることでそれらに生命があることや成長していることなどに気付くとともに植物に愛着を持ち継続的に育てることができる。

2 食に関する指導の目標<視点>

食べ物には命があることが分かる。〈食事の重要性〉

3 指導の進め方

①指導場面

単元の終末の段階で指導する。

②指導内容

身近な野菜のトウモロコシは、命をもっていることに気づくことができるようにする。

③指導方法の工夫


- ・本時は指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。
- ・トウモロコシの苗、花、実の写真をバラバラに提示し、それらを成長の順に並び替えさせることで、成長して変化していく様子を確認する。
- ・どんな世話をしてきたか思い出しながら、命をもっていることに気づかせる。
- ・収穫したトウモロコシをどうやって食べたいか話し合わせ、次時に実際に食べる活動を通して香りや味を楽しませる。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
<p>① 4枚の写真を並べ替えて、「トウモロコシ」の成長していく様子を確認する。</p>  <p>② 写真を見ながら、どんな世話をしてきたか話し合う。</p> <p>③ 収穫したトウモロコシをどうやって食べたいか話し合う。</p>	<p>・トウモロコシの苗、花、実の写真をバラバラに提示して、それらを成長の順に並び替えさせることで、成長していく様子を確認させる。</p> <p>・苗植え、水やり、草取り等の世話をすると、茎が伸び花が咲いて実がなったことを確かめながら、野菜には命があることに気付かせる。</p> <p>・焼く、蒸す、ゆでるなどいろいろな調理法があることを知らせ、どうやって食べたいか話し合わせる。</p> <p>・次時には実際に食べることを知らせる。</p>

<準備物>

- ・トウモロコシの苗、花、実の写真資料（黑板掲示用）
- ・ワークシート

プラン名	やさいとなかよし	指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	2年	関連する教科等名	学級活動		
単元名	やさいとなかよし	実施時期	10月		
1 ねらい 野菜の栄養や働きについて知ること、健康のために進んで野菜を食べようとする意欲を高める。					
2 食に関する指導の目標<視点> 好き嫌いせずに食べようとする。(心身の健康)					
3 指導の進め方 ①指導場面 ・導入時のエプロンシアター ・展開時の野菜の栄養や働きについて考える場面で指導する。 ②指導内容 ・野菜の具体的なパワー(かぜをひかない・はだがつるつるになる・便秘をしない)について知らせ、健康のために進んで野菜を食べようという意識を高めさせる。 ③指導方法の工夫 ・野菜のエプロンシアターで児童の興味・関心を高める。 ・給食に出た野菜を思い出させ、給食には野菜がバランス良く使われていることに気づかせ、苦手な野菜を残さずに食べる工夫を話し合わせる。					
4 展開					
主な学習内容と活動			指導上の留意点		
①野菜のエプロンシアターを見る。 ②本時のめあてを確認する。 ③野菜の栄養や働きについて考える。 ④どうしたら苦手な野菜を食べられるようになるか話し合う。 ⑤授業をふり返り自分なりのめあてをもつ。			・担任・栄養教諭と役割を分担し、児童の身近な野菜の興味関心を高める。  ・野菜カードを使い、どんな働きがあるかを具体的に説明する。(栄養教諭) ・友だちと食べ方の工夫について考え、実践への意欲をもてるように話し合うようにする。 ・「やさいとなかよしカード」を使い実践につなげられるようにする。		
<準備物> ・エプロン ・野菜カード ・ワークシート「やさいとなかよし」					

小学校 第3学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ	(時間)
				食に関する指導の視点	
21	5月	国語	もっと知りたいお茶パワー	B-1	(20分)
				食品を選択する能力	
22	5月	総合	「落花生」ってどんな作物かな	B-1	(90分)
				食文化	
23	7月	体育	健康には、何が関係しているの？	B-1	(20分)
				食事の重要性	
24	9月	社会	ぶどうの成長を知ろう	B-1	(15分)
				食文化	
25	11月	国語	説明の仕方を考えよう	B-1	(45分)
				食品を選択する能力	
26	12月	国語	お正月料理を知ろう	B-1	(20分)
				食文化	
27	2月	国語	昔から今日までの給食の変化	B-1	(25分)
				感謝の心	

小学校 第4学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ	(時間)
				食に関する指導の視点	
28	4月	国語	「レモン」と「夏みかん」ってどんなくだものかな？	B-1	(10分)
				食品を選択する能力	
29	5月	学活	食べ残しを少なくしよう	A-2	(45分)
				心身の健康・感謝の心	
30	6月	体育	体をよりよく発育・発達させるためにはどんな食事がいいのかな	A-1	(45分)
				心身の健康	
31	6月	総合	「かんぴょう」ってどんな野菜かな	B-1	(30分)
				食文化	
32	9月	体育	健康にすくすく育つためには、どんな食事がいいのだろう	A-2	(45分)
				心身の健康	
33	10月	社会	かまどや七輪を使ってみよう	B-1	(90分)
				食文化	
34	10月	学活	バイキングにチャレンジしよう	A-1	(45分)
				心身の健康	
35	10月	学活	食べ物について考えよう	A-2	(45分)
				感謝の心	
36	10月	学活	テーブルマナー講習会	A-2	(60分)
				社会性・感謝の心	
37	12月	体育	カルシウムをしっかりとりよう	A-2	(45分)
				心身の健康	
38	1月	国語	「ウナギ」ってどんな生き物かな？	B-1	(10分)
				食品を選択する能力	

プラン名	もっと知りたいお茶パワー		指導タイプ	B-1	時間	20分																					
小学校	3年	関連する教科等名	音楽																								
単元名	(こころのうた)「茶つみ」		実施時期	5月																							
<p>1 ねらい 多くの人に長い間親しまれてきた日本の歌の良さや楽しさを味わい、世代を超えて共有できるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> お茶の効能を知る。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 歌の場面がわかり、歌えるようになった段階で指導する。</p> <p>②指導内容 日本人に昔から親しまれてきた、緑茶の良さを知ることができるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・「八十八夜に摘み取ったお茶を飲むと一年間無病息災で過ごせる。」といわれるのはどうしてかを考えさせることで興味を持たせる。 ・クイズ形式で選択させることで、お茶の持ついろいろな効能を知ることができるようにする。</p> <p>4 展開</p>																											
主な学習内容と活動			指導上の留意点																								
<p>① 「八十八夜に摘み取ったお茶を飲むと一年間無病息災で過ごせる。」といわれるのはどうしてかを考える。</p> <p>② お茶の持つ効能があると思うものを選んでワークシートに○をつける。</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td colspan="3">もっと知りたいお茶のパワー</td> </tr> <tr> <td colspan="3" style="text-align: center;">年 組氏名</td> </tr> <tr> <td colspan="3">お茶のはたらきに○をつけましょう</td> </tr> <tr> <td>かぜの予防</td> <td>美白効果</td> <td>アレルギーを抑える</td> </tr> <tr> <td>虫歯予防</td> <td>ガン予防</td> <td>老化を防ぐ</td> </tr> <tr> <td>ひまん予防</td> <td>リラックス効果</td> <td>消臭効果</td> </tr> <tr> <td colspan="3">感想を書きましょう ()</td> </tr> </table> <p>③ お茶のいろいろな働きを知り、感想を書く。</p>			もっと知りたいお茶のパワー			年 組氏名			お茶のはたらきに○をつけましょう			かぜの予防	美白効果	アレルギーを抑える	虫歯予防	ガン予防	老化を防ぐ	ひまん予防	リラックス効果	消臭効果	感想を書きましょう ()			<ul style="list-style-type: none"> ・「無病息災」がどんなことを意味するかを話し、体によいイメージを持たせるようにする。 ・「いくつかの良い働きがある」ことを知らせる。 ・家族の話題やテレビの健康番組等で耳にしたことがないか、投げかけ、考えさせる。 ・発表をさせ、正しいものには○をつけていく。(一つ一つの項目に○×クイズ形式で答えさせても良い) ・すべてに○がつくようにしておき、いろいろな効能があることに気付かせる。 ・昔から親しまれているものには、多くの良さがあることにふれ、他の食品への興味を広げられるようにする。 			
もっと知りたいお茶のパワー																											
年 組氏名																											
お茶のはたらきに○をつけましょう																											
かぜの予防	美白効果	アレルギーを抑える																									
虫歯予防	ガン予防	老化を防ぐ																									
ひまん予防	リラックス効果	消臭効果																									
感想を書きましょう ()																											
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート ・掲示用ワークシート（拡大したもの） <p style="text-align: right;">・ 掲示用○、×</p>																											

プラン名	「落花生」ってどんな作物かな		指導タイプ	B-1	時間	90分																
小学校	3年	関連する教科等名	総合的な学習の時間																			
単元名	作物を育てよう		実施時期	5～11月																		
<p>1 ねらい 身近な作物である「落花生」を育てることを通して、食物の育ちや作物作りに関心を持って課題に取り組むことができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 地域の農作物に興味をもち、日常の食事と関連付けて考えることができる。 (食文化)</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入段階及び単元末で指導する。</p> <p>②指導内容 ・「落花生」はどんな作物なのかを学習し、実際に育ててみたり、自分の家庭や給食ではどのような料理に利用されているか調べて調理したり、千葉県の特産物で長い間食べられてきたことを知ったりすることを通して、食文化への関心を深める。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・毎年3年生が育てている「落花生」について写真で紹介したり、パソコンで生育の様子を調べたりすることによって栽培への関心・意欲を持って学習に取り組めるようにする。 ・パソコンで調理の仕方を調べたり、給食センターの栄養教諭さんから紹介していただいた「落花生」のレシピを見たりして、自分達も落花生を調理してみようとする意識を高めさせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 殻付きや殻をむいた「落花生」を見たり、食べたりしてどうやって作ったのか考える。</td> <td>・「落花生」を見せて、生長の仕方や育て方、料理方法など疑問に思ったことを考えさせ、関心を持たせる。</td> </tr> <tr> <td>② 毎年3年生が育てている「落花生」の栽培の様子の写真を見たり、パソコンで栽培方法を調べたりして、どのようにして育てるのか知る。</td> <td>・種まき・苗の移植・栽培や収穫及び収穫後の作業について知る。</td> </tr> <tr> <td>③ 「落花生」料理について調べる。</td> <td>・パソコンで調べたり、栄養教諭さんから紹介していただいたレシピを読んだりする。</td> </tr> <tr> <td>④ 「落花生」の栽培方法や料理についてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。</td> <td>・家庭では、どんな食べ方をしているか調べてきたことを発表させる。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 自分達で収穫した「落花生」を調理して味わう。</td> <td>・ワークシートに書かせ、発表させる。</td> </tr> <tr> <td>⑥ 調理をしてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。</td> <td>・栄養教諭さんから紹介していただいた塩ゆでの方法で調理する。</td> </tr> <tr> <td>⑦ 調理をしてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。</td> <td>・ワークシートに書かせ、発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・殻付き・殻無し「落花生」 ・「落花生」の栽培の様子の写真 ・ワークシート ・給食センターより紹介してもらった「落花生」のレシピ</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 殻付きや殻をむいた「落花生」を見たり、食べたりしてどうやって作ったのか考える。	・「落花生」を見せて、生長の仕方や育て方、料理方法など疑問に思ったことを考えさせ、関心を持たせる。	② 毎年3年生が育てている「落花生」の栽培の様子の写真を見たり、パソコンで栽培方法を調べたりして、どのようにして育てるのか知る。	・種まき・苗の移植・栽培や収穫及び収穫後の作業について知る。	③ 「落花生」料理について調べる。	・パソコンで調べたり、栄養教諭さんから紹介していただいたレシピを読んだりする。	④ 「落花生」の栽培方法や料理についてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・家庭では、どんな食べ方をしているか調べてきたことを発表させる。	⑤ 自分達で収穫した「落花生」を調理して味わう。	・ワークシートに書かせ、発表させる。	⑥ 調理をしてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・栄養教諭さんから紹介していただいた塩ゆでの方法で調理する。	⑦ 調理をしてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・ワークシートに書かせ、発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																					
① 殻付きや殻をむいた「落花生」を見たり、食べたりしてどうやって作ったのか考える。	・「落花生」を見せて、生長の仕方や育て方、料理方法など疑問に思ったことを考えさせ、関心を持たせる。																					
② 毎年3年生が育てている「落花生」の栽培の様子の写真を見たり、パソコンで栽培方法を調べたりして、どのようにして育てるのか知る。	・種まき・苗の移植・栽培や収穫及び収穫後の作業について知る。																					
③ 「落花生」料理について調べる。	・パソコンで調べたり、栄養教諭さんから紹介していただいたレシピを読んだりする。																					
④ 「落花生」の栽培方法や料理についてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・家庭では、どんな食べ方をしているか調べてきたことを発表させる。																					
⑤ 自分達で収穫した「落花生」を調理して味わう。	・ワークシートに書かせ、発表させる。																					
⑥ 調理をしてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・栄養教諭さんから紹介していただいた塩ゆでの方法で調理する。																					
⑦ 調理をしてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・ワークシートに書かせ、発表させる。																					

プラン名	健康には、何の関係しているの？		指導タイプ	B-1	時間	20分
小学校	3年	関連する教科等名	体育			
単元名	毎日の生活と健康		実施時期	7月		
<p>1 ねらい 健康の状態、1日の生活の仕方、身のまわりの環境の関係について知り、自分の生活をよりよいものにすることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 3食規則正しく食事を取り、生活リズムを整えることの大切さが分かる。 <食事の重要性></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入で、自分の1日の生活を振り返り、健康との関係について考える場面で指導する。</p> <p>②指導内容 3食規則正しく食事を取り、生活リズムを整えることの大切さが分かる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ〈B-1〉で、学級担任が指導する。 ・自分の「健康」を振り返るチェックシートを用い、当たり前前に食べている給食や、朝夕食の時間・取り方と体の様子についての関係を考えさせる。</p>						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>①「健康」とはどんなことか考える。</p> <p>②健康な1日、調子の悪い1日の流れ比べ、気付いたことを発表する。</p> <p>③食物摂取（食事・間食）をポイントに1日の流れを見直し、生活の中の食事の大切さを話し合う。</p>			<p>・心と体のチェック表を用い「健康」な状態について考える。（教科書参照）</p> <p>・心・体の自分の状態や、その時の行動・環境についてなど、たくさんの意見を出させるようにする。</p> <p>・食事の量・雰囲気・時間・内容など、良い取り方が分かるよう図や写真を利用し、1日の中の基本の3食を意識させる。</p>			
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> 健康についてのチェック表 生活リズムを考えられる1日の流れ図 						

プラン名	ぶどうの成長を知ろう		指導タイプ	B - 1	時間	15分										
小学校	3年	関連する教科等名	社会													
単元名	農家の人のくふう		実施時期	9月												
<p>1 ねらい 地域の生産農家は、自分たちの生活と関わりがあること、また、生産の仕事の特色や国内外の他地域との関わりなどについて調べ、仕事に携わっている人々の工夫を考えるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 自分の住んでいる身近な土地でとれた食べ物を知る。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元（生産農家）の導入段階で指導する。</p> <p>②指導内容 ぶどうの成長の様子がわかるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・指導タイプB - 1で学級（教科）担任が指導する。 ・写真を用いることで、ぶどうへの興味を持たせたり、ぶどうの実になり始めたときとぶどうの実が熟したときとの違いを感じ取らせたりする。 ・国語で学習した（2年時）詩を用い、ぶどうが成長していく楽しみを思い起こさせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 2枚①②の写真を見せて、何の木かを考えさせる。</td> <td>・実や葉のない「ぶどうの木」と「ぶどうの花」の写真を見せて、学習への興味を持たせる。 ・栃木市（大平地区）で盛んに生産されているものであるというヒントを出す。</td> </tr> <tr> <td>② 3枚目③～4枚目④の写真を見せて、ぶどうであることを知らせる。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>③ 3枚目と4枚目の写真を見比べ、何が違うか、どうなってきたのかを考えさせる。</td> <td>・ぶどうの色や膨らみが変わっただけでなく、粒が大きくなれば重さが増え、甘さが増すと一層おいしくなることがぶどうの成長であることを押さえる。</td> </tr> <tr> <td>④ 既習「おおきなあれ」の詩を全員・個人で音読する。特に「おもくなあれ あまくなあれ」の部分の読みかたを工夫させる。</td> <td>・「おもくなあれ あまくなあれ」の部分は、誰の思いが込められているのかを想像させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・写真①ぶどうの木 ②ぶどうの花 ③小さな実 ④熟したぶどう ・坂田寛夫の詩「おおきなあれ」（拡大したもの）</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 2枚①②の写真を見せて、何の木かを考えさせる。	・実や葉のない「ぶどうの木」と「ぶどうの花」の写真を見せて、学習への興味を持たせる。 ・栃木市（大平地区）で盛んに生産されているものであるというヒントを出す。	② 3枚目③～4枚目④の写真を見せて、ぶどうであることを知らせる。		③ 3枚目と4枚目の写真を見比べ、何が違うか、どうなってきたのかを考えさせる。	・ぶどうの色や膨らみが変わっただけでなく、粒が大きくなれば重さが増え、甘さが増すと一層おいしくなることがぶどうの成長であることを押さえる。	④ 既習「おおきなあれ」の詩を全員・個人で音読する。特に「おもくなあれ あまくなあれ」の部分の読みかたを工夫させる。	・「おもくなあれ あまくなあれ」の部分は、誰の思いが込められているのかを想像させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 2枚①②の写真を見せて、何の木かを考えさせる。	・実や葉のない「ぶどうの木」と「ぶどうの花」の写真を見せて、学習への興味を持たせる。 ・栃木市（大平地区）で盛んに生産されているものであるというヒントを出す。															
② 3枚目③～4枚目④の写真を見せて、ぶどうであることを知らせる。																
③ 3枚目と4枚目の写真を見比べ、何が違うか、どうなってきたのかを考えさせる。	・ぶどうの色や膨らみが変わっただけでなく、粒が大きくなれば重さが増え、甘さが増すと一層おいしくなることがぶどうの成長であることを押さえる。															
④ 既習「おおきなあれ」の詩を全員・個人で音読する。特に「おもくなあれ あまくなあれ」の部分の読みかたを工夫させる。	・「おもくなあれ あまくなあれ」の部分は、誰の思いが込められているのかを想像させる。															

プラン名	説明の仕方を考えよう		指導タイプ	B - 1	時間	45分										
小学校	3年	関連する教科等名	国語													
単元名	すがたを変える大豆		実施時期	11月												
<p>1 ねらい 大豆が様々な食べ方をされていることに関心をもち、文章構成を理解しながら読もうとすることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 多くの食べ物に大豆がすがたを変えて使われていることを知る。 <食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 単元「すがたを変える大豆」の導入段階で指導する。</p> <p>② 指導内容 「畑の肉」と言われる大豆がすがたをかえていろいろな食品になっていることを理解し、それらを残さず食べようとする心情を育てる。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B - 1）で学級担任が指導する。 ・実際に大豆を見て、様々な形で自分たちの食事と結びついていることに気付かせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 一週間の給食献立表を見ながら、ふだんの食事で、どのような物を食べているのか気付いたことをまとめる。</td> <td>・牛乳を毎日飲んでいること、汁物が多いこと、野菜が毎日出ていること、ご飯の日とパンの日があることなどに気付かせながら食べ物に関心を持たせる。</td> </tr> <tr> <td>② 多くの食べ物に大豆が使われていることを知る。</td> <td>・一週間の献立の中で大豆が使われている食品を紹介する。 ・あらかじめ教師が調べておく。 ・大豆の実物を見せる。可能であれば、枝に付いたさやの状態を提示する。</td> </tr> <tr> <td>③ 全文を読み、大豆を使った食品を確認する。</td> <td>・豆まきの豆、煮豆、きなこ、枝豆、もやし、豆腐、味噌、納豆、醤油などを子ども達と確認する。 ・初めて知ったこと、驚いたこと、すごいと思ったことなどをノートに書かせる。</td> </tr> <tr> <td>④ 感想を書く。</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・一週間分の献立表 ・大豆の使われている食品の紹介 ・大豆（できれば枝に付いたさやの大豆）</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 一週間の給食献立表を見ながら、ふだんの食事で、どのような物を食べているのか気付いたことをまとめる。	・牛乳を毎日飲んでいること、汁物が多いこと、野菜が毎日出ていること、ご飯の日とパンの日があることなどに気付かせながら食べ物に関心を持たせる。	② 多くの食べ物に大豆が使われていることを知る。	・一週間の献立の中で大豆が使われている食品を紹介する。 ・あらかじめ教師が調べておく。 ・大豆の実物を見せる。可能であれば、枝に付いたさやの状態を提示する。	③ 全文を読み、大豆を使った食品を確認する。	・豆まきの豆、煮豆、きなこ、枝豆、もやし、豆腐、味噌、納豆、醤油などを子ども達と確認する。 ・初めて知ったこと、驚いたこと、すごいと思ったことなどをノートに書かせる。	④ 感想を書く。	
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 一週間の給食献立表を見ながら、ふだんの食事で、どのような物を食べているのか気付いたことをまとめる。	・牛乳を毎日飲んでいること、汁物が多いこと、野菜が毎日出ていること、ご飯の日とパンの日があることなどに気付かせながら食べ物に関心を持たせる。															
② 多くの食べ物に大豆が使われていることを知る。	・一週間の献立の中で大豆が使われている食品を紹介する。 ・あらかじめ教師が調べておく。 ・大豆の実物を見せる。可能であれば、枝に付いたさやの状態を提示する。															
③ 全文を読み、大豆を使った食品を確認する。	・豆まきの豆、煮豆、きなこ、枝豆、もやし、豆腐、味噌、納豆、醤油などを子ども達と確認する。 ・初めて知ったこと、驚いたこと、すごいと思ったことなどをノートに書かせる。															
④ 感想を書く。																

プラン名	お正月料理を知ろう		指導 タイプ	B-1	時間	20分
小学校	3年	関連する教科等名	国語			
単元名	季節の言葉「冬の楽しみ」		実施時期	12月		
1 ねらい						
表現したり、理解したりするために必要な語句を増やすことができる。						
2 食に関する指導の目標<視点>						
季節や行事にちなんだ料理があることがわかる<食文化>						
3 指導の進め方						
①指導場面						
1時間扱いの後半で指導する						
②指導内容						
鏡餅やおせち、お雑煮などのお正月料理について、知っていることをふり返ると共に、料理に込められた願いを知ることにより、伝統的な食文化にふれることができるようにする。						
③指導方法の工夫						
・本時は指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
①知っているおせち料理を出し合う			・食べてはいても名前を知らないことも考えられるので、必要に応じておせちの絵や写真を提示する			
②おせち料理の由来を知る						
③おせち料理に込められた「願い」や「縁起を担ぐ」意味づけを考える			・ヒントカードを準備し、当てはまるものを探すようにする ・グループで話し合う ・よい年を迎えたいという気持ちが多くの料理に込められていることにふれ、古くから大切にされてきた伝統について考えさせる			
④感想を話し合う			・松の内の行事について触れ、料理以外にも新年にまつわる事柄が多くあることを知らせる			
<準備物> おせち料理の写真・ヒントカード・掲示資料（「和の行事絵本」挿絵）						

プラン名	昔から今日までの給食の変化		指導タイプ	B-1	時間	25分
小学校	3年	関連する教科等名	国語			
単元名	しりょうから分かったことを発表しよう		実施時期	2月		
<p>1 ねらい ・給食の移り変わりを知ろう。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> ・給食の変遷を知り、現在自分たちが豊富なおかず、様々な味付けを楽しみながら給食を食べられることに感謝する。 <感謝の心></p> <p>3 指導の進め方 ①指導場面 教科書P. 86での学習の終末に指導する。</p> <p>②指導内容 昭和20年頃には、おかずばかりでなく主食も十分に取れなかったり、給食に出される品数が少なかったり、味付けが塩や味噌、醤油などの単純な味付けだったことなどを指導する。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ(B-1)で、学級担任が指導する。 ・この単元の特徴を生かし、できるだけ写真資料を見せて子どもたちに分かったことを発表させる場面を多くとる。</p> <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>1 昭和20年頃の給食の写真と現在の給食を比べて分かったことを発表する。</p> <p>2 時代と共に給食が変わってきたことを知る。 ①山形県の忠愛小学校で始まった給食が全国へと徐々に広がっていったことを知る。 ②昭和2年頃は、陶器の器が使われていたことを知る。 ③昭和27年全国の小学校で完全給食が始まった。鯨の肉なども出されていた。 ④昭和38年脱脂粉乳の国庫補助が実現し、ミルク給食が全面実施された。この頃から揚げパンが出るようになった。 ⑤昭和51年から米飯給食が始まった。それと共にメニューが増えてきた。</p> <p>⑥平成8年病原性大腸菌 O157 による食中毒事故が起こり、それ以来生野菜などが出されなくなった。</p> <p>⑦最近の給食は、様々な国や地方の食べ物を取り入れてよりメニューも豊富になった。</p> <p>3 豊かな食材を様々な調理法で、おいしく食べられることに感謝して、給食を残さず食べるようにしようとする意欲をもたせる。</p>			 <p>昭和20年頃の給食</p>  <p>現在の給食</p>  <p>①明治22年</p>  <p>②昭和2年</p>  <p>③昭和27年</p>  <p>④昭和38年</p>  <p>⑤昭和52年</p>    			
<p><準備物> ・各時代ごとの給食の写真</p>						

プラン名	「レモン」と「夏みかん」ってどんなくだものかな？		指導タイプ	B-1	時間	10分
小学校	4年	関連する教科等名	国語			
単元名	白いぼうし		実施時期	4月		
<p>1 ねらい 場面の移り変わりに注意しながら、中心人物の性格や気持ちの変化、情景などについて叙述をもとに想像して読むことができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 「レモン」と「夏みかん」の様々な違いを知る。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入や物語を読み深める段階で指導する。</p> <p>②指導内容 物語に登場する「レモン」と「夏みかん」の違いに触れ、場面の様子を想像させる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。 ・ 「レモン」と「夏みかん」のにおいを想像させ、実物と比較できるようにする。 ・ 「レモン」と「夏みかん」の実物や写真を見せることで、違いを知る。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 「レモン」と「夏みかん」を想像し、どんな果物かを考える。</p> <p>② 実物や写真を見せ、「レモン」と「夏みかん」の違いや旬を知る。</p> <p>② 物語の中で登場人物が「レモン」と「夏みかん」をなぜまちがえたかを考える。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・ 物語文に出てくるにおいについても想像させるようにする。 ・ レモン……薄黄色、酸っぱい 夏みかん…濃い黄色、甘い ・ もぎたてで酸っぱいにおいがしたので 			
						
			レモン		夏みかん	
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「レモン」と「夏みかん」の写真や実物 						

プラン名	食べ残しを少なくしよう		指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	4年	関連する教科等名	学級活動			
単元名	食べ物について考えよう。		実施時期	5月		

1 ねらい

毎日の食事が自然のもたらす恵みであることに気付き、給食の中で自分たちのできることを考え、工夫することができるようにする。

2 食に関する指導の目標<視点>

自然界の中で動植物と共に生きている自分の存在について考え、環境や資源に配慮した食生活を実践しようとする。<感謝の心・心身の健康>

3 指導の進め方

① 指導場面

自然の恵みの食べ物から命をいただき、自分の命をつなげていることを学んでから、食べ残しについて指導する。

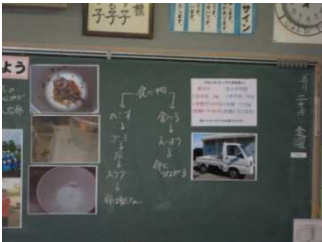
② 指導内容

食べ物の命を大切にするためには、自分はどんなことができるか考え、実践できる態度を育てる。

③ 指導方法の工夫

- ・本時は指導タイプ（A-2）で栄養教諭と担任が役割を分担して指導する。
- ・食材には命があったことに気付かせるために、食材の写真を提示し、想起させ易くする
- ・実際には、食べ物の命を大切にしていけないことに気付かせるために給食の食べ残しの写真を提示する。
- ・家中小の給食のゴミの量をイメージしやすいように軽トラック何台分で表し、軽トラックの写真も提示する。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
1 今日の給食の献立を思い出し、材料は何だったかを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・食材の写真を見せ、たくさんの種類の食物を食べていることに気付かせる。 ・食材の元あった様子や場所を思い浮かべさせ、食べものは命があったことに気付かせる。 
2 食べ物が自然の恵みであることに気付く。	
3 自然の恵みを受けながらも食べ物を十分に生かして見ない資料を見る。	
4 これから、給食の時間にどんなことに気をつけたいかを考え、発表する。	
	<ul style="list-style-type: none"> ・給食の食べ残しの写真やゴミの量が軽トラック3台分にもなることを知らせ、実際には食べ物を大切にしていなかったことに気付かせる。食べ物の命を大切にするために、自分はどんなことができるかを考え、ワークシートにまとめさせる。

<準備物>

食材の写真 食べ残しの写真 軽トラックの写真 ワークシート

プラン名	体をよりよく発達・発育させるためにはどんな食事がいいのかな	指導タイプ	A — 1	時間	45分														
小学校	4年	関連する教科等名	体育																
単元名	育ちゆく体とわたし	実施時期	6月																
<p>1 ねらい 体をよりよく発達・発育させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養・睡眠が必要であることを理解する。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 体をよりよく発達・発育させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養・睡眠が必要であることを理解する。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 自分の生活を振り返らせ、考える段階で指導する。</p> <p>②指導内容 体をよりよく発達・発育させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養・睡眠が必要であることを理解することができるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A—1）で、学級担任が指導する。 ・栄養が偏っている食事の写真や、バランスのとれた給食の写真を見せ、それらと比較し違いに気づかせる。 ・調和のとれた食事や、適切な運動、睡眠を取らないと、人はどうなってしまうのか話し合わせることで、健康的な生活習慣の大切さに気づかせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 自分の生活を振り返る。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>② 栄養の偏った食事の写真や給食の写真を見て、自分の食べている食事と比べる。</td> <td>・黒板にA3サイズの写真を掲示し、興味を持たせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 「育ち盛りに特に必要な栄養素」の掲示物を提示し、それらが、栄養の偏った食事、給食、自分が普段食べている食事の中にどれくらい含まれているか考える。</td> <td>・食事をするとき、気をつけていることがあるかも知れずね、食に対する意識はあるのか把握する。</td> </tr> <tr> <td>④ 栄養の偏った食事を取り続けるとどうなるか話し合う。また、バランスの良い食事をすることでどうなるかも話し合う。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>⑤ 運動、睡眠についても、適切に取らないとどうなってしまうか考える。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>⑥ 自分の生活で、これからどんなことを心がけていきたいか話し合う。</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 「栄養の偏った食事」の写真、給食の写真、献立表、ワークシート 「育ち盛りに特に必要な栄養素」の掲示資料</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 自分の生活を振り返る。		② 栄養の偏った食事の写真や給食の写真を見て、自分の食べている食事と比べる。	・黒板にA3サイズの写真を掲示し、興味を持たせる。	③ 「育ち盛りに特に必要な栄養素」の掲示物を提示し、それらが、栄養の偏った食事、給食、自分が普段食べている食事の中にどれくらい含まれているか考える。	・食事をするとき、気をつけていることがあるかも知れずね、食に対する意識はあるのか把握する。	④ 栄養の偏った食事を取り続けるとどうなるか話し合う。また、バランスの良い食事をすることでどうなるかも話し合う。		⑤ 運動、睡眠についても、適切に取らないとどうなってしまうか考える。		⑥ 自分の生活で、これからどんなことを心がけていきたいか話し合う。	
主な学習内容と活動	指導上の留意点																		
① 自分の生活を振り返る。																			
② 栄養の偏った食事の写真や給食の写真を見て、自分の食べている食事と比べる。	・黒板にA3サイズの写真を掲示し、興味を持たせる。																		
③ 「育ち盛りに特に必要な栄養素」の掲示物を提示し、それらが、栄養の偏った食事、給食、自分が普段食べている食事の中にどれくらい含まれているか考える。	・食事をするとき、気をつけていることがあるかも知れずね、食に対する意識はあるのか把握する。																		
④ 栄養の偏った食事を取り続けるとどうなるか話し合う。また、バランスの良い食事をすることでどうなるかも話し合う。																			
⑤ 運動、睡眠についても、適切に取らないとどうなってしまうか考える。																			
⑥ 自分の生活で、これからどんなことを心がけていきたいか話し合う。																			

プラン名	「かんぴょう」ってどんな野菜かな		指導タイプ	B-1	時間	30分										
小学校	4年	関連する教科等名	総合的な学習の時間													
単元名	作物を育てよう		実施時期	6～7月												
<p>1 ねらい 栃木県の特産物である「かんぴょう」を育てることを通して、食料問題などに関心を持って課題に取り組むことができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 地域の産物に興味をもち、日常の食事と関連付けて考えることができる。 <食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入段階で指導する。</p> <p>②指導内容 「かんぴょう」はどんな野菜なのかを学習し、自分の家庭や給食ではどのような料理に利用されているか調べたり、栃木県の特産物で長い間食べられてきたことを知ったりすることを通して、食文化への関心を深める。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・毎年4年生がJAの方々にお世話になって育てているかんぴょう栽培の様子を事前に写真で紹介することによって、栽培への関心・意欲を持って学習に取り組めるようにする。 ・給食の献立表や給食センターの栄養教諭さんから紹介していただいた「かんぴょう」のレシピを見たり、家庭での料理を調べたりして、自分達もかんぴょう料理を受け継いでいこうとする意識を高めさせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 干して乾燥させた「かんぴょう」を見て、どうやって作ったのか考える。</td> <td>・長くのばした「かんぴょう」を見せて、元はどういう形だったのか想像する。 ・生の実の写真を見せる。</td> </tr> <tr> <td>② 毎年4年生がJAの方々と一緒に育てている「かんぴょう」栽培の様子の写真を見て、どのようにして育てているのか知る。</td> <td>・植え付け・除草・わらしきなどの世話、収穫・皮をむいて干す・乾燥などの作業について知る。</td> </tr> <tr> <td>③ 「かんぴょう」料理について調べる。</td> <td>・給食の6月献立表の中の「県民の日」メニューや今までに食べた献立を思い出したり、栄養教諭さんから教えていただいたレシピを紹介したりする。 ・家庭では、どんな食べ方をしているか調べてきたことを発表させる。</td> </tr> <tr> <td>④ 「かんぴょう」の栽培方法や料理についてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。</td> <td>・ワークシートに書かせ、発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・乾燥した「かんぴょう」 ・「かんぴょう」の栽培の様子の写真 ・ワークシート ・給食献立表 ・給食センターより紹介してもらった「かんぴょう」のレシピ</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 干して乾燥させた「かんぴょう」を見て、どうやって作ったのか考える。	・長くのばした「かんぴょう」を見せて、元はどういう形だったのか想像する。 ・生の実の写真を見せる。	② 毎年4年生がJAの方々と一緒に育てている「かんぴょう」栽培の様子の写真を見て、どのようにして育てているのか知る。	・植え付け・除草・わらしきなどの世話、収穫・皮をむいて干す・乾燥などの作業について知る。	③ 「かんぴょう」料理について調べる。	・給食の6月献立表の中の「県民の日」メニューや今までに食べた献立を思い出したり、栄養教諭さんから教えていただいたレシピを紹介したりする。 ・家庭では、どんな食べ方をしているか調べてきたことを発表させる。	④ 「かんぴょう」の栽培方法や料理についてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・ワークシートに書かせ、発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 干して乾燥させた「かんぴょう」を見て、どうやって作ったのか考える。	・長くのばした「かんぴょう」を見せて、元はどういう形だったのか想像する。 ・生の実の写真を見せる。															
② 毎年4年生がJAの方々と一緒に育てている「かんぴょう」栽培の様子の写真を見て、どのようにして育てているのか知る。	・植え付け・除草・わらしきなどの世話、収穫・皮をむいて干す・乾燥などの作業について知る。															
③ 「かんぴょう」料理について調べる。	・給食の6月献立表の中の「県民の日」メニューや今までに食べた献立を思い出したり、栄養教諭さんから教えていただいたレシピを紹介したりする。 ・家庭では、どんな食べ方をしているか調べてきたことを発表させる。															
④ 「かんぴょう」の栽培方法や料理についてわかったことや今後の活動への思いや感想を話し合う。	・ワークシートに書かせ、発表させる。															

プラン名	健康にすくすく育つためには、 どんな食事がいいのだろう		指導 タイプ	A - 2	時間	45分
小学校	4年	関連する教科等名	体育			
単元名	育ちゆく体とわたし		実施時期	9月		
<p>1 ねらい 発育を促すためには、食事、休養、睡眠、運動の調和のとれた生活を送ることが必要であることが分かる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食品の3つのはたらきが分かり、好き嫌いなくバランスよく食べることができる。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 小単元の第4時（4時間扱い）に実施する。</p> <p>② 指導内容 発育を促すためには、食事、休養、睡眠、運動の調和のとれた生活を送ることが必要であること、特に食事については、給食の献立例から多くの食品が使われていることに気づかせ、発育を促すために好き嫌いなく、バランスよく食べることの必要性を理解する。</p> <p>③ 指導方法の工夫 本時は指導タイプ（A-2）で学級担任と栄養職員が共同して指導する。できれば、養護教諭も共同して指導し、食事、運動、睡眠が関連し合っており、調和のとれた生活をすることの大切さに気づかせる。</p>						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
① すくすく育つためにどんなことに気をつけたらいいか考え、となりの人と話し合う。			・ 出された意見を食事、運動、睡眠に分けて板書する。			
② 食事の大切さについて栄養職員から説明を聞く。			・ 栄養バランスや栄養素の働きについて分かりやすく説明する。給食で多くの食品、野菜が使われていることに気づかせる。			
③ 休養、運動の大切さについて養護教諭から説明を聞く。			・ 睡眠、運動と体の成長との関連を体力テスト結果や日頃の睡眠時間などから分かりやすく説明する。			
④ 食事、休養・睡眠、運動が関連し合っていることを知る。			・ ワークシートにこれからの生活について考えさせ、継続して調和のとれた生活ができるように促す。			
<準備物>			・ 食生活生バランスこま ・ 給食献立の写真 ・ 成長ホルモングラフ ・ 骨のレントゲン写真			



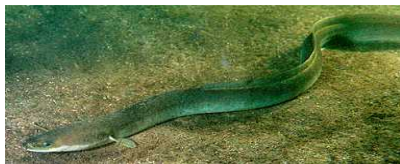

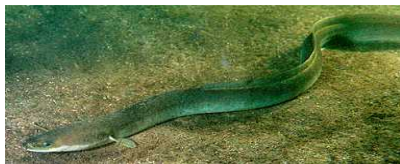

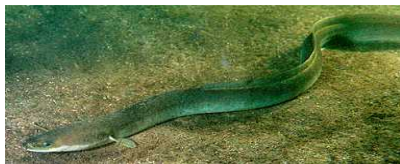

プラン名	かまどや七輪を使ってみよう	指導	B-1	時	90分				
小学校	4年	関連する教科等名	社会						
単元名	くらしの中に伝わる願い くらしは、どううつり変わってきたの	実施時期	10月						
<p>1 ねらい 昔の道具を見たり体験したりして、それが使われていた頃の暮らしはどのようなであったかという学習問題をつかむことができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食に関わる歴史などに興味を持つことができる。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入の段階で指導する。</p> <p>②指導内容 かまどでご飯を炊く、七輪でお餅を焼くという体験をする。体験を通して気付いたことを話し合い学習問題をつかむ。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。 ・祖父母や学校支援ボランティアの方にかまどや七輪の使い方を教えていただく。 ・かまどで炊いたご飯と七輪で焼いたお餅を食べて味わうことで、不便さだけでなく知恵や工夫があることに気付かせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① かまどでご飯を炊く。 ・米をとぐ。 ・かまどに火をおこす。 ・釜に米と水を入れ火にかける。 ・火加減を調節する。</p> <p>② 七輪で餅を焼く。 ・炭で火をおこす。 ・網を乗せて、餅を焼く。 ・火加減を調節する。</p> <p>③ ご飯と餅をいただく。</p> <p>④ 体験して気付いたことや疑問を話し合い、学習問題をつかむ。</p> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・祖父母や学校支援ボランティアの方に道具の使い方やご飯の炊き方を教えていただく。 ・「はじめチョロチョロ、中パツパ、赤子泣いてもふた取るな」という炊き方の工夫を表した言葉なども教えていただく。 ・火加減の大切さや炊けるまでに時間がかかること、ずっとかまどから離れることができない、しゃがんだり、立ったりして疲れる等に気付かせる。 ・ご飯と漬け物、しょう油をつけただけの餅を味わうことで、そのおいしさに気付かせたい。最先端の炊飯ジャーが「かまどで炊いたご飯」の味に近づけるように工夫していることを知らせ、不便さが生み出した知恵に気付かせたい。 ・かまどや七輪の体験を通して、昔の暮らしについて考えさせる。 </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> かまど、釜、七輪、餅焼き網、炭、うちわ、米、餅、しょう油、漬け物、箸、茶碗</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① かまどでご飯を炊く。 ・米をとぐ。 ・かまどに火をおこす。 ・釜に米と水を入れ火にかける。 ・火加減を調節する。</p> <p>② 七輪で餅を焼く。 ・炭で火をおこす。 ・網を乗せて、餅を焼く。 ・火加減を調節する。</p> <p>③ ご飯と餅をいただく。</p> <p>④ 体験して気付いたことや疑問を話し合い、学習問題をつかむ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母や学校支援ボランティアの方に道具の使い方やご飯の炊き方を教えていただく。 ・「はじめチョロチョロ、中パツパ、赤子泣いてもふた取るな」という炊き方の工夫を表した言葉なども教えていただく。 ・火加減の大切さや炊けるまでに時間がかかること、ずっとかまどから離れることができない、しゃがんだり、立ったりして疲れる等に気付かせる。 ・ご飯と漬け物、しょう油をつけただけの餅を味わうことで、そのおいしさに気付かせたい。最先端の炊飯ジャーが「かまどで炊いたご飯」の味に近づけるように工夫していることを知らせ、不便さが生み出した知恵に気付かせたい。 ・かまどや七輪の体験を通して、昔の暮らしについて考えさせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点								
<p>① かまどでご飯を炊く。 ・米をとぐ。 ・かまどに火をおこす。 ・釜に米と水を入れ火にかける。 ・火加減を調節する。</p> <p>② 七輪で餅を焼く。 ・炭で火をおこす。 ・網を乗せて、餅を焼く。 ・火加減を調節する。</p> <p>③ ご飯と餅をいただく。</p> <p>④ 体験して気付いたことや疑問を話し合い、学習問題をつかむ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・祖父母や学校支援ボランティアの方に道具の使い方やご飯の炊き方を教えていただく。 ・「はじめチョロチョロ、中パツパ、赤子泣いてもふた取るな」という炊き方の工夫を表した言葉なども教えていただく。 ・火加減の大切さや炊けるまでに時間がかかること、ずっとかまどから離れることができない、しゃがんだり、立ったりして疲れる等に気付かせる。 ・ご飯と漬け物、しょう油をつけただけの餅を味わうことで、そのおいしさに気付かせたい。最先端の炊飯ジャーが「かまどで炊いたご飯」の味に近づけるように工夫していることを知らせ、不便さが生み出した知恵に気付かせたい。 ・かまどや七輪の体験を通して、昔の暮らしについて考えさせる。 								

プラン名	バイキングにチャレンジしよう ～どんな食べ方がいいのかな～	指導 タイプ	A-2	時間	45分												
小学校	4・5年	関連する教科等名	学級活動														
単元名	楽しい宿泊学習にしよう。	実施時期	10月														
<p>1 ねらい 楽しい宿泊学習にするために、バイキングのマナーについて考える。また、そこから自分の健康を考え、栄養のバランスのとれた食事をしていこうとする意欲を持つ。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 主食、主菜、副菜がそろふことで、栄養のバランスのよい食事になることを知る。 <心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 4, 5年生合同の宿泊学習に行く前の段階で、指導する。</p> <p>②指導内容 給食をふり返りながら、主食・主菜・副菜の組み合わせや量を考えて紙上模擬バイキングを行い、バランスのよい食事について理解できるようにする。また、バイキングのマナーについても触れ、お互いに気持ちよく食事ができるような思いやりの心を育てる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ(A-2)で、栄養士と学級担任が指導する。 ・主食・主菜・副菜とはどんなものか分かるように、マグネットのついたイラストなどを見せ、黒板上で分類する。 ・ワークシートを用意して紙上模擬バイキングを行い、最初に選んだ料理と主食・主菜・副菜について学んだ後に選んだ料理を比較することで、改善点に気付くようにする。 ・最後に自分のめあてを書くことで、実践しようという意欲を持つことができるようにする。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① バイキングにチャレンジしよう。</td> <td>・自由に選ばせ、ワークシートに料理の名前となぜそれを選んだかを記入させる。</td> </tr> <tr> <td>② 給食を調べてみよう。 ・主食・主菜・副菜について知り、それらの組み合わせや量によって、栄養のバランスが良くなることを知る。 ・学校給食は、主食・主菜・副菜のバランスのよい食事であることを確認する。</td> <td>・食事の基本形態と、栄養のバランスの関係について知らせる。 ・前日の給食を例に、学校給食では主食・主菜・副菜が揃っていること知らせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 最初に行ったバイキングは、バランスよく取れていたかを確認する。 ・主食・主菜・副菜を考えて、もう一度バイキングをし、2回行ったバイキングを比べて気づいたことを発表する。</td> <td>・自分の選び方をふり返り、主食・主菜・副菜を考えながらもう一度選ぶ。</td> </tr> <tr> <td>④ バイキングのマナーについて考える。</td> <td>・食べ物を無駄にしない、ともに食べる人を思いやる気持ちを持たせる。</td> </tr> <tr> <td>⑤ まとめ</td> <td>・具体的なめあてを書かせ、毎日の食事でも実践しようという意欲を高める。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 板書「バイキングにチャレンジしよう」 食生活学習教材P8. 9、P10. 11 主食・主菜・副菜のカード ワークシート 前日の給食のイラスト 食品カード</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	① バイキングにチャレンジしよう。	・自由に選ばせ、ワークシートに料理の名前となぜそれを選んだかを記入させる。	② 給食を調べてみよう。 ・主食・主菜・副菜について知り、それらの組み合わせや量によって、栄養のバランスが良くなることを知る。 ・学校給食は、主食・主菜・副菜のバランスのよい食事であることを確認する。	・食事の基本形態と、栄養のバランスの関係について知らせる。 ・前日の給食を例に、学校給食では主食・主菜・副菜が揃っていること知らせる。	③ 最初に行ったバイキングは、バランスよく取れていたかを確認する。 ・主食・主菜・副菜を考えて、もう一度バイキングをし、2回行ったバイキングを比べて気づいたことを発表する。	・自分の選び方をふり返り、主食・主菜・副菜を考えながらもう一度選ぶ。	④ バイキングのマナーについて考える。	・食べ物を無駄にしない、ともに食べる人を思いやる気持ちを持たせる。	⑤ まとめ	・具体的なめあてを書かせ、毎日の食事でも実践しようという意欲を高める。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																
① バイキングにチャレンジしよう。	・自由に選ばせ、ワークシートに料理の名前となぜそれを選んだかを記入させる。																
② 給食を調べてみよう。 ・主食・主菜・副菜について知り、それらの組み合わせや量によって、栄養のバランスが良くなることを知る。 ・学校給食は、主食・主菜・副菜のバランスのよい食事であることを確認する。	・食事の基本形態と、栄養のバランスの関係について知らせる。 ・前日の給食を例に、学校給食では主食・主菜・副菜が揃っていること知らせる。																
③ 最初に行ったバイキングは、バランスよく取れていたかを確認する。 ・主食・主菜・副菜を考えて、もう一度バイキングをし、2回行ったバイキングを比べて気づいたことを発表する。	・自分の選び方をふり返り、主食・主菜・副菜を考えながらもう一度選ぶ。																
④ バイキングのマナーについて考える。	・食べ物を無駄にしない、ともに食べる人を思いやる気持ちを持たせる。																
⑤ まとめ	・具体的なめあてを書かせ、毎日の食事でも実践しようという意欲を高める。																

プラン名	食べ物について考えよう	指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	4年	関連する教科等名	学級活動		
単元名	食べ物について考えよう	実施時期	10月		
1 ねらい					
<ul style="list-style-type: none"> 自然のもたらす恵みや生産や調理に関わる人々の工夫や努力に対して感謝の気持ちを持ち、それを表すための方法を考え、自分の目標に向けて進んで取り組もうとする態度を育てる。 					
2 食に関する指導の目標<視点>					
<ul style="list-style-type: none"> 食事は多くの人々の努力があって作られることを知り、感謝の気持ちをもって食べることができる。 <感謝の心> 					
3 指導の進め方					
① 指導場面					
<ul style="list-style-type: none"> 単元全体を通して指導する。 					
② 指導内容					
<ul style="list-style-type: none"> 食事を作ってくださる人々に感謝の気持ちを共有化した上で、実際に自分がやっていることと違うことに気付かせ問題意識をもたせるようにする。どうしたら感謝の気持ちを行動に表せるかについて学級全体で考え、各自の問題意識に合った解決方法を自己決定させる。また、その目標に向かって自ら進んで実践する態度を育てることができるようにする。 					
③ 指導方法の工夫					
<ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ(A-2)で、学級担任と栄養教諭が共同して指導する。 個々の課題について解決のヒントを学級全体で考え、個人の目標を立てることにより、今までの食事について集団的思考から自己決定ができるようにする。 					
4 展開					
主な学習内容と活動			指導上の留意点		
① 給食の献立の材料を知り、どこで育ったものかを考える。			<ul style="list-style-type: none"> 昨日の献立から、食材は、農家や漁業の方、調理員など関わる人々の工夫や努力があることに気付かせる。 		
② 「いただきます」の意味について知る。			<ul style="list-style-type: none"> 「いただきます」は、誰に向かって言っているかを考えさせる。 		
③ 自分の課題に気付く。			<ul style="list-style-type: none"> 学校給食の残食やこぼした食べ物の写真を見せ、食事をするときに、いつも感謝の気持ちを行動にうつしていたかを考えさせながら、問題意識を高める。 		
④ 課題を共有し、話合いのテーマを確認する。			<ul style="list-style-type: none"> 個々の課題を一人で解決するのではなく、学級全体で考え、解決のヒントを見つけるために話し合うことを伝える。 		
⑤ 課題の解決方法について話し合う。			<ul style="list-style-type: none"> 個々の考えを発表させ、それについて気付いたことや補足したいことなどについて全体で話し合う。 		
⑥ 個人の目標をワークシートに書く。			<ul style="list-style-type: none"> 行動していける具体的な目標になるように声をかける。 		
<準備物>					
<ul style="list-style-type: none"> 写真 ワークシート 					

プラン名	テーブルマナー講習会		指導タイプ	A-2	時間	60分				
小学校	4年	関連する教科等名	学級活動（給食の時間を含む）							
単元名	テーブルマナー		実施時期	10月						
<p>1 ねらい</p> <p>○洋食の正しいマナーを知る機会を設定し、望ましい食習慣を身に付ける。 ○設営にあたっての準備等から他者への感謝の気持ちを培う。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>○食事のマナーを考えて会話を工夫しながら楽しく食事ができる。<社会性> ○食事は多くの人々の努力があって作られること、また、会場設営や給仕などの仕事があることを知り、感謝の気持ちをもって食べることができる。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 特別活動（給食時間）に、食事に関するマナーの指導を中心として行う。</p> <p>② 指導内容 テーブルマナーの意義やナイフやフォークを使って食事する仕方を学習する。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・メニューは学校給食と同じだが、パン、スープ、ハンバーグなどを本格的な食器に盛りつけて、ナイフ、フォークで食べる。 ・栄養教諭から「テーブルマナーの意義」や「食べ方」などの講話を聞く。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① 10:30 ○夢ホール（真名子小に隣接）設営開始 （教務主任・養護教諭・学校支援員・用務員）</p> <p>② 12:00 ○会場設営終了</p> <p>③ 12:15 ○料理運搬終了</p> <p>④ 12:20 司会（教務主任）</p> <p>○テーブルマナー開始（児童・教頭・担任） ○給仕スタンバイ（養護教諭・学校支援員・用務員）</p> <p>○テーブルマナー指導（栄養教諭） ・テーブルマナーの意義 ・設営にあたって ・食べ方 ・気をつけること</p> <p>○児童の感想</p> <p>⑤ 13:20 ○片付け（栄養教諭・教務主任・養護教諭 学校支援員・用務員）</p> </td> <td> <p>・給食のメニューを本格的な食器に盛りつけて、ナイフやフォークで食べる指導をする。</p> <p>・「スープを飲む時は音を立てない」などのマナーを指導する。</p> <p>・テーブルマナーの感想を発表させ、めあてが達成できたか確認する。</p> <p><メニュー> ・コンスープ ・バターロール ・ハンバーグステーキ ・にんじんグラッセ ・フライドポテト ・インゲンのバターソテー ・バナナ ・オレンジジュース ・バター ・サラダ ・アイス</p> </td> </tr> </tbody> </table>							主な内容と活動	指導上の留意点	<p>① 10:30 ○夢ホール（真名子小に隣接）設営開始 （教務主任・養護教諭・学校支援員・用務員）</p> <p>② 12:00 ○会場設営終了</p> <p>③ 12:15 ○料理運搬終了</p> <p>④ 12:20 司会（教務主任）</p> <p>○テーブルマナー開始（児童・教頭・担任） ○給仕スタンバイ（養護教諭・学校支援員・用務員）</p> <p>○テーブルマナー指導（栄養教諭） ・テーブルマナーの意義 ・設営にあたって ・食べ方 ・気をつけること</p> <p>○児童の感想</p> <p>⑤ 13:20 ○片付け（栄養教諭・教務主任・養護教諭 学校支援員・用務員）</p>	<p>・給食のメニューを本格的な食器に盛りつけて、ナイフやフォークで食べる指導をする。</p> <p>・「スープを飲む時は音を立てない」などのマナーを指導する。</p> <p>・テーブルマナーの感想を発表させ、めあてが達成できたか確認する。</p> <p><メニュー> ・コンスープ ・バターロール ・ハンバーグステーキ ・にんじんグラッセ ・フライドポテト ・インゲンのバターソテー ・バナナ ・オレンジジュース ・バター ・サラダ ・アイス</p>
主な内容と活動	指導上の留意点									
<p>① 10:30 ○夢ホール（真名子小に隣接）設営開始 （教務主任・養護教諭・学校支援員・用務員）</p> <p>② 12:00 ○会場設営終了</p> <p>③ 12:15 ○料理運搬終了</p> <p>④ 12:20 司会（教務主任）</p> <p>○テーブルマナー開始（児童・教頭・担任） ○給仕スタンバイ（養護教諭・学校支援員・用務員）</p> <p>○テーブルマナー指導（栄養教諭） ・テーブルマナーの意義 ・設営にあたって ・食べ方 ・気をつけること</p> <p>○児童の感想</p> <p>⑤ 13:20 ○片付け（栄養教諭・教務主任・養護教諭 学校支援員・用務員）</p>	<p>・給食のメニューを本格的な食器に盛りつけて、ナイフやフォークで食べる指導をする。</p> <p>・「スープを飲む時は音を立てない」などのマナーを指導する。</p> <p>・テーブルマナーの感想を発表させ、めあてが達成できたか確認する。</p> <p><メニュー> ・コンスープ ・バターロール ・ハンバーグステーキ ・にんじんグラッセ ・フライドポテト ・インゲンのバターソテー ・バナナ ・オレンジジュース ・バター ・サラダ ・アイス</p>									
<p><準備物> ・食器（借用） ・花 ・紙ナプキン ・黒エプロン ・音楽（BGM）</p>										

プラン名	カルシウムをしっかりとろう		指導タイプ	A-2	時間	45分								
小学校	4年	関連する教科等名	体育											
単元名	育ちゆく体とわたし		実施時期	12月										
<p>1 ねらい 体をよりよく発達・発育させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養・睡眠が必要であることを理解する。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 体をよりよく発達・発育させるためには、カルシウムをしっかりとって丈夫な骨や歯をつくることを理解する。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 育ちゆく体とわたしの単元の第2時に指導する。</p> <p>②指導内容 体をよりよく発達・発育させるためには、バランスのとれた食事が大切で、特に育ち盛りにカルシウムをしっかりととり、丈夫な骨や歯をつくることを大切であることを理解できるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A-2）で、栄養に関するところは栄養士が指導する。 ・わたしたちの体を支える骨の模型（小児と大人）を見せ、体の成長について気づかせる。 ・カルシウムをしっかりとった食事が、健康や成長に必要なことを理解させる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① わたしたちの体を支えている骨が、健康や成長に役立っていることに気づく。</td> <td rowspan="5"> <ul style="list-style-type: none"> ・小児と大人の骨の模型を見せ、体が成長する様子を確認する。 ・年齢による骨量の変化のグラフを見せ、体の成長について考えさせる。 ・よりよく発達・成長するために毎日の食事が大切なことに気づかせる。 ・献立の中でカルシウムの多い食品を考えさせる。 ・カルシウムを多く含む食品やその働き、カルシウムの吸収を高める方法などを説明する。 ・カルシウムをしっかりとり、運動すると、丈夫な骨をつくり、健康や成長に役立つことを説明する。 ・友だちの意見と自分の考えを比べ、聞き、実践する意欲をもたせる。 </td> </tr> <tr> <td>② 健康や成長に必要な食事について考える。</td> </tr> <tr> <td>③ 育ち盛りに特に大切な栄養素のカルシウムについて多く含まれる食品を知り、その働きを理解する。</td> </tr> <tr> <td>④ カルシウムをしっかりとった食事が、成長期の健康や成長に必要なことを知る。運動と食事が、骨の発達・成長に役立つことを知る。</td> </tr> <tr> <td>⑤ この授業でわかったことや、これからの食事や生活で気をつけたいことを考え、発表する。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・小児と大人の骨の模型 ・年齢による骨量の変化のグラフ ・カルシウムを多く含む食品とその働きの図 ・運動と食事が骨の発達に役立つ図 ・ワークシート</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① わたしたちの体を支えている骨が、健康や成長に役立っていることに気づく。	<ul style="list-style-type: none"> ・小児と大人の骨の模型を見せ、体が成長する様子を確認する。 ・年齢による骨量の変化のグラフを見せ、体の成長について考えさせる。 ・よりよく発達・成長するために毎日の食事が大切なことに気づかせる。 ・献立の中でカルシウムの多い食品を考えさせる。 ・カルシウムを多く含む食品やその働き、カルシウムの吸収を高める方法などを説明する。 ・カルシウムをしっかりとり、運動すると、丈夫な骨をつくり、健康や成長に役立つことを説明する。 ・友だちの意見と自分の考えを比べ、聞き、実践する意欲をもたせる。 	② 健康や成長に必要な食事について考える。	③ 育ち盛りに特に大切な栄養素のカルシウムについて多く含まれる食品を知り、その働きを理解する。	④ カルシウムをしっかりとった食事が、成長期の健康や成長に必要なことを知る。運動と食事が、骨の発達・成長に役立つことを知る。	⑤ この授業でわかったことや、これからの食事や生活で気をつけたいことを考え、発表する。
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
① わたしたちの体を支えている骨が、健康や成長に役立っていることに気づく。	<ul style="list-style-type: none"> ・小児と大人の骨の模型を見せ、体が成長する様子を確認する。 ・年齢による骨量の変化のグラフを見せ、体の成長について考えさせる。 ・よりよく発達・成長するために毎日の食事が大切なことに気づかせる。 ・献立の中でカルシウムの多い食品を考えさせる。 ・カルシウムを多く含む食品やその働き、カルシウムの吸収を高める方法などを説明する。 ・カルシウムをしっかりとり、運動すると、丈夫な骨をつくり、健康や成長に役立つことを説明する。 ・友だちの意見と自分の考えを比べ、聞き、実践する意欲をもたせる。 													
② 健康や成長に必要な食事について考える。														
③ 育ち盛りに特に大切な栄養素のカルシウムについて多く含まれる食品を知り、その働きを理解する。														
④ カルシウムをしっかりとった食事が、成長期の健康や成長に必要なことを知る。運動と食事が、骨の発達・成長に役立つことを知る。														
⑤ この授業でわかったことや、これからの食事や生活で気をつけたいことを考え、発表する。														

プラン名	「ウナギ」ってどんな生き物かな？		指導タイプ	B-1	時間	10分				
小学校	4年	関連する教科等名	国語							
単元名	ウナギのなぞを追って		実施時期	1月						
<p>1 ねらい 本文を読む前に、題名から内容を想像させる。食材として身近なウナギに「どんな謎があるのか」と問いかけることによって読むことへの興味づけ、意欲づけを行いたい。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 「ウナギ」の特徴や「ウナギ」を使った料理の名前、調理方法などについて知る。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入で指導する。</p> <p>②指導内容 説明文に登場する「ウナギ」について知っていることを話し合い「ウナギ」の謎を想像させる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。 ・ 「ウナギ」と「ウナギ料理」の写真を見せることで、食材として身近にあることに気づき、どんな形の生き物かを知る。 <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① 「ウナギ」について知っていることを話し合う。</p> <p>② 「ウナギ」や「ウナギ料理」の写真を見せ、食材としてだけでなく、どんな形の生き物かを知る。</p> <p>② 説明文の題名から「ウナギ」の謎とはどんなものか想像させる。</p> <div style="text-align: center;">  </div> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」を知らない児童について食材の写真を見せ、身近なものと感じさせていく。 <div style="text-align: center;">  <p style="font-size: small; text-align: center;">ウナギ茶漬け ウナギ柳川煮 ウナギ蒲焼き</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」の一生についてまだわからないことが多いことに気づかせる </td> </tr> </tbody> </table>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① 「ウナギ」について知っていることを話し合う。</p> <p>② 「ウナギ」や「ウナギ料理」の写真を見せ、食材としてだけでなく、どんな形の生き物かを知る。</p> <p>② 説明文の題名から「ウナギ」の謎とはどんなものか想像させる。</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」を知らない児童について食材の写真を見せ、身近なものと感じさせていく。 <div style="text-align: center;">  <p style="font-size: small; text-align: center;">ウナギ茶漬け ウナギ柳川煮 ウナギ蒲焼き</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」の一生についてまだわからないことが多いことに気づかせる
主な学習内容と活動	指導上の留意点									
<p>① 「ウナギ」について知っていることを話し合う。</p> <p>② 「ウナギ」や「ウナギ料理」の写真を見せ、食材としてだけでなく、どんな形の生き物かを知る。</p> <p>② 説明文の題名から「ウナギ」の謎とはどんなものか想像させる。</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」を知らない児童について食材の写真を見せ、身近なものと感じさせていく。 <div style="text-align: center;">  <p style="font-size: small; text-align: center;">ウナギ茶漬け ウナギ柳川煮 ウナギ蒲焼き</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」の一生についてまだわからないことが多いことに気づかせる 									
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 「ウナギ」と「ウナギ料理」の写真 										

小学校 第5学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ 食に関する指導の視点	(時間)
39	4月	理科	種子に含まれるでんぷんは何のため?	B-1 感謝の心	(45分)
40	5月	社会	安心して食べられるお米	B-1 感謝の心	(45分)
41	5月	家庭	和菓子づくりにチャレンジしよう	A-1 社会性・食品を選択する能力	(45分)
42	6月	社会	魚について知ろう	B-1 食品を選択する能力・感謝の心	(30分)
43	6月	理科	実をつけるのは何のため	B-1 感謝の心	(45分)
44	6月	家庭	朝食をバランスよく食べよう	A-2 食事の重要性	(45分)
45	7月	社会	私たちが食べる魚はどこからくるのか	B-1 感謝の心	(45分)
46	9月	社会	日本の食料生産について考えよう	B-1 食品を選択する能力	(45分)
47	10月	家庭	朝食のひみつ	A-2 食事の重要性・心身の健康	(45分)
48	10月	家庭	毎日の食事を見つめよう	A-1 食品を選択する能力	(30分)
49	11月	家庭	上手に選んでおいしく食べよう	A-2 心身の健康	(45分)
50	11月	家庭	食べることの大切さを考えよう	A-2 心身の健康	(45分)
51	11月	家庭	どんな食べ方がいいのかな?	B-2 心身の健康・感謝の心	(45分)
52	1月	総合	もちについて考えよう	B-1 食文化	(20分)

小学校 第6学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ 食に関する指導の視点	(時間)
53	5月	国語	「タンパク質」って?	B-1 心身の健康	(45分)
54	6月	社会	貴族と武士の生活(食生活の与えた影響)	B-2 食文化・心身の健康	(45分)
55	6月	理科	植物のはたらきと食生活	B-1 感謝の心	(45分)
56	6月	体育	生活習慣病予防～血液サラサラをめざそう～	B-2 心身の健康	(45分)
57	6月	家庭	給食の献立を考えよう	A-2 心身の健康	(45分)
58	7月	体育	「減塩」について考えよう	B-1 食品を選択する能力・心身の健康	(20分)
59	11月	家庭	1食分の献立を考えよう	A-2 心身の健康	(45分)
60	11月	家庭	1食分の献立を工夫しよう～給食の献立発表をとおして～	A-2 心身の健康	(45分)
61	11月	家庭	1食分の献立を工夫しよう～給食の献立を考えてみよう～	A-2 食事の重要性・心身の健康・食品を選択する能力	(90分)
62	12月	家庭	給食の献立を作ろう	A-2 心身の健康	(45分)

プラン名	種子に含まれるでんぷんは何のため	指導タイプ	B-1	時間	45分									
小学校	5年	関連する教科等名	理科											
単元名	植物の発芽と成長	実施時期	4月											
<p>1 ねらい 植物は、種子の中の養分をもとにして発芽することを理解する。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食物に感謝し、残さず食べることができる。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の「種子の発芽と成長」の中で指導する。</p> <p>②指導内容 種子の中ででんぷんが発芽や成長のための養分として使われることを学習し、自分たちはその種子を食物としていることに気づき、大切な生命に感謝したり、残さず食べたりする心情を育てる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・インゲンマメ以外にも、でんぷんを含む食物があることを知り、種子に含まれる養分と発芽の関係について確かめさせる。 ・発芽や成長のために養分が使われることや人間がその生命を食物としていることに気づかせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 発芽する前のインゲンマメやトウモロコシの中にでんぷんが含まれていることを確かめる。</td> <td rowspan="6"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 種子にでんぷんが含まれる植物の代表として、インゲンマメやトウモロコシ、米などを紹介する。 ・ 「種子のつくり」について確認する。 ・ 種子から発芽することについて考えさせるようにする。 ・ 感想をワークシートに書かせてから発表させる。（この時に、ご飯のヨウ素反応も見せる。） </td> </tr> <tr> <td>② 発芽後の子葉にはでんぷんが少なくなっていることを確かめる。</td> </tr> <tr> <td>③ ①、②の事実から、種子にでんぷんが含まれているのは何のためか話し合う。</td> </tr> <tr> <td>④ 種子に含まれるでんぷんは発芽の養分として使われることを知る。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 種子に養分が含まれているのは発芽のためであり、その生命を食物として人間が食べていることを知る。</td> </tr> <tr> <td>⑥ これからの食事のときに、このような食物に対してどんなことを考えるかを話し合う。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・インゲンマメ、トウモロコシ、ご飯、ヨウ素液 ・ワークシート</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 発芽する前のインゲンマメやトウモロコシの中にでんぷんが含まれていることを確かめる。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 種子にでんぷんが含まれる植物の代表として、インゲンマメやトウモロコシ、米などを紹介する。 ・ 「種子のつくり」について確認する。 ・ 種子から発芽することについて考えさせるようにする。 ・ 感想をワークシートに書かせてから発表させる。（この時に、ご飯のヨウ素反応も見せる。） 	② 発芽後の子葉にはでんぷんが少なくなっていることを確かめる。	③ ①、②の事実から、種子にでんぷんが含まれているのは何のためか話し合う。	④ 種子に含まれるでんぷんは発芽の養分として使われることを知る。	⑤ 種子に養分が含まれているのは発芽のためであり、その生命を食物として人間が食べていることを知る。	⑥ これからの食事のときに、このような食物に対してどんなことを考えるかを話し合う。
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
① 発芽する前のインゲンマメやトウモロコシの中にでんぷんが含まれていることを確かめる。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 種子にでんぷんが含まれる植物の代表として、インゲンマメやトウモロコシ、米などを紹介する。 ・ 「種子のつくり」について確認する。 ・ 種子から発芽することについて考えさせるようにする。 ・ 感想をワークシートに書かせてから発表させる。（この時に、ご飯のヨウ素反応も見せる。） 													
② 発芽後の子葉にはでんぷんが少なくなっていることを確かめる。														
③ ①、②の事実から、種子にでんぷんが含まれているのは何のためか話し合う。														
④ 種子に含まれるでんぷんは発芽の養分として使われることを知る。														
⑤ 種子に養分が含まれているのは発芽のためであり、その生命を食物として人間が食べていることを知る。														
⑥ これからの食事のときに、このような食物に対してどんなことを考えるかを話し合う。														

プラン名	安心して食べられるお米		指導タイプ	B-1	時間	45分										
小学校	5年	関連する教科等名	社会													
単元名	日本のお米作りはどうかっているの		実施時期	5月												
<p>1 ねらい 我が国の米作りに関心を持ち生産地の様子や生産の工夫を調べ、我が国の米作りが国民の食料確保に重要な役割を果たしていることや米作りと自然環境の関わりについて考えるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 生産者や自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 導場面 単元末に発展学習として指導する。</p> <p>② 指導内容 おいしく安心できる米を作るための工夫について</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・本時の指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・おいしく安心できる米を作るための土作りや工夫、努力のあることを調べる。 ・農家の人々の様々な努力の末、おいしいお米のできていることを知り、食生活を見直させる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 給食の献立表を見て気付いたことを話し合う。</td> <td>・様々な食材を食べていること、ご飯・パン・牛乳を多く食べていることに気付かせる。</td> </tr> <tr> <td>② 安心して食べられる米を作るための農家の工夫を調べる。</td> <td>・農薬を少なくしたり、アイガモ農法をしたりしていることなどを知らせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 環境に優しい農業の取り組みについて調べる。</td> <td>・エコファーマーと呼ばれる農家の人の取り組みについて、知らせる。</td> </tr> <tr> <td>④ これからの食事でご飯に対してどんなことを考えたか話し合う。</td> <td>・感想を発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・献立表 ・資料</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 給食の献立表を見て気付いたことを話し合う。	・様々な食材を食べていること、ご飯・パン・牛乳を多く食べていることに気付かせる。	② 安心して食べられる米を作るための農家の工夫を調べる。	・農薬を少なくしたり、アイガモ農法をしたりしていることなどを知らせる。	③ 環境に優しい農業の取り組みについて調べる。	・エコファーマーと呼ばれる農家の人の取り組みについて、知らせる。	④ これからの食事でご飯に対してどんなことを考えたか話し合う。	・感想を発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 給食の献立表を見て気付いたことを話し合う。	・様々な食材を食べていること、ご飯・パン・牛乳を多く食べていることに気付かせる。															
② 安心して食べられる米を作るための農家の工夫を調べる。	・農薬を少なくしたり、アイガモ農法をしたりしていることなどを知らせる。															
③ 環境に優しい農業の取り組みについて調べる。	・エコファーマーと呼ばれる農家の人の取り組みについて、知らせる。															
④ これからの食事でご飯に対してどんなことを考えたか話し合う。	・感想を発表させる。															

プラン名	和菓子作りにチャレンジしよう	指導タイプ	A-1	時間	45分				
小学校	5年	関連する教科等名	家庭						
単元名	1. 見つめよう 家庭生活 2. できる仕事から始めよう	実施時期	5月						
<p>1 ねらい</p> <p>和菓子の作り方やお茶の入れ方を知り、家族との触れ合いや団らんを楽しくする工夫をすることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>家族と協力して食事（お茶）の準備ができる。<社会性></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元の第2時（2時間扱い）に実施する。</p> <p>②指導内容 和菓子の作り方やお茶の入れ方を学ぶ。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A-1）で、学級担任が、和菓子職人をゲストティーチャーとし、共同で指導する。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>①菊の花のイメージについて話し合う。</p> <p>②レシピをもとに、調理の注意点をまとめる。</p> <p>③グループごとに、一人2個ずつ作る。</p> <p>④お茶の用意をする。</p> <p>⑤試食する。</p> <p>⑥協力してかたづける。</p> </td> <td> <p>・菊は日本と深いつながりがあることに気づかせる。</p> <p>・火の扱いに気をつけさせる。</p> <p>・楽しい雰囲気の中、味わって食べる。</p> </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <p>あん、木型、ようかんで作った葉、緑茶、茶器</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>①菊の花のイメージについて話し合う。</p> <p>②レシピをもとに、調理の注意点をまとめる。</p> <p>③グループごとに、一人2個ずつ作る。</p> <p>④お茶の用意をする。</p> <p>⑤試食する。</p> <p>⑥協力してかたづける。</p>	<p>・菊は日本と深いつながりがあることに気づかせる。</p> <p>・火の扱いに気をつけさせる。</p> <p>・楽しい雰囲気の中、味わって食べる。</p>
主な学習内容と活動	指導上の留意点								
<p>①菊の花のイメージについて話し合う。</p> <p>②レシピをもとに、調理の注意点をまとめる。</p> <p>③グループごとに、一人2個ずつ作る。</p> <p>④お茶の用意をする。</p> <p>⑤試食する。</p> <p>⑥協力してかたづける。</p>	<p>・菊は日本と深いつながりがあることに気づかせる。</p> <p>・火の扱いに気をつけさせる。</p> <p>・楽しい雰囲気の中、味わって食べる。</p>								

プラン名	魚について知ろう	指導タイプ	B-1	時間	30分										
学校	5年	関連する教科等名	社会												
単元名	水産業のさかんな地域	実施時期	6月												
<p>1 わらい 水産業に従事している人々の工夫や努力、生産地と消費地を結ぶ運送の働きについて調べ、食料を確保するわが国の水産業の意味やそれらの産業と自然環境との関連を考える。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> ・水産業における問題について理解し、品質や安全性に考慮し食品を選択することができる。<食品を選択する能力> ・わが国の水産業の特色や役割を考え、食事を大事にしたり自分の食生活を見直したりすることができる。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 わが国の漁業の特色や役割について考え、学習したことをまとめる。</p> <p>②指導内容 学習したことをもとに、ミニ新聞を作る。</p> <p>③指導方法の工夫 ・学習したことを効率よく簡単にまとめられるように、ミニ新聞作りをする。 ・ミニ記事となる、キーワードを2～3選んで、短い記事を作る。 ・まとめた後で、互いの意見を交流し合い、さらに考えを深めさせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1 学習したことをもとに、ミニ新聞作りをしよう。</td> <td>・既習内容を振り返らせる。</td> </tr> <tr> <td>2 ミニ記事を書こう。 ①近海漁業の工夫 ②遠洋漁業の工夫 ③養殖漁業・栽培漁業の工夫 ④新鮮な魚を運ぶ工夫 ⑤水産業の役割 ①～⑤をもとにミニ記事を作る。</td> <td>・それぞれの内容についてキーワードとなる言葉を考えさせ、それらをつなげて短い記事ができるよう指導する。 ・それぞれの項目ごとに考えるよう助言する。 ・水産業において、輸入に頼っていることを気づくことができるようにする。 ・私たちの食生活を豊にする大事な産業であることに気付かせる。 (給食の献立表を活用する。)</td> </tr> <tr> <td>3 書いたミニ記事を交流しよう。</td> <td>・一人一人が書いたミニ記事を、小グループで交流する。友達の記事でよいものがあれば、取り入れるよう助言する。</td> </tr> <tr> <td>4 学習のまとめをしよう。</td> <td>・今日の学習でわかったことや感想を発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ミニ新聞を書くためのワークシート ・給食の献立表</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	1 学習したことをもとに、ミニ新聞作りをしよう。	・既習内容を振り返らせる。	2 ミニ記事を書こう。 ①近海漁業の工夫 ②遠洋漁業の工夫 ③養殖漁業・栽培漁業の工夫 ④新鮮な魚を運ぶ工夫 ⑤水産業の役割 ①～⑤をもとにミニ記事を作る。	・それぞれの内容についてキーワードとなる言葉を考えさせ、それらをつなげて短い記事ができるよう指導する。 ・それぞれの項目ごとに考えるよう助言する。 ・水産業において、輸入に頼っていることを気づくことができるようにする。 ・私たちの食生活を豊にする大事な産業であることに気付かせる。 (給食の献立表を活用する。)	3 書いたミニ記事を交流しよう。	・一人一人が書いたミニ記事を、小グループで交流する。友達の記事でよいものがあれば、取り入れるよう助言する。	4 学習のまとめをしよう。	・今日の学習でわかったことや感想を発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点														
1 学習したことをもとに、ミニ新聞作りをしよう。	・既習内容を振り返らせる。														
2 ミニ記事を書こう。 ①近海漁業の工夫 ②遠洋漁業の工夫 ③養殖漁業・栽培漁業の工夫 ④新鮮な魚を運ぶ工夫 ⑤水産業の役割 ①～⑤をもとにミニ記事を作る。	・それぞれの内容についてキーワードとなる言葉を考えさせ、それらをつなげて短い記事ができるよう指導する。 ・それぞれの項目ごとに考えるよう助言する。 ・水産業において、輸入に頼っていることを気づくことができるようにする。 ・私たちの食生活を豊にする大事な産業であることに気付かせる。 (給食の献立表を活用する。)														
3 書いたミニ記事を交流しよう。	・一人一人が書いたミニ記事を、小グループで交流する。友達の記事でよいものがあれば、取り入れるよう助言する。														
4 学習のまとめをしよう。	・今日の学習でわかったことや感想を発表させる。														

プラン名	実をつけるのは何のため		指導タイプ	B-1	時間	45分														
小学校	5年	関連する教科等名	理科																	
単元名	花から実へ		実施時期	6月																
<p>1 ねらい 植物の花のつくりや実のでき方に興味をもち、見いだした問題を追究する活動を通して、花の役割や受粉と結実との関係をとらえると同時に、生命を尊重する態度を養い、生命の連続性についての考えをもつことができるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 生産者や自然の恵みに感謝し残さず食べることができる。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元末に発展学習として指導する。</p> <p>②指導内容 カボチャ以外の実ができる植物の育ち方について学習し、それらと自分たちの食事にどのような関係があるか気づくことを通して、自然の恵みに感謝したり、大切な生命を残さず食べようとしたりする心情を育てる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・学習してきたカボチャ以外の植物にも雄花、雌花がある植物あることを知り、それぞれの植物（野菜）が育つ様子を調べることで、雌花の子房が実になる共通点に気づかせる。 ・野菜が子孫を残すために実をつけることや人間がその生命を食物としていることに気づかせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① カボチャと同じように雄花、雌花がある野菜（植物）について知っていることを話し合う。</td> <td>・雌雄異花の代表として、トウモロコシやメロン、キュウリ、カボチャ、スイカ、ゴーヤ、ヘチマなどから紹介する。</td> </tr> <tr> <td>② 資料をもとに、それぞれの野菜が育つ様子を調べ、ワークシートにまとめる。</td> <td>・「種子」→「発芽」→「開花」→「結実」までの過程を押さえる。</td> </tr> <tr> <td>③ 調べて気づいたことを発表する。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>④ それぞれの野菜が実をつけるのは何のためか話し合う。</td> <td>・実の中身について考えさせるようにする。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 野菜が実をつけるのは、子孫を残すためであり、その生命を食物として人間が食べていることを知る。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>⑥ これから食事のときに野菜に対してどんなことを考えるか話し合う。</td> <td>・感想をワークシートに書かせてから発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・種子の実物 ・成長過程の写真資料 ・ワークシート ・実の中身の写真資料</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① カボチャと同じように雄花、雌花がある野菜（植物）について知っていることを話し合う。	・雌雄異花の代表として、トウモロコシやメロン、キュウリ、カボチャ、スイカ、ゴーヤ、ヘチマなどから紹介する。	② 資料をもとに、それぞれの野菜が育つ様子を調べ、ワークシートにまとめる。	・「種子」→「発芽」→「開花」→「結実」までの過程を押さえる。	③ 調べて気づいたことを発表する。		④ それぞれの野菜が実をつけるのは何のためか話し合う。	・実の中身について考えさせるようにする。	⑤ 野菜が実をつけるのは、子孫を残すためであり、その生命を食物として人間が食べていることを知る。		⑥ これから食事のときに野菜に対してどんなことを考えるか話し合う。	・感想をワークシートに書かせてから発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																			
① カボチャと同じように雄花、雌花がある野菜（植物）について知っていることを話し合う。	・雌雄異花の代表として、トウモロコシやメロン、キュウリ、カボチャ、スイカ、ゴーヤ、ヘチマなどから紹介する。																			
② 資料をもとに、それぞれの野菜が育つ様子を調べ、ワークシートにまとめる。	・「種子」→「発芽」→「開花」→「結実」までの過程を押さえる。																			
③ 調べて気づいたことを発表する。																				
④ それぞれの野菜が実をつけるのは何のためか話し合う。	・実の中身について考えさせるようにする。																			
⑤ 野菜が実をつけるのは、子孫を残すためであり、その生命を食物として人間が食べていることを知る。																				
⑥ これから食事のときに野菜に対してどんなことを考えるか話し合う。	・感想をワークシートに書かせてから発表させる。																			

プラン名	朝食をバランスよく食べよう		指導タイプ	A-2	時間	45分												
小学校	5年	関連する教科等名	学級活動															
単元名	大切な朝食		実施時期	6月														
1 ねらい <ul style="list-style-type: none"> 朝食を食べることと、栄養のバランスをとる大切さを知り、正しい生活習慣のもと、朝食を食べてくる意欲を持たせる。 																		
2 食に関する指導の目標<視点> <ul style="list-style-type: none"> 朝食をとることの大切さを理解し、習慣化している。 <食事の重要性> 																		
3 指導の進め方 <ol style="list-style-type: none"> 指導場面 <ul style="list-style-type: none"> 単元全体を通して指導する。 指導内容 <ul style="list-style-type: none"> 自分の朝食について振り返ることにより、自分の朝食の課題を把握する。また、朝食の働きや栄養のバランスが大切なことを生活表などを使って視覚的にとらえさせながら、朝食を食べるためには正しい生活習慣が大切であり、自分の生活習慣の見直すことができるようにする。 指導方法の工夫 <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ(A-2)で、学級担任と栄養教諭が共同して指導する。 ワークシートや食生活学習教材に記入させることにより、自分の朝食について振り返ったり見直したりすることができるようにする。 																		
4 展開 <table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width:50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width:50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① ワークシートに「朝食は食べてくるか」「今日の朝食は何を食べてきたか」を記入しながら、自分の朝食のとり方を思い出す。</td> <td>・ 机間巡視をして実態を把握する。終わった児童は食生活学習教材の記入をさせる。</td> </tr> <tr> <td>② 朝食の働きを知る。</td> <td>・ 朝食の働きについては、体温の表や体の絵を用いて、視覚的に訴えながら栄養教諭が説明する。</td> </tr> <tr> <td>③ 朝食も栄養のバランスが大切なことを知る。</td> <td>・ 3つの栄養グループを用い、栄養のバランスを今日の朝食、給食で説明する。</td> </tr> <tr> <td>④ 朝食を食べるためには正しい生活習慣が大切なことを知る。</td> <td>・ 生活表を使ってよい例と悪い例で説明する。</td> </tr> <tr> <td>⑤ この授業で分かったこと、これからどうするかをワークシートに書き、発表する。</td> <td>・ 友達の意見と自分の考えを比べながら聞き、実践しようとする意欲をもたせる。</td> </tr> </tbody> </table>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① ワークシートに「朝食は食べてくるか」「今日の朝食は何を食べてきたか」を記入しながら、自分の朝食のとり方を思い出す。	・ 机間巡視をして実態を把握する。終わった児童は食生活学習教材の記入をさせる。	② 朝食の働きを知る。	・ 朝食の働きについては、体温の表や体の絵を用いて、視覚的に訴えながら栄養教諭が説明する。	③ 朝食も栄養のバランスが大切なことを知る。	・ 3つの栄養グループを用い、栄養のバランスを今日の朝食、給食で説明する。	④ 朝食を食べるためには正しい生活習慣が大切なことを知る。	・ 生活表を使ってよい例と悪い例で説明する。	⑤ この授業で分かったこと、これからどうするかをワークシートに書き、発表する。	・ 友達の意見と自分の考えを比べながら聞き、実践しようとする意欲をもたせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																	
① ワークシートに「朝食は食べてくるか」「今日の朝食は何を食べてきたか」を記入しながら、自分の朝食のとり方を思い出す。	・ 机間巡視をして実態を把握する。終わった児童は食生活学習教材の記入をさせる。																	
② 朝食の働きを知る。	・ 朝食の働きについては、体温の表や体の絵を用いて、視覚的に訴えながら栄養教諭が説明する。																	
③ 朝食も栄養のバランスが大切なことを知る。	・ 3つの栄養グループを用い、栄養のバランスを今日の朝食、給食で説明する。																	
④ 朝食を食べるためには正しい生活習慣が大切なことを知る。	・ 生活表を使ってよい例と悪い例で説明する。																	
⑤ この授業で分かったこと、これからどうするかをワークシートに書き、発表する。	・ 友達の意見と自分の考えを比べながら聞き、実践しようとする意欲をもたせる。																	
<準備物> <ul style="list-style-type: none"> ワークシート 体温の表 体の絵 スイッチカード 栄養黒板 食生活学習教材 食品のカード 生活表(1日の生活時間) カード 																		

プラン名	私たちが食べる魚はどこからくるのか		指導タイプ	B-1	時間	45分										
小学校	5年	関連する教科等名	社会													
単元名	ふだん食べている食料は、どこからくるの		実施時期	7月												
<p>1 ねらい</p> <p>私達が普段食べている食料がどこから来るのか関心をもち、農作物、畜産物などの生産地を調べ、これからの我が国の食料生産について、自給率の確保、食の安全性、環境への配慮などの観点から考えられるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標〈視点〉</p> <p>食事に関わる多くの人々や自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる。 〈感謝の心〉</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元の第5次（7時間扱い）に実施する。</p> <p>②指導内容 主な食料の生産量が多い都道府県やその分布の様子について調べた後、これからの食料生産について話し合う場面で、学校栄養士さんからいただいた資料をもとに6月の給食で出された水産物の捕れた場所や捕獲方法を紹介する。食料が日本近海はもとより、世界の海からたくさんの人々の働きがあって自分の所へ届けられることを知り、自然の恵みや働く人へ感謝する心情を育てる。</p> <p>③指導方法の工夫 本時は指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。 農作物や畜産物などは、資料をもとに生産量が多い都道府県を調べることはできるが、水産物では、どこで、どのような方法で捕れ、加工されたのかを知ることは普段の生活の中では難しい。実際に自分の口に入る物がどのようにして届くのか、学校栄養士さんからいただいた資料をもとに知ること、私たちの食料に多くの人々が関わっていることや、自然の恵みがあることに気付かせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 食糧自給率について調べる。</td> <td>・天ぷらそばの材料はどこからきたのかを調べる。 ・給食で使われた水産物がどこからきたのかについて、資料をもとに紹介する。</td> </tr> <tr> <td>② 食料の安全性について調べる。</td> <td>・食料を買うときに気をつけていることを思い出させる。</td> </tr> <tr> <td>③ 環境への配慮について調べる。</td> <td>・ビニルハウス栽培について考えさせる。</td> </tr> <tr> <td>④ これからの食料生産について話し合う。</td> <td>・食料自給率・安全性・環境への配慮の観点で考えさせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p>〈準備物〉 社会科資料（農作物・畜産物などの生産量や分布が分かる資料） 給食センターで使用している水産物についての資料</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 食糧自給率について調べる。	・天ぷらそばの材料はどこからきたのかを調べる。 ・給食で使われた水産物がどこからきたのかについて、資料をもとに紹介する。	② 食料の安全性について調べる。	・食料を買うときに気をつけていることを思い出させる。	③ 環境への配慮について調べる。	・ビニルハウス栽培について考えさせる。	④ これからの食料生産について話し合う。	・食料自給率・安全性・環境への配慮の観点で考えさせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 食糧自給率について調べる。	・天ぷらそばの材料はどこからきたのかを調べる。 ・給食で使われた水産物がどこからきたのかについて、資料をもとに紹介する。															
② 食料の安全性について調べる。	・食料を買うときに気をつけていることを思い出させる。															
③ 環境への配慮について調べる。	・ビニルハウス栽培について考えさせる。															
④ これからの食料生産について話し合う。	・食料自給率・安全性・環境への配慮の観点で考えさせる。															

プラン名	日本の食料生産について考えよう		指導 タイプ	B — 1	時間	45分				
小学校	5年	関連する教科等名	社会							
単元名	ふだん食べている食料は、どこからくるの		実施時期	9月						
1 ねらい <ul style="list-style-type: none"> ・ 気候などの条件と野菜や果物の生産地を結びつけながら理解することができる。 ・ 地産地消のよさについて考えることができる。 										
2 食に関する指導の目標<視点> <ul style="list-style-type: none"> ・ 食の安全性や環境への配慮などの観点から日本の食料生産について考える。 <p style="text-align: right;"><社会性></p>										
3 指導の進め方 <p>①指導場面 単元全体で指導する。</p> <p>②指導内容 教科書や資料集に載っている野菜や果物の生産地と気候グラフを見て、気づいたことを発表する。また、地図帳の土地利用などを見て、食料の生産と気候、環境などの条件の結びつきについて理解できるようにする。 また、スーパーなどで地産地消のコーナーがあったり、給食の食材が身近な地域で栽培された野菜や果物を利用していたりすることを知る。そして、地産地消のよさ（安全性や鮮度、環境への配慮など）について考えていく。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ(B-1)で、学級担任が指導する。 ・ 学校の食育コーナー、地図帳、資料集、教科書等の豊富な写真を元に環境、食料生産、輸送、消費などを関連させていけるようにする。 ・ 自分が消費者の立場、生産者の立場など様々な立場になって考えることで、日本の食料生産についての考えをより深めていく。 										
4 展開 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> ① 本時のめあての確認。 ② 教科書の野菜や果物の生産地を知る。 ③ 気候や土地利用などの条件から、なぜその野菜や果物がそこで生産されているのか考える。 ④ 野菜や果物の出荷先について知る。 ⑤ 地産地消のよさについて考える。 </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・ りんごは寒い地方で多く生産され、みかんは暖かい地方で多く生産されているように、果物や野菜によって生産されやすい気候や土地の条件があることが分かるように、地図帳などを活用しながら考える。 ・ 人口の多い都心部に生産量の多くを出荷することを知るとともに、最近では地産地消の考えが広まっていることを知らせる。 </td> </tr> </tbody> </table>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 本時のめあての確認。 ② 教科書の野菜や果物の生産地を知る。 ③ 気候や土地利用などの条件から、なぜその野菜や果物がそこで生産されているのか考える。 ④ 野菜や果物の出荷先について知る。 ⑤ 地産地消のよさについて考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・ りんごは寒い地方で多く生産され、みかんは暖かい地方で多く生産されているように、果物や野菜によって生産されやすい気候や土地の条件があることが分かるように、地図帳などを活用しながら考える。 ・ 人口の多い都心部に生産量の多くを出荷することを知るとともに、最近では地産地消の考えが広まっていることを知らせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点									
① 本時のめあての確認。 ② 教科書の野菜や果物の生産地を知る。 ③ 気候や土地利用などの条件から、なぜその野菜や果物がそこで生産されているのか考える。 ④ 野菜や果物の出荷先について知る。 ⑤ 地産地消のよさについて考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・ りんごは寒い地方で多く生産され、みかんは暖かい地方で多く生産されているように、果物や野菜によって生産されやすい気候や土地の条件があることが分かるように、地図帳などを活用しながら考える。 ・ 人口の多い都心部に生産量の多くを出荷することを知るとともに、最近では地産地消の考えが広まっていることを知らせる。 									
<準備物> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学校の食育コーナーの写真 ・ 地図帳 										

プラン名	朝食のひみつ		指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	5年	関連する教科等名	家庭			
単元名	朝食をバランスよく食べよう。		実施時期	10月		

1 ねらい

朝食を食べること、栄養のバランスをとる大切さを知り、正しい生活習慣のもと、朝食を食べてくる意欲をもたせる。

2 食に関する指導の目標<視点>

- ① 食事は規則正しくとることが大切であり、特に朝食をとることは、心と体を活動できる状態にし、もてる力を十分に発揮できるようになることを理解する。<食事の重要性>
- ② 規則正しい1日3度の栄養バランスのよい食事は、心身の成長の基本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>

3 指導の進め方

- ① 指導場面
 - ・自分の朝食を振り返った後、朝食の大切さを指導する。
- ② 指導内容
 - ・朝食の働きを知り、さらに朝食を食べるためには、正しい生活習慣が大切であることを理解し、実践できる態度を育てる。
- ③ 指導方法の工夫
 - ・本時は指導タイプ（A-2）で、栄養教諭と担任が役割を分担して指導する。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
1 ワークシートに記入しながら、自分の朝食の食べ方を思い出す。	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食を食べると写真のように体温が上がってくることを伝える。 ・朝食を食べると頭と体と便の3つのスイッチがはいることに気付かせる。 ・朝食を食べるためには、時間に余裕をもって起床しなければならないことを、生活表の良い例・悪い例を見て気付かせる。
2 朝食の働きを知る。	
3 朝食も栄養のバランスが大切なことを知る。	
4 正しい生活習慣が大切なことを知る。	
5 朝食をバランスよく食べるためには、どうしたら良いかを話し合う。	
6 個人の目標をワークシートに書く。	



<準備物>

体温の高さの写真 3つのスイッチカード 生活表（悪い例・良い例） ワークシート

プラン名	毎日の食事を見つめよう		指導タイプ	B-1	時間	30分								
小学校	5年	関連する教科等名	家庭											
単元名	おいしいね毎日の食事		実施時期	10月										
<p>1 ねらい 自分の毎日の食事を振り返り、食べているものを調べてみよう。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食べ物の特徴がわかる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 単元の導入やご飯のよさについて知る段階で指導する。</p> <p>② 指導内容 ご飯は日本の伝統的な日常食であり、米は日本人の食生活と関わりが深い理由が分かるようにする。</p> <p>③ 導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で教科担任が指導する。 ・給食1食分の献立に使われる食材を調べ、品目が豊富で栄養バランスがよいことを確認できるようにする。 ・主食となる米について日本の気候風土に合っていることや栄養などについて「お米の紙芝居」から理解できるようにする。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 「昨日食べた物」を思い出して表に記入する。</td> <td>・全員に共通する給食について、食材を調べ、表を基に6つのグループ分けをし、品目が豊富で栄養バランスがよいことを確認できるようにする。</td> </tr> <tr> <td>② 1週間の食事で主食として食べたものを調べる。</td> <td>・「ご飯」を主食とすることが多いことを確認する。</td> </tr> <tr> <td>③ 「ご飯」が主食となることが多い理由を「お米の紙芝居」をみて考える。</td> <td>・主食となる米について日本の気候風土に合っていることや栄養について「お米の紙芝居」から理解できるようにする。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・「お米の紙芝居」 ・ 掲示用の食材の絵 ・ 給食献立表</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 「昨日食べた物」を思い出して表に記入する。	・全員に共通する給食について、食材を調べ、表を基に6つのグループ分けをし、品目が豊富で栄養バランスがよいことを確認できるようにする。	② 1週間の食事で主食として食べたものを調べる。	・「ご飯」を主食とすることが多いことを確認する。	③ 「ご飯」が主食となることが多い理由を「お米の紙芝居」をみて考える。	・主食となる米について日本の気候風土に合っていることや栄養について「お米の紙芝居」から理解できるようにする。
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
① 「昨日食べた物」を思い出して表に記入する。	・全員に共通する給食について、食材を調べ、表を基に6つのグループ分けをし、品目が豊富で栄養バランスがよいことを確認できるようにする。													
② 1週間の食事で主食として食べたものを調べる。	・「ご飯」を主食とすることが多いことを確認する。													
③ 「ご飯」が主食となることが多い理由を「お米の紙芝居」をみて考える。	・主食となる米について日本の気候風土に合っていることや栄養について「お米の紙芝居」から理解できるようにする。													

プラン名	上手に選んでおいしく食べよう		指導 タイプ	A—2	時間	45分														
小学校	5年	関連する教科等名	家庭																	
単元名	おいしいね毎日の食事		実施時期	11月																
<p>1 ねらい</p> <p>食品に含まれる栄養素が体の中でどのような働きをするのか知り、健康を考えて料理を選んで食事ができるようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>自分の健康を考え、おかずをバランスよく選び、組み合わせて食べることの大切さを理解することができる。 <心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 単元「おいしいね毎日の食事」の中で指導する。</p> <p>② 指導内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 宿泊学習で実施される「バイキング」の食事のよさを知らせる。 ・ 栄養バランスがよくなるように食品を選ぶためには、どのようなことに気を付ければいいのかを話し合いながら考えていく。 ・ 健康を考えたバランスのよいおかずを選ぶことの大切さを理解する。 <p>導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 指導タイプ（A—2）で学級担任と学校栄養士とのT.T方式で指導する。 ・ 宿泊学習だけではなく、あらゆる食事の場面でも実践できることを知らせ意欲を持って学習に取り組めるようにする。 <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 海浜自然の家で食べる食事のおかずを見て気づいたことを話し合う。</td> <td>・ 実際に自分が食べるかもしれないことを知らせ関心を持たせるようにする。</td> </tr> <tr> <td>② 自分はどんなおかずを選ぶか考えてワークシートに記入する。</td> <td>・ なぜ、その食品を選んだのか理由を明らかにさせることで嗜好や偏りがあることに気付けるようにする。</td> </tr> <tr> <td>③ 自分が選んだおかずにはどんな栄養素があるか調べ発表する。</td> <td>・ グループで話し合い、友達の選び方のよさや改善点についても考えられるようにしたい。</td> </tr> <tr> <td>④ 自分の選んだおかずの組み合わせのよい点・改善点を考える。</td> <td>・ なぜバランスがよいといいのか、どうすればバランスよく食品を選ぶことができるのか話をして頂く。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 学校栄養士の話を聞く。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>⑥ 栄養のバランスを考えておかずを選び直し、本時の学習で分かったことを発表する。</td> <td>・ 健康を考えておかずを選ぶことができたかグループで確認し合えるようにする。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ワークシート ・ おかずの写真 ・ 5大栄養素表 							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 海浜自然の家で食べる食事のおかずを見て気づいたことを話し合う。	・ 実際に自分が食べるかもしれないことを知らせ関心を持たせるようにする。	② 自分はどんなおかずを選ぶか考えてワークシートに記入する。	・ なぜ、その食品を選んだのか理由を明らかにさせることで嗜好や偏りがあることに気付けるようにする。	③ 自分が選んだおかずにはどんな栄養素があるか調べ発表する。	・ グループで話し合い、友達の選び方のよさや改善点についても考えられるようにしたい。	④ 自分の選んだおかずの組み合わせのよい点・改善点を考える。	・ なぜバランスがよいといいのか、どうすればバランスよく食品を選ぶことができるのか話をして頂く。	⑤ 学校栄養士の話を聞く。		⑥ 栄養のバランスを考えておかずを選び直し、本時の学習で分かったことを発表する。	・ 健康を考えておかずを選ぶことができたかグループで確認し合えるようにする。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																			
① 海浜自然の家で食べる食事のおかずを見て気づいたことを話し合う。	・ 実際に自分が食べるかもしれないことを知らせ関心を持たせるようにする。																			
② 自分はどんなおかずを選ぶか考えてワークシートに記入する。	・ なぜ、その食品を選んだのか理由を明らかにさせることで嗜好や偏りがあることに気付けるようにする。																			
③ 自分が選んだおかずにはどんな栄養素があるか調べ発表する。	・ グループで話し合い、友達の選び方のよさや改善点についても考えられるようにしたい。																			
④ 自分の選んだおかずの組み合わせのよい点・改善点を考える。	・ なぜバランスがよいといいのか、どうすればバランスよく食品を選ぶことができるのか話をして頂く。																			
⑤ 学校栄養士の話を聞く。																				
⑥ 栄養のバランスを考えておかずを選び直し、本時の学習で分かったことを発表する。	・ 健康を考えておかずを選ぶことができたかグループで確認し合えるようにする。																			

プラン名	食べることの大切さを考えよう		指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	5年	関連する教科等名	家庭			
単元名	おいしいね、毎日の食事		実施時期	11月		

1 ねらい

食品の栄養的な特徴や体内での主な働きがわかり、食品を組み合わせることで食事をバランスよくとることが大切であることを理解する。

2 食に関する指導の目標<視点>

・健康な生活を送るためには、食品を組み合わせることでバランスよくとろうとする意欲を持つ。<心身の健康>

3 指導の進め方

①指導場面

単元の半ばで、実施する。

②指導内容

- ・紙上バイキング給食を行い、自分の選んだ給食の課題を把握する。
- ・また、食品が体内で主な働きによって5つのグループに分けられることを知り、バランスのよい食品の取り方について考えることができるようにする。

③指導方法の工夫


- ・学級担任と栄養職員がT・Tで指導をする。
- ・食生活学習教材やワークシートの活用により、自分の考えたバイキング給食について振り返ったり見直したりすることができるようにする。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
① 紙上バイキング給食をする。	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活学習教材を活用してバイキング給食をする。 ・掲示資料を用いて栄養職員が説明をする。 ・自分が考えたバイキング給食がどうであったか、振り返らせる。 ・給食はいつも5つのグループの食品がそろっていることに気づかせ、バランスのよい食事であることに気づかせる。 ・今日の学習でわかったことや感想を発表させる。 ・学習を振り返り、これからは食品の働きを考えながら、食べようとする意欲をもたせる。
② 食品の体内での主な働きについて知る。	
③ 給食で使われている食品を5つのグループに分ける。	
④ 授業を通して、分かったことやこれからの食事で気をつけることを考え、ワークシートに記入する。	

<準備物>

食生活学習教材 ワークシート 給食の献立表 五大栄養素の絵

プラン名	どんな食べ方がいいのかな？ バイキングにチャレンジ！！		指導 タイプ	B—2	時間	45分
小学校	5年	関連する教科等名	学級活動			
単元名	たのしい宿泊学習 ～バイキングの食事について考えよう～		実施時期	11月		
1 ねらい <p>臨海自然教室で、正しくバイキング形式の食事ができるようにする。</p>						
2 食に関する指導の目標<視点> <ul style="list-style-type: none"> ・ 5大栄養素と食品の3つの働きが分かり、好き嫌いせずに食べることができる。〈心身の健康〉 ・ 生産者や自然の恵みに感謝し残さず食べることができる。〈感謝の心〉 						
3 指導の進め方 <p>①指導場面 ・ 臨海自然教室での食事がバイキング形式のため、その事前指導として指導する。</p> <p>②指導内容 ・ 模擬体験を通してバイキングのマナーを学ぶことで、臨海自然教室で正しくバイキングの食事ができるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・ 模擬バイキング体験を行い、自らの食習慣を振り返ったうえで改善させる</p>						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>①臨海自然教室の話聞く。</p> <p>②バイキング方式について知る。</p> <p>③バイキングのやり方を知る。</p> <p>④好きなようにおぼんに取る。</p> <p>⑤何を選んだのかを確認しながら、ワークシートに記入する。</p> <p>⑥選んだものと理由を発表する。</p> <p>⑦主食、主菜、副菜について知る。</p> <p>⑧バイキングの約束を知る。</p> <p>1、栄養バランスを考える</p> <p>2、思いやりの心をもつ</p> <p>3、残さない</p> <p>⑨再びバイキングを行う。</p> <p>⑩改善がみられたかを確認する</p> <p>⑪学習をまとめる</p>			<p>・ バイキングのマナーについて、模擬体験を通して考えさせる。</p>  <p>・ バイキングの約束を知った後で再び食品を選ばせることで、学習内容の定着を図る。</p>			
<p><準備物> おぼん、絵カード（児童人数分）、食品サンプル、ワークシート、バイキングの約束の短冊、絵カード（提示用）</p>						

プラン名	もちについて考えよう		指導タイプ	B - 1	時間	20分							
小学校	5年	関連する教科等名	総合的な学習の時間										
単元名	食の探求～米栽培を中心として		実施時期	1月									
<p>1 ねらい 地域の米作りや環境・食文化に関心を持ち、自分の生活とのつながりを意識しながら追及するとともに、活動を通してふれあった人に積極的に学んだり、友だちの考えや活動の良さに気付いたりすることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 特産物を理解し、日常の食事と関連付けて考えることができる。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 単元の最後の段階（もちつきをして、食した後など）で指導する。</p> <p>② 指導内容 もちを使う場面を考え、使い方や食べ方を発表することで、日常生活の中に深くかかわっていることを再確認する。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・ 指導タイプB - 1で学級（教科）担任が指導する。 ・ もちの使い方や食べ方を、経験談として発表する。 ・ 写真を用いて視覚支援をする。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 今日の活動（もちつき）を振り返り、感想を発表する。</td> <td rowspan="4"> <ul style="list-style-type: none"> ・ もちつき計画のない場合は、もち米に関連づける。 ・ 絵を描いて、簡単に説明をさせる。どうしても浮かばない児童がいたら、今日作ったもちを描いてよいこととする。 ・ 正月飾りとしてのもちの写真を見せ具体的にわかるようにする。 ・ 発表されなかったもちのレシピがまだあったら、写真と共に紹介し、関心を高める。 ・ もちは、神仏と深くかかわる日本の伝統食であること、日常の食事の一部になっていることを補足説明する。 </td> </tr> <tr> <td>② 今日食べた食べ方とはちがうもちのレシピを紹介する。</td> </tr> <tr> <td>③ 食べる以外に、もちの使い方がないか考え、発表する。</td> </tr> <tr> <td>④ 教師の話聞く。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ もちを使った料理の写真 ・ 鏡餅等、お供えの写真 ・ 絵を描く紙 ・ 色鉛筆（児童）</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 今日の活動（もちつき）を振り返り、感想を発表する。	<ul style="list-style-type: none"> ・ もちつき計画のない場合は、もち米に関連づける。 ・ 絵を描いて、簡単に説明をさせる。どうしても浮かばない児童がいたら、今日作ったもちを描いてよいこととする。 ・ 正月飾りとしてのもちの写真を見せ具体的にわかるようにする。 ・ 発表されなかったもちのレシピがまだあったら、写真と共に紹介し、関心を高める。 ・ もちは、神仏と深くかかわる日本の伝統食であること、日常の食事の一部になっていることを補足説明する。 	② 今日食べた食べ方とはちがうもちのレシピを紹介する。	③ 食べる以外に、もちの使い方がないか考え、発表する。	④ 教師の話聞く。
主な学習内容と活動	指導上の留意点												
① 今日の活動（もちつき）を振り返り、感想を発表する。	<ul style="list-style-type: none"> ・ もちつき計画のない場合は、もち米に関連づける。 ・ 絵を描いて、簡単に説明をさせる。どうしても浮かばない児童がいたら、今日作ったもちを描いてよいこととする。 ・ 正月飾りとしてのもちの写真を見せ具体的にわかるようにする。 ・ 発表されなかったもちのレシピがまだあったら、写真と共に紹介し、関心を高める。 ・ もちは、神仏と深くかかわる日本の伝統食であること、日常の食事の一部になっていることを補足説明する。 												
② 今日食べた食べ方とはちがうもちのレシピを紹介する。													
③ 食べる以外に、もちの使い方がないか考え、発表する。													
④ 教師の話聞く。													

プラン名	「タンパク質」って？		指導タイプ	B-1	時間	45分								
小学校	6年	関連する教科等名	国語											
単元名	生き物はつながりの中に		実施時期	5月										
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・筆者の意図をとらえながら読もう。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> ・五大栄養素と食品の3つの働きが分かり、好き嫌いせずに食べることができる。<心身の健康> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元末に発展学習として、家庭科との関連を図りながら指導する。 <p>②指導内容</p> <p>肉に含まれているタンパク質の性質や働きを知り、様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があることが分かり、好き嫌いせずに食べることができるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・タンパク質の性質や働きだけでなく、その他の栄養素の性質や働きを知ることにより、食品をバランス組み合わせる食べることの大切さを理解させる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①肉に含まれているタンパク質の性質や働きについて調べワークシートにまとめる。</td> <td rowspan="5"> <ul style="list-style-type: none"> ・図書室の本やインターネットなどを使って調べる。 ・家庭科の教科書を使って指導する。 ・調べたメニューについてワークシートに書かせることにより、バランス良く食べられていたか、そうでないときには、どの食品を選ぶとバランスが良くなるのかに気付かせる。 ・好き嫌いせずにバランスよく食べることが大切であることに気付かせる。 </td> </tr> <tr> <td>②調べて分かったことを発表する。</td> </tr> <tr> <td>③その他の栄養素について、どんな栄養素があり、どのような性質なのか、また、どんな働きをするのかを知る。</td> </tr> <tr> <td>④前日の夕食のメニューの栄養について、バランスよく食べられていたかどうかを調べる。</td> </tr> <tr> <td>⑤今までの食事のしかたをふり返し、これからの食事のしかたについて考える。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ワークシート、6つの基礎食品群の掲示物</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	①肉に含まれているタンパク質の性質や働きについて調べワークシートにまとめる。	<ul style="list-style-type: none"> ・図書室の本やインターネットなどを使って調べる。 ・家庭科の教科書を使って指導する。 ・調べたメニューについてワークシートに書かせることにより、バランス良く食べられていたか、そうでないときには、どの食品を選ぶとバランスが良くなるのかに気付かせる。 ・好き嫌いせずにバランスよく食べることが大切であることに気付かせる。 	②調べて分かったことを発表する。	③その他の栄養素について、どんな栄養素があり、どのような性質なのか、また、どんな働きをするのかを知る。	④前日の夕食のメニューの栄養について、バランスよく食べられていたかどうかを調べる。	⑤今までの食事のしかたをふり返し、これからの食事のしかたについて考える。
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
①肉に含まれているタンパク質の性質や働きについて調べワークシートにまとめる。	<ul style="list-style-type: none"> ・図書室の本やインターネットなどを使って調べる。 ・家庭科の教科書を使って指導する。 ・調べたメニューについてワークシートに書かせることにより、バランス良く食べられていたか、そうでないときには、どの食品を選ぶとバランスが良くなるのかに気付かせる。 ・好き嫌いせずにバランスよく食べることが大切であることに気付かせる。 													
②調べて分かったことを発表する。														
③その他の栄養素について、どんな栄養素があり、どのような性質なのか、また、どんな働きをするのかを知る。														
④前日の夕食のメニューの栄養について、バランスよく食べられていたかどうかを調べる。														
⑤今までの食事のしかたをふり返し、これからの食事のしかたについて考える。														

プラン名	貴族と武士の生活 (食生活の与えた影響)		指導タイプ	B-2	時間	45分
小学校	6年	関連する教科等名	社会			
単元名	武士による政治はどのように進められたの			実施時期	6月	

1 ねらい

- ・ 武士はどのように政治を進めどのような文化を生んだのかを、それ以前の天皇中心・貴族中心の政治や文化と対比して考える

2 食に関する指導の目標<視点>

- ・ 当時の食文化や食に関わる歴史を武士・貴族を対比しながら理解する。
<食文化>
- ・ 食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解する。<心身の健康>

3 指導の進め方

①指導場面

単元のまとめとして、武士と貴族の生活や文化を対比してこれまでの時代を大観する場面で、食文化についてもその一部として指導する。



②指導内容

武士と貴族の食事を比較することによって、それぞれの(食)文化の違いを考えたり、食事の影響について考えたりする。

③指導方法の工夫

- ・ 本時は指導タイプB-2で、食事の特徴に関しては栄養教諭が指導する。
- ・ 武士と貴族の食事を比較することで、武士の質実剛健な生活や、貴族の雅やかな生活様式の一端に触れたり、貴族の食事の偏りによって健康面に影響があったことを理解させたりする。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
<ul style="list-style-type: none"> ・ 武士と貴族の生活の違いを考えよう ① 仕事や役割・一日の生活の流れを知る。(5分) ② 衣食住の違いを比較する <ul style="list-style-type: none"> ・ 服装の違いについてまとめる(10分) ・ 食事の特徴についてまとめる(20分)   <ul style="list-style-type: none"> ・ 貴族と武士の住居の違いを知る。(8分) ③ 本時のまとめ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教科書や資料集を活用させる。 ・ それぞれの一日をデジタル黒板で映し出し対比する。 ・ プリントのまとめ、発表する。 ・ 児童がまとめた後、養護教諭から話を聞く ① それぞれの食事の特徴 ② 当時の主食玄米を試食 ③ 当時の食文化を栄養的に見て ④ 食事が与えた影響 (貴族化した平氏が壇ノ浦で源氏に敗れ滅びた一因?) (貴族の食事の偏りや生活中心の生活と疾病との関連) 等の話を聞く ・ 貴族屋敷の寝殿造り、武士館の戦に備えた造りの確認 ・ 平安時代の後期から武士が台頭してきて、それまでの天皇・貴族による政治が終わりを告げ、以後700年にわたって武士による政治が続くことを確認する。

<準備物> デジタル黒板 ・ ワークシート ・ 玄米食

プラン名	植物のはたらきと食生活		指導タイプ	B-1	時間	45分
小学校	6年	関連する教科等名	理科			
単元名	植物のつくりとはたらき		実施時期	6月		
1 ねらい						
ジャガイモやホウセンカの根、茎、葉の観察を通し、根からとりいれられた水のゆくえや葉で養分をつくるはたらきについて興味・関心をもって追求する活動を通して、植物の体のつくりとはたらきについての考えをもつことができるようにする。また、植物の観察や栽培活動を通して生命を尊重する態度を育てる。						
2 食に関する指導の目標<視点>						
食事ににかかわる多くの人々や 自然の恵みに感謝し、残さず食べることができる<感謝の心>						
3 指導の進め方						
①指導場面 単元末に発展学習として指導する。						
②指導内容 葉でできた養分が蓄えられて実となることを学習し、それが自分たちの食事とどのような関係があるか気づくことを通して、自然の恵みに感謝したりそれらを残さず食べようとしたりする心情を育てる。						
③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 ・実際にでんぷんに触れさせることで植物の葉でつくられる「でんぷん」が様々な形で自分たちの食事と結び付いていることに気づかせる。 ・日光や植物の成長など自然の恵みを受けて食事をしていることに気づかせる。						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
①葉でできた養分は、植物の成長に使われるほかに、蓄えられて実となることを確かめ、ジャガイモ以外にも、同じような植物がないか話し合う。			・サツマイモなどのイモ類やコナラやクリなど、樹木の実も同様な仕組みで育つことを紹介する。			
②5年生で学習したでんぷん調べを思い起こして、でんぷんを含んだものについて話し合う。			・パンやごはんなど、身近な食べものに含まれていることをから、調べたもの以外にもでんぷんを含む食品がないか考えさせる。			
③ジャガイモ（でんぷん）の活用のされ方について知る。			・でんぷんの作り方や使われ方を実際に見ることで、光合成の産物を食べているということを押さえる。			
④植物の成長と私たちの食事との結び付きについて考え、食べものとの向き合い合ったらよいか話し合う。			・考えをワークシートに書かせてから発表させる。			
<準備物> ・ジャガイモの実物 ・でんぷん（片栗粉） ・すり下ろし器 ・ワークシート						

プラン名	生活習慣病予防 ～血液サラサラをめざそう～		指導 タイプ	B-2	時間	45分										
小学校	6年	関連する教科等名	体育													
単元名	病気の予防		実施時期	6月												
<p>1 ねらい</p> <p>① 塩分・脂肪分のとり過ぎや運動不足、ストレス、喫煙など、健康よくない生活習慣の積み重ねは、生活習慣病を引き起こすことを理解する。</p> <p>② 健康によい生活習慣を身に付けることによって、生活習慣病を予防できることを理解する。</p> <p>③ 自分の生活を振り返り、主体的に生活習慣の改善に取り組むようにする。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせることで食べることの大切環を理解し、一食分の献立を考え調理することができる。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元の第3時(8時間扱い)に実施する。</p> <p>②指導内容 生活習慣病を動脈硬化の観点から理解させる。また、生活習慣病を予防するための食事について理解させ、自分の食生活を改善する方法を考えさせる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は指導タイプ(B-2)で、学級担任と栄養職員が共同で指導する。 ・生活習慣病の症状について、写真や絵、血管模型などを用いて、具体的なイメージを持たせる。 ・自分の生活を振り返らせ、生活習慣病が自分の生活と密接に関わっていることに気づかせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 自分の生活習慣を振り返り、生活習慣と病気の関わりについて考える。 ・自分の生活アンケートを確認する。 ・どのような生活が望ましいか考える。</td> <td>・事前に生活アンケートを実施し、自分の生活に課題意識を持たせる。 ・「栄養」「運動」「休養」の3観点について生活の課題を考えさせるようにするが、特に「栄養」に目を向けさせる。</td> </tr> <tr> <td>② 生活習慣病を動脈硬化の観点から理解する。 ・生活習慣病にはどんなものがあるか。 ・生活習慣病はどのようにして起こるか。 ・サラサラ血液とドロドロ血液の違い</td> <td>・健康な血管と狭くなった血管を見せて、狭くなった血管には何がたまっただのか、血管が狭くなるとどんなことが起こるか考えさせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 血液と食事の関係について理解する。 ・給食の献立づくりで気をつけていること ・魚と肉の油脂の違い ・野菜をとることの重要性</td> <td>・栄養職員から献立づくりの説明を聞く。(野菜・油・食塩の量、魚と肉のバランス)</td> </tr> <tr> <td>④ 生活習慣病を予防するための食生活について考える。 ・血液サラサラにするための行動目標を設定する。</td> <td>・具体的で実行しやすい、ちょっとがんばればできる、できたかどうか自分でチェックしやすい、家族などに協力してもらえる目標を設定させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> アンケート、資料、血管模型、ワークシート、魚と肉の油脂</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 自分の生活習慣を振り返り、生活習慣と病気の関わりについて考える。 ・自分の生活アンケートを確認する。 ・どのような生活が望ましいか考える。	・事前に生活アンケートを実施し、自分の生活に課題意識を持たせる。 ・「栄養」「運動」「休養」の3観点について生活の課題を考えさせるようにするが、特に「栄養」に目を向けさせる。	② 生活習慣病を動脈硬化の観点から理解する。 ・生活習慣病にはどんなものがあるか。 ・生活習慣病はどのようにして起こるか。 ・サラサラ血液とドロドロ血液の違い	・健康な血管と狭くなった血管を見せて、狭くなった血管には何がたまっただのか、血管が狭くなるとどんなことが起こるか考えさせる。	③ 血液と食事の関係について理解する。 ・給食の献立づくりで気をつけていること ・魚と肉の油脂の違い ・野菜をとることの重要性	・栄養職員から献立づくりの説明を聞く。(野菜・油・食塩の量、魚と肉のバランス)	④ 生活習慣病を予防するための食生活について考える。 ・血液サラサラにするための行動目標を設定する。	・具体的で実行しやすい、ちょっとがんばればできる、できたかどうか自分でチェックしやすい、家族などに協力してもらえる目標を設定させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 自分の生活習慣を振り返り、生活習慣と病気の関わりについて考える。 ・自分の生活アンケートを確認する。 ・どのような生活が望ましいか考える。	・事前に生活アンケートを実施し、自分の生活に課題意識を持たせる。 ・「栄養」「運動」「休養」の3観点について生活の課題を考えさせるようにするが、特に「栄養」に目を向けさせる。															
② 生活習慣病を動脈硬化の観点から理解する。 ・生活習慣病にはどんなものがあるか。 ・生活習慣病はどのようにして起こるか。 ・サラサラ血液とドロドロ血液の違い	・健康な血管と狭くなった血管を見せて、狭くなった血管には何がたまっただのか、血管が狭くなるとどんなことが起こるか考えさせる。															
③ 血液と食事の関係について理解する。 ・給食の献立づくりで気をつけていること ・魚と肉の油脂の違い ・野菜をとることの重要性	・栄養職員から献立づくりの説明を聞く。(野菜・油・食塩の量、魚と肉のバランス)															
④ 生活習慣病を予防するための食生活について考える。 ・血液サラサラにするための行動目標を設定する。	・具体的で実行しやすい、ちょっとがんばればできる、できたかどうか自分でチェックしやすい、家族などに協力してもらえる目標を設定させる。															

プラン名	給食の献立を考えよう		指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	6年	関連する教科等名	家庭			
単元名	まかせてね 今日の食事		実施時期	6月		
1 ねらい						
<p>①自分の食生活を振り返り、家族に喜ばれるおかずを作ろうとする。</p> <p>②家族が喜ぶ1食分の献立とおかずについて考え、食品を組み合わせで自分なりに工夫して作る。</p> <p>③これまでの学習を生かして、調理計画を立て、安全や衛生に気を付けて調理することができる。</p> <p>④食品の選び方やいろいろな調理の仕方を理解することができる。</p>						
2 食に関する指導の目標<視点>						
食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせで食べることの大切さを理解し、一食分の献立を考え調理をすることができる<心身の健康>						
3 指導の進め方						
①指導場面 単元末に発展学習として指導する。						
②指導内容 家族が喜ぶ1食分の献立を考えたことを生かして、給食に出すための献立を考えることができるようにする。						
③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A-2）で、学級担任と栄養職員が共同で指導する。 ・栄養のバランス・材料・季節・盛り付け方も考慮させる。 ・選ばれた献立は、実際に採用されることを伝え意欲を高める。						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
①学習問題を知る。 「給食の献立を考えよう」			・給食の献立をたて、全校投票により選ばれた献立は、実際に給食に登場することを知らせ、意欲を高める。			
②給食の献立をたてるときのポイントを確認する。			・大皿・小皿・お椀に分けて献立を考えることや、調理場の設備で料理可能なもので制限されている食材は用いないこと、予算の範囲があることも伝える。			
③主食・主菜・副菜に分けて栄養のバランスのとれた給食の献立を考える。			・献立例を参考にしながら、ワークシートに記入させる。			
④自分のたてた献立の栄養バランスを確かめ、献立の修正をする。			・箸またはスプーンを記入させ、不都合がないかも検討させる。			
⑤自分のたてた献立を発表する。			・自分のたてた献立の工夫点やセールスポイントも併せて発表させる。			
<準備物>						
・ワークシート（献立コンクール用紙） ・給食の献立例 ・掲示用カード ・色鉛筆（児童）						

プラン名	「減塩」について考えよう		指導タイプ	B-1	時間	20分
小学校	6年	関連する教科等	体育			
単元名	病気の予防	生活のしかたと病気	(生活習慣病)	実施時期	7月	
1ねらい						
生活習慣病はどんな病気なのか、また、予防するにはどうすればよいか考える。						
2食に関する食べ物の目標〈視点〉						
塩の摂取が多いことに気づき、量を考えて取ることが健康な身体作りにつながる事がわかる。 〈食品を選択する能力〉						
3指導の進め方						
① 指導場面 生活習慣病についての学習時に、病気の原因に繋がるものとして指導する。						
② 指導内容 バランスのよい食事を考える上で、減塩の大切さに気づき、身近な調味料や加工食品にどの位の塩が入っているか知ることができる。また、これからの食生活をどのようにしていくか考える。						
③ 指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で学級担任が指導する。 ・他の国と比べることや実際に塩の量を見せたり、使われている塩の量を考えたりする事で、興味や関心を持たせ、減塩の大切さを感じさせる。						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
① 塩分摂取量のグラフを見て、日本が摂取量の多い国であることを知る。			・何のグラフか知らせずに関心を持たせることで、塩分を多く取っている国であり、先ほど学習した生活習慣病の原因であることを印象づける。			
② ある日の食事を例として提示し、食塩の量をどの位取っているか知るとともに、日本人の食事の特徴を知る。 (1日に使われた食塩の量を量って見せる) (ワークシート 塩がどこで使われるか書き込む)			朝 トースト(バターあり)、コーンスープ、ハムエッグ サラダ(醤油ドレッシング) 4. 2g 1日13. 1g 昼 ご飯 ハンバーグ にんじんのグラッセ ブロッコリーの塩ゆで、漬物、味噌汁 4. 5g 夜 ご飯、お刺身、さといもの煮物、野菜炒め 4. 4g 平均日本人は 11g ・健康のため 10g以下(血圧の高い人などは 6g以下)」を目標としていることを知らせる・どこで塩が使われるか考えさせる。			
③ どの位の塩が含まれているか考える。			〈食事の特徴〉○味噌汁や漬物、ハムなどの加工食品には食塩が多く含まれている。○醤油やソースなどをかけたりする料理が多い。 醤油大さじ1(2. 6g) 赤みそ大さじ1(2. 2g) ロースハム1枚(0. 4g) ウインナーソーセージ1本(0. 5g) など・			
④ 塩分を減らす食事の工夫について聞く。			・料理方法や味付けの工夫の他に、おやつにも塩分が多いものもあるので、食べる量で調節することが必要であることに気づかせる。 ・毎日の給食は、塩分の量に気をつけていることを知らせる。			
〈準備物〉						
国別食塩摂取量グラフ ワークシート ある日の食事例						

プラン名	1食分の献立を考えよう		指導タイプ	A-2	時間	45分										
小学校	6年	関連する教科等名	家庭													
単元名	まかせてね今日の食事		実施時期	11月												
<p>1 ねらい 1食分の栄養バランスのよいおかずを工夫して、献立を立てる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解し、1食分の献立を考えることができる。 <心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 ・単元全体を通して指導する。</p> <p>②指導内容 バランスのよい1食分の献立を考える。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A-2）で、学級担任と栄養士が指導する。 ・栄養士から、献立づくりのポイントについて一人ひとりアドバイスをもらう。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 栄養士から献立づくりのポイントをきく。</td> <td>・ 栄養士から、献立を立てる時のポイントについて、アドバイスをもらう。 (・ 事前に、自分なりの献立を立てておく。 ・ T1は、事前に栄養士との打ち合わせをしておく。)</td> </tr> <tr> <td>② 自分で立てた献立を見直し、改善する。</td> <td>・ 旬の食材に気づけるよう、食品カードを提示する。</td> </tr> <tr> <td>③ 栄養士に献立をチェックしてもらい、アドバイスをもらう。</td> <td>・ 調理することを考えた食材の選択ができるようにアドバイスする。</td> </tr> <tr> <td>④ 調理への意欲や作り方についての見通しをもつ。</td> <td>・ 全員にアドバイスできるように声をかける。 (T.T)</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ 食材マグネット ・ 栄養素マグネット教材</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 栄養士から献立づくりのポイントをきく。	・ 栄養士から、献立を立てる時のポイントについて、アドバイスをもらう。 (・ 事前に、自分なりの献立を立てておく。 ・ T1は、事前に栄養士との打ち合わせをしておく。)	② 自分で立てた献立を見直し、改善する。	・ 旬の食材に気づけるよう、食品カードを提示する。	③ 栄養士に献立をチェックしてもらい、アドバイスをもらう。	・ 調理することを考えた食材の選択ができるようにアドバイスする。	④ 調理への意欲や作り方についての見通しをもつ。	・ 全員にアドバイスできるように声をかける。 (T.T)
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 栄養士から献立づくりのポイントをきく。	・ 栄養士から、献立を立てる時のポイントについて、アドバイスをもらう。 (・ 事前に、自分なりの献立を立てておく。 ・ T1は、事前に栄養士との打ち合わせをしておく。)															
② 自分で立てた献立を見直し、改善する。	・ 旬の食材に気づけるよう、食品カードを提示する。															
③ 栄養士に献立をチェックしてもらい、アドバイスをもらう。	・ 調理することを考えた食材の選択ができるようにアドバイスする。															
④ 調理への意欲や作り方についての見通しをもつ。	・ 全員にアドバイスできるように声をかける。 (T.T)															

プラン名	1食分の献立を工夫しよう ～給食の献立発表をとおして～		指導 タイプ	A-2	時間	45分								
小学校	6年	関連する教科等名	家庭											
単元名	まかせてね 今日の食事		実施時期	11月										
<p>1 ねらい 給食の献立を作ることにより、栄養的なバランスを考えて食べ物を組み合わせることが必要であることを理解させる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食事が体に及ぼす影響や食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切環を理解し、1食分の献立を考え調理することができる。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元「1食分の献立を工夫しよう」の第3時(3時間扱い)に実施する。</p> <p>②指導内容 ・友だちが発表した献立について、栄養的なバランスの観点から考えさせる。 ・自分で考えた献立について、友だちの意見や栄養職員のアドバイスを参考にして手直しさせる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は指導タイプ(A-2)で、学級担任と栄養職員が共同で指導する。 ・前時に学習した献立を立てるポイントを示し、友だちの献立について考えさせる。 ・献立の発表の後、栄養職員によるアドバイスだけでなく、コメントの吹き出しも渡して、献立の手直しのポイントをわかりやすくする。 ・関心・意欲を高めるため、考えた献立が全校児童と教職員による投票で選ばれ、給食週間に給食として出してもらえることにする。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 友だちの献立の発表を聞くポイントを確認する。(3分)</td> <td rowspan="5"> <ul style="list-style-type: none"> ・前時の学習内容から献立を考えるポイントを板書し、友だちの発表を聞く観点を明確にする。(栄養のバランス、食べる人の好み、季節感のある食品、色どり、調理法) ・献立のテーマ、主食、汁物、おもなおかず、足りない食品を補うおかず、デザート他、献立を考えた理由、工夫した点について発表させる。 ・献立の手直しの際に参考になる内容は、「栄養士梅山先生からのコメント」に書いて渡す。 ・栄養職員のコメントを参考にさせる ・家庭で食事の内容を決める時には、栄養バランスだけでなく、家族の年齢や好み、地産地消なども考えさせる。 </td> </tr> <tr> <td>② 自分の考えた給食の献立を発表する。(3分×9人 27分) ・友だちから献立についての意見を発表してもらおう。 ・栄養職員から献立についてアドバイスをもらおう。</td> </tr> <tr> <td>③ 友だちの意見や栄養職員のアドバイスをもとに献立を手直しする。(5分)</td> </tr> <tr> <td>④ 栄養職員から給食の献立を考える時に気をつけていることや家族が喜ぶおかずを作るためのポイントについて話を聞く。(8分)</td> </tr> <tr> <td>⑤ 今後の学習のめあてを確認する。(2分)</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 給食献立コンクール応募用紙 栄養職員のコメント 6つの食品群の表</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 友だちの献立の発表を聞くポイントを確認する。(3分)	<ul style="list-style-type: none"> ・前時の学習内容から献立を考えるポイントを板書し、友だちの発表を聞く観点を明確にする。(栄養のバランス、食べる人の好み、季節感のある食品、色どり、調理法) ・献立のテーマ、主食、汁物、おもなおかず、足りない食品を補うおかず、デザート他、献立を考えた理由、工夫した点について発表させる。 ・献立の手直しの際に参考になる内容は、「栄養士梅山先生からのコメント」に書いて渡す。 ・栄養職員のコメントを参考にさせる ・家庭で食事の内容を決める時には、栄養バランスだけでなく、家族の年齢や好み、地産地消なども考えさせる。 	② 自分の考えた給食の献立を発表する。(3分×9人 27分) ・友だちから献立についての意見を発表してもらおう。 ・栄養職員から献立についてアドバイスをもらおう。	③ 友だちの意見や栄養職員のアドバイスをもとに献立を手直しする。(5分)	④ 栄養職員から給食の献立を考える時に気をつけていることや家族が喜ぶおかずを作るためのポイントについて話を聞く。(8分)	⑤ 今後の学習のめあてを確認する。(2分)
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
① 友だちの献立の発表を聞くポイントを確認する。(3分)	<ul style="list-style-type: none"> ・前時の学習内容から献立を考えるポイントを板書し、友だちの発表を聞く観点を明確にする。(栄養のバランス、食べる人の好み、季節感のある食品、色どり、調理法) ・献立のテーマ、主食、汁物、おもなおかず、足りない食品を補うおかず、デザート他、献立を考えた理由、工夫した点について発表させる。 ・献立の手直しの際に参考になる内容は、「栄養士梅山先生からのコメント」に書いて渡す。 ・栄養職員のコメントを参考にさせる ・家庭で食事の内容を決める時には、栄養バランスだけでなく、家族の年齢や好み、地産地消なども考えさせる。 													
② 自分の考えた給食の献立を発表する。(3分×9人 27分) ・友だちから献立についての意見を発表してもらおう。 ・栄養職員から献立についてアドバイスをもらおう。														
③ 友だちの意見や栄養職員のアドバイスをもとに献立を手直しする。(5分)														
④ 栄養職員から給食の献立を考える時に気をつけていることや家族が喜ぶおかずを作るためのポイントについて話を聞く。(8分)														
⑤ 今後の学習のめあてを確認する。(2分)														

プラン名	1食分の献立を工夫しよう ～給食の献立を考えてみよう～		指導 タイプ	A-2	時間	90分
小学校	6年	関連する教科等名	家庭			
単元名	まかせてね今日の食事		実施時期	11月		
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養的なバランスを考えて、1食分の食事の献立を作成することができる。 ・栄養的なバランス、旬、いろどりなどの工夫をして1食分の献立を考えることができる。 ・栄養的なバランスを考えた1食分の整え方について理解する。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事の重要性や食事の喜びと楽しさを理解することができる。<食事の重要性> ・望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自らの健康管理をしようとすることができる。<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することができる。<食品を選択する能力> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元の第1, 2時に実施する。</p> <p>②指導内容 1食分の給食の献立を考えさせる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は指導タイプ(A-2)で、学級担任と栄養職員が共同で指導する。 ・献立カードを使って栄養のバランス(主食(黄)主菜(赤)副菜(緑))を考えてつくられていることに気づかせる。 ・ワークシートに書き込みながら献立の立て方を学習させる。 ・自分たちの考えた献立が実際に給食として出されることを知らせる。 <p>4 展開</p>						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 赤・黄・緑の3つの食品のグループとその働きについて思い出す。</p> <p>② 今日の給食の献立をもとに、給食の栄養バランスを知る。</p> <p>③ 今日の給食の献立をもとに、献立の作り方の手順や、給食の献立を考えるとときに気を付けていることや工夫を知る。</p> <p>④ 自分で献立を考える。</p> <p>⑤ 自分の献立を発表する。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・身近な食品の働きを3つのグループに分類整理し、それぞれのグループから食品をとると栄養バランスがよいことを思い出させる。 ・主に主食は黄色、主菜は赤、副菜は緑の食品が使われそれらが揃うと栄養バランスがよいことを再確認する。 ・献立カードを使って栄養バランスが工夫されていることを確認する。 ・栄養バランスを考えられてつくられていることに気づかせ、さらに食べる人の健康、季節感、いろどり、食べる時間帯、予算、料理法等や、残食が出ないようにするための工夫についても触れる。 ・ワークシートに書き込みながら栄養バランスの良い献立の立て方を考えさせる。 ・他の児童にも参考にすべき点などを理解しやすいように、補足説明する。 			
<p><準備物> 3つのはたらきのカード、主食・主菜・副菜のカード、献立カード、ワークシート、献立表</p>						

プラン名	給食の献立を作ろう		指導タイプ	A-2	時間	45分
小学校	6年	関連する教科等名	家庭			
単元名	まかせてね今日の食事			実施時期	12月	
1 ねらい						
家族が喜ぶ食事の献立を作った学習経験をもとに、給食の献立を工夫して作ることができる。						
2 食に関する食べ物の目標<視点>						
食品にはいろいろな栄養素や調理法があることに気づき、組み合わせることで健康な身体作りやおいしい食事につながる事がわかる。<心身の健康>						
3 指導の進め方						
① 指導場面 家庭科「まかせてね今日の食事」で家族が喜ぶ食事の学習をした後、発展として、給食献立の作成をするときに指導する。 (給食週間行事として、給食献立コンテストをする。その献立は3月の給食に採用される。)						
② 指導内容 「まかせてね今日の食事」で家族の喜ぶメニューを考えた経験を生かし、栄養のバランスを考えて献立を作成すると共に、旬の食べ物や彩りに気をつけたり、調理法、味付けが重ならないように工夫したりして、献立を考える。また、献立を考えることで、普段食べている給食が、栄養素の点から見ると、とてもバランスのとれている食事であることに気づくことができる。						
③ 指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ(A-2)で学級担任と栄養士が指導する。 ・ワークシートや食品群を説明する絵を用意し、興味を持たせると共に、分かりやすくした。 ・昨年の同じ時期の献立表を用意し、使用されている食材の名前や組み合わせを参考にさせる						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
① 本時の学習課題を確認する。 みんなが喜ぶ、給食の献立を工夫して作ることを確認する。			・給食の献立に採用されることを話し、おいしい献立をみんなに届けたいという意欲をもたせる。			
② 献立作りの手順を、ワークシートに書き込む。			・主食→汁物→主菜→副菜→デザート順に決めていくことを押さえ、昨年度の献立表を参考にしながら、主食にあったおかずを考えさせる。			
③ 献立を考えて、ワークシートに書き込む。			・栄養バランスをよくするため、食材が重ならないように注意することや汁物には具を多めに入れることを考えさせる。また、旬、調理法、味付けという点も考えさせる。			
④ 献立を見ながら、使われている材料をシートに記入し、栄養素別に分類する。			・栄養素の分類表を参考にしながら話し合わせ、すべてのグループがチェックされるようにする。			
⑤ 献立をグループで発表し、話し合う。			・友達の意見を聞き、献立作りのポイントを確認させる。			
⑥ 献立作りをした感想を話す。			・給食の献立に採用されることを楽しみにさせるとともに			
⑦ 学習のまとめとして、今日のポイントを確認する。			いろいろな食材にさまざまな栄養があり、バランスよく取ることが大切であることを押さえる。			
<準備物>						
ワークシート 1・2月の献立表(昨年度のもの) 説明用食品の絵						

中学校 第1学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ 食に関する指導の視点 :(時間)
63	4月	家庭	毎日の食事について考えてみよう	A-1 心身の健康 :(50分)
64	4月	家庭	食事について考える	A-1 食事の重要性 :(50分)
65	5月	家庭	食事の計画を立ててみよう	A-1 心身の健康 :(50分)
66	6月	社会	世界各地の市場を求めて	B-1 食文化 :(50分)
67	6月	家庭	米の調理をしよう	A-1 食事の重要性・心身の健康 :(50分)
68	7月	家庭	献立を考えよう	A-2 心身の健康 :(100分)
69	10月	数学	ご飯を炊くために必要な水の量	B-1 食品を選択する能力 :(15分)
70	10月	家庭	生鮮食品の選び方	A-1 食品を選択する能力 :(50分)
71	11月	国語	コンビニ弁当を賢く利用しよう	B-1 食品を選択する能力 :(10分)
72	11月	国語	食べ物の流通を知ろう	B-1 食文化・感謝の心 :(50分)
73	12月	国語	コンビニ弁当十六万キロの旅	B-1 食品を選択する能力 :(50分)
74	12月	家庭	おせち料理と雑煮	A-1 食文化 :(50分)
75	1月	英語	Quiz! School Lunch!	B-1 食文化・感謝の心 :(50分)

中学校 第2学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ 食に関する指導の視点 :(時間)
76	5月	家庭	「魚」食べていますか?	A-2 心身の健康・食品を選択する能力 :(50分)
77	6月	家庭	育てた野菜を使って料理しよう	A-1 感謝の心・社会性 :(50分)
78	6月	技術	「トマト」について知ろう	A-1 食品を選択する能力 :(15分)
79	12月	家庭	行事食について調べよう	A-1 食文化 :(50分)

プラン名	毎日の食事について考えてみよう	指導タイプ	A-1	時間	50分				
中学校	1年	関連する教科等名	家庭						
単元名	健康と食事	実施時期	4月						
1 ねらい <ul style="list-style-type: none"> ① 自分の食生活を点検する。 ② 食事を規則正しくとることの重要性を知り、健康によい食習慣について考える。 									
2 食に関する指導の目標<視点> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の生活や将来の課題みつけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自らの健康を保持増進しようとする。<心身の健康> 									
3 指導の進め方 <ul style="list-style-type: none"> ①指導場面 小単元の第1時（10時間扱い）に実施する。 ②指導内容 規則正しい生活こそが、規則正しい食生活につながることに注目させ、食事を規則正しくとることの重要性を理解させる。また、食事は大切なコミュニケーションの場であり、体や心の健康に影響を与えることを知らせる。 ③指導方法の工夫 <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。 ・ 学習ノートのチェック項目を記入させ、自分の食生活を振り返らせる。 ・ 体の調子と食事の関係について注目させる。 ・ クラス全体のアンケート結果を確認し、問題点を見つけ改善方法を考える。 									
4 展開 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> ① 自分の生活を点検する。 ② クラス全体の結果を確認する。 ③ 就寝時刻と起床時刻について注目させる。 ④ 朝食、夕食、間食の主な内容と時刻について注目させる。 ⑤ 点検結果を基に、改善点について考えさせる。 </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学習ノートのチェック項目を利用する。 ・ 自分の食生活と同級生の食生活の様子を比較する。 ・ 成長ホルモンと性ホルモンの拮抗する関係や朝の食欲について説明する。 ・ 朝・夕食の品数や間食の内容で、塩分・糖分や脂質の摂りすぎ（スナック菓子）の問題点について指摘する。 ・ 共通する問題点について改善策を発表させる。 </td> </tr> </tbody> </table>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> ① 自分の生活を点検する。 ② クラス全体の結果を確認する。 ③ 就寝時刻と起床時刻について注目させる。 ④ 朝食、夕食、間食の主な内容と時刻について注目させる。 ⑤ 点検結果を基に、改善点について考えさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学習ノートのチェック項目を利用する。 ・ 自分の食生活と同級生の食生活の様子を比較する。 ・ 成長ホルモンと性ホルモンの拮抗する関係や朝の食欲について説明する。 ・ 朝・夕食の品数や間食の内容で、塩分・糖分や脂質の摂りすぎ（スナック菓子）の問題点について指摘する。 ・ 共通する問題点について改善策を発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点								
<ul style="list-style-type: none"> ① 自分の生活を点検する。 ② クラス全体の結果を確認する。 ③ 就寝時刻と起床時刻について注目させる。 ④ 朝食、夕食、間食の主な内容と時刻について注目させる。 ⑤ 点検結果を基に、改善点について考えさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学習ノートのチェック項目を利用する。 ・ 自分の食生活と同級生の食生活の様子を比較する。 ・ 成長ホルモンと性ホルモンの拮抗する関係や朝の食欲について説明する。 ・ 朝・夕食の品数や間食の内容で、塩分・糖分や脂質の摂りすぎ（スナック菓子）の問題点について指摘する。 ・ 共通する問題点について改善策を発表させる。 								
<準備物> 学習ノート、資料									

プラン名	食事について考える	指導タイプ	A-1	時間	50分								
中学校	1年	関連する教科等名	家庭										
単元名	健康と食生活	実施時期	4月										
<p>1 ねらい</p> <p>健康と食生活の関係について理解する。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>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></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面</p> <p>単元の導入として扱う。</p> <p>②指導内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の食生活に関心をもつ。 ・生活の中で食事が果たす役割を理解する。 ・栄養のバランスの良い食事をとることの重要性を知り、健康によい食習慣について考える。 <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。 ・宇宙ステーションでの食事と日常生活の食事と比べさせることを通して、考えを深めさせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①「食べる」とはどういうことか考えて話し合う。</td> <td>・宇宙食に変遷と宇宙ステーションで食事をしている様子を見て「食べる」ことについて話し合わせる。</td> </tr> <tr> <td>②食事の役割を理解し、健康によい食習慣について考える。</td> <td>・食事が果たす役割を知らせる。 ・健康によい食習慣について栄養のバランスがとれた食事をするなどを知らせる。 ・中学生の時期が青少年期の食習慣がつくられる重要な時期であり、偏った食生活を続けると生活習慣病になることを知らせる。</td> </tr> <tr> <td>③健康と食生活の関わりを考えながら、食事について考えを深める。</td> <td>・自分の食生活をふり返りながら食事についての考えを深めさせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 生活習慣病についてのプリント</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	①「食べる」とはどういうことか考えて話し合う。	・宇宙食に変遷と宇宙ステーションで食事をしている様子を見て「食べる」ことについて話し合わせる。	②食事の役割を理解し、健康によい食習慣について考える。	・食事が果たす役割を知らせる。 ・健康によい食習慣について栄養のバランスがとれた食事をするなどを知らせる。 ・中学生の時期が青少年期の食習慣がつくられる重要な時期であり、偏った食生活を続けると生活習慣病になることを知らせる。	③健康と食生活の関わりを考えながら、食事について考えを深める。	・自分の食生活をふり返りながら食事についての考えを深めさせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点												
①「食べる」とはどういうことか考えて話し合う。	・宇宙食に変遷と宇宙ステーションで食事をしている様子を見て「食べる」ことについて話し合わせる。												
②食事の役割を理解し、健康によい食習慣について考える。	・食事が果たす役割を知らせる。 ・健康によい食習慣について栄養のバランスがとれた食事をするなどを知らせる。 ・中学生の時期が青少年期の食習慣がつくられる重要な時期であり、偏った食生活を続けると生活習慣病になることを知らせる。												
③健康と食生活の関わりを考えながら、食事について考えを深める。	・自分の食生活をふり返りながら食事についての考えを深めさせる。												

プラン名	食事の計画を立ててみよう		指導タイプ	A-2	時間	50分										
中学校	1年	関連する教科等名	家庭													
単元名	食事の計画		実施時期	5月												
<p>1 ねらい</p> <p>中学生の1日に必要な食品を組み合わせて1日分の献立を立てることができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></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取り方を理解し、自ら管理していく能力を身につける。<心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 「B 食生活と自立」の中の1単元として扱う。</p> <p>②指導内容 献立の立て方について理解し、食品群別摂取量の目安を利用して1日分の献立を考えさせる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ(A-1)で、教科担任が指導する。 ・自分の食べた朝食・給食を6群に分類し、バランスをチェックすることで献立の立て方の大切さ、難しさに気付かせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①今日の朝食・給食の献立の内容(使われている食品)を確かめる。</td> <td>・献立表を活用する。</td> </tr> <tr> <td>②今日の朝食・給食を6群に分け、バランスチェックをする。</td> <td>・朝食、昼食をそれぞれ6群に分類する表に記入していく。 ・食品群別摂取量の目安の2/3量と比較し、栄養バランスが取れているか確認する。</td> </tr> <tr> <td>③献立作成の手順を知り、献立を立てる。</td> <td>・朝食・昼食を主食・主菜・副菜・汁物に分ける。 ・バランスの良い夕食の献立を考える。</td> </tr> <tr> <td>④1日の献立を見直し、検討する。</td> <td>・食品群別摂取量の目安と比較し、必要があれば修正する。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食の献立表 ・ワークシート ・食品カード(給食のバランスを全体で確認する場合) 							主な学習内容と活動	指導上の留意点	①今日の朝食・給食の献立の内容(使われている食品)を確かめる。	・献立表を活用する。	②今日の朝食・給食を6群に分け、バランスチェックをする。	・朝食、昼食をそれぞれ6群に分類する表に記入していく。 ・食品群別摂取量の目安の2/3量と比較し、栄養バランスが取れているか確認する。	③献立作成の手順を知り、献立を立てる。	・朝食・昼食を主食・主菜・副菜・汁物に分ける。 ・バランスの良い夕食の献立を考える。	④1日の献立を見直し、検討する。	・食品群別摂取量の目安と比較し、必要があれば修正する。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
①今日の朝食・給食の献立の内容(使われている食品)を確かめる。	・献立表を活用する。															
②今日の朝食・給食を6群に分け、バランスチェックをする。	・朝食、昼食をそれぞれ6群に分類する表に記入していく。 ・食品群別摂取量の目安の2/3量と比較し、栄養バランスが取れているか確認する。															
③献立作成の手順を知り、献立を立てる。	・朝食・昼食を主食・主菜・副菜・汁物に分ける。 ・バランスの良い夕食の献立を考える。															
④1日の献立を見直し、検討する。	・食品群別摂取量の目安と比較し、必要があれば修正する。															

プラン名	世界各地の市場を求めて		指導 タイプ	B - 1	時間	50分								
中学校	1年	関連する教科等名	社会											
単元名	世界各地の人々の生活と環境		実施時期	6月										
<p>1 ねらい</p> <p>地域によって人々の生活がどのように違うのか、市場の写真から発見する。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>地域によって食に違いがあることを理解する。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 世界各地の人々の生活を学習する導入とする。</p> <p>②指導内容 気候や宗教などによって食に違いがあることを理解できるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B - 1）で、教科担任が指導を行う。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 世界各地の市場の写真を見てどんな食材が売られているかを読み取る。</td> <td>気候や宗教の違う各地域の市場の写真を用意する</td> </tr> <tr> <td>② 地域の市場の食料はどうして違うかを考える</td> <td>食料の違いは、気候や宗教などと大きく関係していることを理解させる。</td> </tr> <tr> <td>③ 自分たちの生活との違いや共通点を探し、発表する。</td> <td>「じゃがいも」の実物を提示し、他の国との結びつきによる共通点があることに気付かせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・世界各地の市場の写真 ・「じゃがいも」の実物</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 世界各地の市場の写真を見てどんな食材が売られているかを読み取る。	気候や宗教の違う各地域の市場の写真を用意する	② 地域の市場の食料はどうして違うかを考える	食料の違いは、気候や宗教などと大きく関係していることを理解させる。	③ 自分たちの生活との違いや共通点を探し、発表する。	「じゃがいも」の実物を提示し、他の国との結びつきによる共通点があることに気付かせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
① 世界各地の市場の写真を見てどんな食材が売られているかを読み取る。	気候や宗教の違う各地域の市場の写真を用意する													
② 地域の市場の食料はどうして違うかを考える	食料の違いは、気候や宗教などと大きく関係していることを理解させる。													
③ 自分たちの生活との違いや共通点を探し、発表する。	「じゃがいも」の実物を提示し、他の国との結びつきによる共通点があることに気付かせる。													

プラン名	米の調理をしよう		指導タイプ	B-1	時間	20分											
中学校	1年	関連する教科等名	家庭														
単元名	ごはんを炊こう！		実施時期	6月													
<p>1 ねらい</p> <p>宿泊学習の飯ごう炊さんに向け、炊飯に取り組み、水加減と火加減が重要なポイントであることを理解し、宿泊学習で実践できる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>毎日、規則正しく食事を摂ることができる。特に朝食の大切さを意識し、考えているよりも簡単にごはんが炊けることを知り、活動量が増え成長期にある中学生にあった食事内容を調理する際、その手だてとできること。<食事の重要性・心身の健康></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 ・米飯を炊いている場面</p> <p>②指導内容 ・炊飯の水加減と火加減について</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。 ・IH調理器を用いて、計量カップで簡便に炊飯し、米がごはんになる過程を観察させる。 ・水加減を3つ提示し、班で1つを選択させ調理することで、前もって失敗を経験することも学習の一つであると捉える。 ・あらかじめ文字情報カードを作成し掲示していくことで、板書時間を短くし、実習の時間を増やす。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 炊飯に必要な用具・材料の確認</td> <td rowspan="8"> <ul style="list-style-type: none"> ・水加減を3つ提示し、班で1つを選択させ調理する ・自分の班の計量カップの状態を観察する。 ・文字情報カードを作成し掲示して、板書時間を短くする。 ・失敗を経験することも学習の一つであると捉える。 </td> </tr> <tr> <td>② 水加減の選択</td> </tr> <tr> <td>③ 炊飯実習</td> </tr> <tr> <td>④ 炊飯の火加減について（説明）</td> </tr> <tr> <td>⑤ 試食</td> </tr> <tr> <td>⑥ でんぷんの糊化について（説明）</td> </tr> <tr> <td>⑦ 炊飯のまとめ（説明）</td> </tr> <tr> <td>⑧ 次回予告</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 米 水（湯） 計量スプーン 計量カップ アルミホイル IH調理器 紙皿 割り箸</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 炊飯に必要な用具・材料の確認	<ul style="list-style-type: none"> ・水加減を3つ提示し、班で1つを選択させ調理する ・自分の班の計量カップの状態を観察する。 ・文字情報カードを作成し掲示して、板書時間を短くする。 ・失敗を経験することも学習の一つであると捉える。 	② 水加減の選択	③ 炊飯実習	④ 炊飯の火加減について（説明）	⑤ 試食	⑥ でんぷんの糊化について（説明）	⑦ 炊飯のまとめ（説明）	⑧ 次回予告
主な学習内容と活動	指導上の留意点																
① 炊飯に必要な用具・材料の確認	<ul style="list-style-type: none"> ・水加減を3つ提示し、班で1つを選択させ調理する ・自分の班の計量カップの状態を観察する。 ・文字情報カードを作成し掲示して、板書時間を短くする。 ・失敗を経験することも学習の一つであると捉える。 																
② 水加減の選択																	
③ 炊飯実習																	
④ 炊飯の火加減について（説明）																	
⑤ 試食																	
⑥ でんぷんの糊化について（説明）																	
⑦ 炊飯のまとめ（説明）																	
⑧ 次回予告																	

プラン名	献立を考えよう		指導 タイプ	A—2	時間	100分
中学校	1年	関連する教科等名	家庭			
単元名	健康と食事（食事の計画）		実施時期	7月 または 9月		
1 ねらい						
<ul style="list-style-type: none"> ① 献立の立て方について理解する。 ② 食品群別摂取量のめやすを利用して1食分の献立を立てる。 						
2 食に関する指導の目標<視点>						
<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の生活や将来の課題みつけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自らの健康を保持増進しようとする。<心身の健康> 						
3 指導の進め方						
①指導場面						
小単元の第9・10時（10時間扱い）に実施する。						
②指導内容						
中学生が1日に必要とする栄養量を摂ることができる食事のとり方に関心をもたせ、1食分の献立の立て方について理解させ、具体的に朝食と昼食を設定して夕食分の献立を考えさせる。						
③指導方法の工夫						
<ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（A—2）で、T1は栄養教諭、T2は教科担任で支援する。 ・ 学習ノートの設定を活用する。 ・ 献立カードを活用する。 ・ 献立作成は5～6人のグループ活動にして情報交換しながら活動する。。 						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
① 朝食と昼食に使われている食品について調べて、食品群に分類する。			・ 学習ノートの例を利用する。			
② 1食分の献立作成の手順について知る。			・ 学習ノートの項目で確認する。			
③ 夕食で摂る必要がある食品群を確認する。			・ 1日分の食品群別摂取量を満たしていない食品群を調べる。			
④ 夕食の献立を立てる。（グループで献立カードを活用する）			・ 不足している食品群の食品をうまく組み合わせてみる。和・洋・中、好みなど考える。			
⑤ 献立を発表して、T1から助言を受ける。			・ 献立作成の早い生徒数名を代表として取り上げ、例として指導する。			
⑥ 全員提出する。			・ 全員分は次回までに確認する。			
<準備物> 学習ノート、資料、献立カード						

プラン名	ご飯を炊くために必要な水の量	指導タイプ	B-1	時間	15分				
中学校	1年	関連する教科等名	数学						
単元名	比例反比例	実施時期	10月						
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 身のまわりの事象の中から、比例、反比例の関係を見出すことができ、その関係について式で表し、処理することができる。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> 一日分の献立をふまえ、簡単な日常食の調理をすることができる。 <心身の健康> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面</p> <ul style="list-style-type: none"> 比例の見方や考え方を具体的場面で活用させる段階で指導する。 <p>②指導内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 身のまわりの事象の中で数学が活用されていることを理解することができるようになる。 <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ(B-1)で、教科担任が指導する。 米や水、はかりなどを準備することで興味を持たせる。 <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>①ご飯を炊くには、米以外に何が必要かを考える。</p> <p>②水の適量を知らせる。</p> <p>③米の重さを X g、水の重さを Y g として Y を X の式で表す。</p> <p>④ご飯を 4 人分 (320 g) 炊くのに必要な水の重さが何 g になるか計算する。</p> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 1 人分の材料と分量については、以下のようにする。 米… 80 g 水… 120 g (水は米の重さの 1.5 倍である) 式をつくるとき $Y = aX$ の式をもとに考えさせる。 日常生活の中でも、数学的な考え方を生かせることを実感させる。 </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 米 水 はかり</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>①ご飯を炊くには、米以外に何が必要かを考える。</p> <p>②水の適量を知らせる。</p> <p>③米の重さを X g、水の重さを Y g として Y を X の式で表す。</p> <p>④ご飯を 4 人分 (320 g) 炊くのに必要な水の重さが何 g になるか計算する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1 人分の材料と分量については、以下のようにする。 米… 80 g 水… 120 g (水は米の重さの 1.5 倍である) 式をつくるとき $Y = aX$ の式をもとに考えさせる。 日常生活の中でも、数学的な考え方を生かせることを実感させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点								
<p>①ご飯を炊くには、米以外に何が必要かを考える。</p> <p>②水の適量を知らせる。</p> <p>③米の重さを X g、水の重さを Y g として Y を X の式で表す。</p> <p>④ご飯を 4 人分 (320 g) 炊くのに必要な水の重さが何 g になるか計算する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 1 人分の材料と分量については、以下のようにする。 米… 80 g 水… 120 g (水は米の重さの 1.5 倍である) 式をつくるとき $Y = aX$ の式をもとに考えさせる。 日常生活の中でも、数学的な考え方を生かせることを実感させる。 								

プラン名	生鮮食品の選び方		指導タイプ	A-1	時間	50分														
中学校	1年	関連する教科等名	家庭																	
単元名	食品の選択と保存		実施時期	10月																
<p>1 ねらい 生鮮食品とは何かを理解し、その選び方がわかる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<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></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の導入として扱う。</p> <p>②指導内容 自給自足で全ての食品を準備することは非常に難しく、食品を選択、購入しながら食生活を送っているのが私たちの現状である。食品は大きく分けると、生鮮食品と加工食品に分けることができる。ここでは、生鮮食品の出盛り期または旬と、表示について理解させ、食生活がより豊かになるように指導をする。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。 ・出盛り期または旬の長所を理解させることによって、出盛り期または旬を食生活に取り入れることの大切さを理解させる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 日本の四季について考える。</td> <td>・四季の違いをよく考えさせる。</td> </tr> <tr> <td>② 生鮮食品について理解する。</td> <td>・加工食品と比べさせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 生鮮食品には、一年で最も多くとれる時期、出盛り期または旬があり、長所がたくさんあることを理解する。</td> <td>・長所がたくさんあるので、出盛り期または旬を覚えることは大切であると気付かせる。</td> </tr> <tr> <td>④ それぞれの生鮮食品の出盛り期または旬を知る。</td> <td>・日常生活に生かせるよう、できるだけ覚えさせる。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 生鮮食品の表示について理解する。</td> <td>・具体的な表示を見せる。</td> </tr> <tr> <td>⑥ 生鮮食品の選び方を理解する。</td> <td>・実際の生活に生かせるよう、具体的に話す。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・生鮮食品の出盛り期または旬の一覧表 ・生鮮食品の表示</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 日本の四季について考える。	・四季の違いをよく考えさせる。	② 生鮮食品について理解する。	・加工食品と比べさせる。	③ 生鮮食品には、一年で最も多くとれる時期、出盛り期または旬があり、長所がたくさんあることを理解する。	・長所がたくさんあるので、出盛り期または旬を覚えることは大切であると気付かせる。	④ それぞれの生鮮食品の出盛り期または旬を知る。	・日常生活に生かせるよう、できるだけ覚えさせる。	⑤ 生鮮食品の表示について理解する。	・具体的な表示を見せる。	⑥ 生鮮食品の選び方を理解する。	・実際の生活に生かせるよう、具体的に話す。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																			
① 日本の四季について考える。	・四季の違いをよく考えさせる。																			
② 生鮮食品について理解する。	・加工食品と比べさせる。																			
③ 生鮮食品には、一年で最も多くとれる時期、出盛り期または旬があり、長所がたくさんあることを理解する。	・長所がたくさんあるので、出盛り期または旬を覚えることは大切であると気付かせる。																			
④ それぞれの生鮮食品の出盛り期または旬を知る。	・日常生活に生かせるよう、できるだけ覚えさせる。																			
⑤ 生鮮食品の表示について理解する。	・具体的な表示を見せる。																			
⑥ 生鮮食品の選び方を理解する。	・実際の生活に生かせるよう、具体的に話す。																			

プラン名	コンビニ弁当を賢く利用しよう		指導タイプ	B-1	時間	10分								
中学校	1年	関連する教科等名	国語											
単元名	コンビニ弁当十六万キロの旅		実施時期	11月										
<p>1 ねらい 調べてみたいことを決めて情報を探し、分かったことを情報カードにまとめる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> ・食品に含まれている栄養素や働きが分かり、品質の良否を見分け、適切な選択ができる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 「コンビニでの定番のお弁当は幕の内であり、その理由はおかずの種類が多く、栄養バランスも比較的よい」ことを述べている部分で指導。</p> <p>②指導内容 ふだん、自分が好んで購入している弁当の栄養バランスは良いかどうかを見直し、購入するときに気をつけるとよい点に気付かせる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は指導タイプ（B-1）で、教科担任が指導する。 ・生徒が日頃からよく利用しているコンビニ弁当を取り上げることで、興味を持たせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 自分がよく購入しているコンビニ弁当は何かを思い出す。</td> <td>・休日や、部活動の大会等で利用するときのことを思い浮かべるようにさせる。</td> </tr> <tr> <td>② 自分が思い浮かべた弁当の中には、6つの基礎食品群のうち、何群が入っているかを数える。</td> <td>・自分が日頃食べている弁当の、栄養的なバランスについて気付かせる。</td> </tr> <tr> <td>③ コンビニ弁当を選ぶときに気をつけるとよい点を考える。</td> <td>・おかずがバランス良く入っているものを選んだり、おにぎりなど場合は、野菜ジュースや果物などを加えるとよいことに気付かせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・コンビニ弁当の写真 ・6つの基礎食品群の表</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 自分がよく購入しているコンビニ弁当は何かを思い出す。	・休日や、部活動の大会等で利用するときのことを思い浮かべるようにさせる。	② 自分が思い浮かべた弁当の中には、6つの基礎食品群のうち、何群が入っているかを数える。	・自分が日頃食べている弁当の、栄養的なバランスについて気付かせる。	③ コンビニ弁当を選ぶときに気をつけるとよい点を考える。	・おかずがバランス良く入っているものを選んだり、おにぎりなど場合は、野菜ジュースや果物などを加えるとよいことに気付かせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点													
① 自分がよく購入しているコンビニ弁当は何かを思い出す。	・休日や、部活動の大会等で利用するときのことを思い浮かべるようにさせる。													
② 自分が思い浮かべた弁当の中には、6つの基礎食品群のうち、何群が入っているかを数える。	・自分が日頃食べている弁当の、栄養的なバランスについて気付かせる。													
③ コンビニ弁当を選ぶときに気をつけるとよい点を考える。	・おかずがバランス良く入っているものを選んだり、おにぎりなど場合は、野菜ジュースや果物などを加えるとよいことに気付かせる。													

プラン名	食べ物の流通を知ろう		指導タイプ	B-1	時間	50分				
中学校	1年	関連する教科等名	国語							
単元名	コンビニ弁当16万キロの旅		実施時期	11月						
<p>1 ねらい</p> <p>① 普段自分たちが食べている食べ物の中には、世界各国から運ばれているものがあるということを理解する。 ② 作物を作る人、運ぶ人がいて自分の食事が成り立つという事を知る。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>① 食品の生産、流通、消費について理解する。<食文化> ② 生産者や自然の恵み、運搬をする人に感謝することができる。<感謝の心></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 ・ 読書指導の一環として行う。</p> <p>② 指導内容 ・ 国語の教材『コンビニ弁当16万キロの旅』を通して食材の流通について指導する。</p> <p>③ 指導方法の工夫 ・ 指導タイプB-1で教科担任が指導する。 ・ 普段利用することも多いコンビニの食材を通して、自分の食べ物が日本中、世界中から運ばれているということを知り、作物を作る人やそれを運搬する人に感謝の気持ちを持たせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① コンビニ弁当の中には、どれくらいの国から輸入された食べ物があるか考えさせる。</p> <p>② 「コンビニ弁当16万キロの旅」を読ませる。</p> <p>③ 読んでわかったことや調べてみたいことを話し合う。</p> <p>④ 情報を探し、わかったことを情報カードにまとめる。</p> </td> <td> <p>・ 弁当の写真を見せながら想像させる。</p> <p>・ 教材を読ませる</p> <p>・ まとめた情報カードを発表させる。</p> </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> 教科書 ワーク</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① コンビニ弁当の中には、どれくらいの国から輸入された食べ物があるか考えさせる。</p> <p>② 「コンビニ弁当16万キロの旅」を読ませる。</p> <p>③ 読んでわかったことや調べてみたいことを話し合う。</p> <p>④ 情報を探し、わかったことを情報カードにまとめる。</p>	<p>・ 弁当の写真を見せながら想像させる。</p> <p>・ 教材を読ませる</p> <p>・ まとめた情報カードを発表させる。</p>
主な学習内容と活動	指導上の留意点									
<p>① コンビニ弁当の中には、どれくらいの国から輸入された食べ物があるか考えさせる。</p> <p>② 「コンビニ弁当16万キロの旅」を読ませる。</p> <p>③ 読んでわかったことや調べてみたいことを話し合う。</p> <p>④ 情報を探し、わかったことを情報カードにまとめる。</p>	<p>・ 弁当の写真を見せながら想像させる。</p> <p>・ 教材を読ませる</p> <p>・ まとめた情報カードを発表させる。</p>									

プラン名	コンビニ弁当十六万キロの旅	指導タイプ	B-2	時間	50分								
中学校	1年	関連する教科等名	国語										
単元名	読書への招待	実施時期	12月										
<p>1 ねらい 日頃から接している、コンビニエンスストアで見かける日本食の弁当が、実は遠いところから食材が運ばれて作られ、それで私たちの生活がなりたっているということを知る。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> コンビニ弁当に視点を当て、食材がどこから来るのか関心を持つ。 食材が輸入される時、輸送機関が排出する二酸化炭素など、環境への影響を知る。 地域で作られた食材を積極的に選ぶとする。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 本文を通読後、全員による話し合いを行う。</p> <p>②指導内容 「コンビニ弁当十六万キロの旅」を音読し、日頃目にする食材がどこから輸入されているか話し合う。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、教科担任が指導する。 ・参考資料「フードマイレージ」を読み、フードマイレージの考え方がどこから来たのか知り、地産地消の運動の意義を知る。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 「コンビニ弁当十六万キロの旅」を音読する。</td> <td>・分からない専門用語は解説をつける。</td> </tr> <tr> <td>② 日頃目にする食材がどこから輸入されているか話し合う。</td> <td>・自分の目にする食材の中から話し合う題材を選び、生活に密着した話し合いを行う。</td> </tr> <tr> <td>③ 「フードマイレージ」の本を読み、地産地消の意識を持つ。</td> <td>・活動の原点を知り、食文化や食生活に興味を持てるようにする。 ・地産地消の給食献立を取り上げる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・教科書「コンビニ弁当十六万キロの旅」 ・資料 「フードマイレージ」 ・給食献立表</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 「コンビニ弁当十六万キロの旅」を音読する。	・分からない専門用語は解説をつける。	② 日頃目にする食材がどこから輸入されているか話し合う。	・自分の目にする食材の中から話し合う題材を選び、生活に密着した話し合いを行う。	③ 「フードマイレージ」の本を読み、地産地消の意識を持つ。	・活動の原点を知り、食文化や食生活に興味を持てるようにする。 ・地産地消の給食献立を取り上げる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点												
① 「コンビニ弁当十六万キロの旅」を音読する。	・分からない専門用語は解説をつける。												
② 日頃目にする食材がどこから輸入されているか話し合う。	・自分の目にする食材の中から話し合う題材を選び、生活に密着した話し合いを行う。												
③ 「フードマイレージ」の本を読み、地産地消の意識を持つ。	・活動の原点を知り、食文化や食生活に興味を持てるようにする。 ・地産地消の給食献立を取り上げる。												

プラン名	おせち料理と雑煮		指導タイプ	A - 1	時間	20分									
中学校	1年	関連する教科等名	家庭												
単元名	受け継がれる食文化		実施時期	12月											
<p>1 ねらい 新年を向かえるにあたり、伝統的なおせち料理や地方色豊かな雑煮について理解する。また、栃木県の郷土料理の中でよく知られている行事食・しもつかれについても説明を加える。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点> 新年の食文化を受け継いでいけるよう、家庭でのお手伝いを実践できる力を養う。しもつかれは正月料理の残り物でつくるエコな食品であることを理解し、ものを大切にすることを育てる。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 ・T1が日本の主な行事食を説明したあとの場面</p> <p>②指導内容 ・おせち料理と雑煮について。特に雑煮については地方色が出るものなので、T1とT2の出身地が異なることを生かして、栃木県と〇〇県のちがいをみる。 ・栃木県の郷土料理であるしもつかれの材料について。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（A - 1）で、教科担任が指導する。 ・おせち料理については、実際に使用する材料を用いて、いわれや調理方法などを説明する。特にしもつかれに使用する材料を入れておく。 ・雑煮については、調理した実物を用意し、出来上がりを比べてみる。 ・あらかじめ文字情報カードや絵カード、写真カードを作成し掲示していくことで、板書時間を短くし、説明の時間を増やす。</p> <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① おせち料理の材料といわれについて</td> <td rowspan="6"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 班に一つずつ材料の実物を用意して、実際にふれてみる。 ・ 特に大平地区は、黒大豆の生産に取り組んでいることを紹介する。 ・ 実際に調理した雑煮を盛りつけた汁椀の状態を観察する。 ・ 正月料理の材料の残りを使用していることにふれる。 ・ 文字情報カード等を作成し掲示して、板書時間を短くする。 </td> </tr> <tr> <td>② 大平地区の黒大豆について</td> </tr> <tr> <td>③ 雑煮について</td> </tr> <tr> <td>④ 栃木県のしもつかれについて</td> </tr> <tr> <td>⑤ つくり方 例 栃木県の雑煮 もちの焼き方 コツを一つ程度</td> </tr> <tr> <td>⑥ まとめ</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> おせち料理の材料、しもつかれの材料、雑煮（調理実物）、汁椀、割り箸、文字情報カード、絵カード、写真カード 等</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① おせち料理の材料といわれについて	<ul style="list-style-type: none"> ・ 班に一つずつ材料の実物を用意して、実際にふれてみる。 ・ 特に大平地区は、黒大豆の生産に取り組んでいることを紹介する。 ・ 実際に調理した雑煮を盛りつけた汁椀の状態を観察する。 ・ 正月料理の材料の残りを使用していることにふれる。 ・ 文字情報カード等を作成し掲示して、板書時間を短くする。 	② 大平地区の黒大豆について	③ 雑煮について	④ 栃木県のしもつかれについて	⑤ つくり方 例 栃木県の雑煮 もちの焼き方 コツを一つ程度	⑥ まとめ
主な学習内容と活動	指導上の留意点														
① おせち料理の材料といわれについて	<ul style="list-style-type: none"> ・ 班に一つずつ材料の実物を用意して、実際にふれてみる。 ・ 特に大平地区は、黒大豆の生産に取り組んでいることを紹介する。 ・ 実際に調理した雑煮を盛りつけた汁椀の状態を観察する。 ・ 正月料理の材料の残りを使用していることにふれる。 ・ 文字情報カード等を作成し掲示して、板書時間を短くする。 														
② 大平地区の黒大豆について															
③ 雑煮について															
④ 栃木県のしもつかれについて															
⑤ つくり方 例 栃木県の雑煮 もちの焼き方 コツを一つ程度															
⑥ まとめ															

プラン名	Quiz! School Lunch!		指導 タイプ	B—1	時間	30分
中学校	1年	関連する教科等名	英語			
単元名	NEW CROWN①ENGLISH SERIES LESSON8 School Life in the USA		実施時期	1月		
1 ねらい <ul style="list-style-type: none"> ・外国の中学校生活について関心を持つ。 ・アメリカの中学生の学校生活について学ぶ。 ・アメリカの学校と自分の学校とを比較する観点を持つ。 						
2 食に関する指導の目標<視点> <ul style="list-style-type: none"> ・他国の学校給食の実態を知り、食に関する関心を高める。<食文化> ・カロリーや栄養バランス等を配慮された給食が毎日食べられることに感謝できる心を育てる。<感謝の心> 						
3 指導の進め方 <p>① 指導場面 本課の内容を深めるため、本文の内容を学習した後に実施する。</p> <p>② 指導内容 本単元では、アメリカの学校生活を扱い、本課・GETPart1では学校の昼食について触れている。発展として、アメリカ、韓国、フランスの学校給食について写真や簡単な英語を用いて説明する。日本の給食と比較させ、文化が食に与える影響と食の大切さを考えさせたい。特に、日本の給食は他国に比べカロリーや栄養のバランス等が十分に配慮されており、将来、健康な生活を送る上で大きな役割を担っていることにも気づかせたい。</p> <p>③ 指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ（B—1）で、教科担任が指導する。 ・給食の写真（アメリカ、韓国、フランス）を見せ、学校給食の様子について簡単に英語で説明し、興味を持たせる。 						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
①昨日の給食はどんなメニューだったかを思い出させる。			・主菜(main dish)、副菜(side dish)、主食(staple food)、飲み物(牛乳milk)が出されており、バランスが考えられていること、日本食がメニューに取り入れられていることに気づかせる。			
②写真見て、説明を聞きながらアメリカ、韓国、フランスの給食の特徴について考える。			・写真を見せながら、英語を交えて紹介する。生徒とコミュニケーションをとりながら展開する。 ・聞くことに集中できるよう、既習事項を用い、分かりやすい英語表現を心がける。			
③②で聞いた内容をワークシートで確認する。			・選択問題とし、ポイントが聞き取れていればよいとする。			
④今回の授業で分かったこと・考えたことをワークシートに記入する。			・日本語で分かったことや考えたことを簡潔に記入させ、食や他国の文化への関心が持てるようにする。			
<準備物> <ul style="list-style-type: none"> ・「学校給食（アメリカ、韓国、フランス）」の写真 ・給食の献立表 ・ワークシート 						

プラン名	「魚」食べていますか		指導 タイプ	A-2	時間	50分												
中学校	2年	関連する教科等名	家庭															
単元名	1 食生活を自分の手で 2 食品の選択と調理 魚を調理しよう		実施時期	5月														
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 魚の栄養的な特質や調理上の性質とそれを利用した加熱調理の特徴を知り、ムニエルや煮魚の調理ができるようにする。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の生活や将来の課題をみつけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自らの健康を保持増進しようとする。<心身の健康> 食品に含まれている栄養素や働きが分かり、品質の良否を見分け、適切な選択ができる。<食品を選択する能力> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元の第1時（6時間扱い）に実施する。</p> <p>②指導内容 自分の食生活調べをもとに魚の摂取状況を点検したり、中学生の時期の栄養の特徴を踏まえ、食品群別摂取量の目安に示された魚の概量と比較したりすることを通して自分の食事の課題を把握させる。また、日常よく用いる魚の種類や部位、栄養的な特質を調べることを通して、健康のために食習慣を見直すことができるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ（A-2）で、学級担任と栄養職員が共同して指導する。 々な違いがあることに気づかせる。 教科書 P18 の資料をもとに、もちの形、焼き方、味つけなどに地域的特色があることに気づかせるとともに家庭でもその食文化を受けついできたことをとらえさせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 自分の1週間分の食生活調べを振り返り、魚の摂取状況を点検する。</td> <td>・食生活調べを振り返る際、プライバシーに十分配慮する。</td> </tr> <tr> <td>② 教科書の資料をもとに、食品群別摂取量の目安に示された魚の概量を調べ、気づいたことを発表する。</td> <td>・資料の見方については、肉類、野菜類の学習でも繰り返し指導する。</td> </tr> <tr> <td>③ 日常よく用いる魚について、種類や部位の名称や栄養的な特質を調べる。</td> <td>・教科書の説明だけではなく、栄養職員から詳しい説明をする。</td> </tr> <tr> <td>④ 栄養職員から、学校給食の魚料理についての摂取状況や栄養的な配慮及び課題などの説明を聞く。</td> <td>・魚を献立にするときの工夫なども併せて説明する。</td> </tr> <tr> <td>⑤ これからの食生活について、自分の考えをまとめ、発表する。</td> <td>・給食の時間や家庭での食生活について考えさせ、次時の学習につなげるようにする。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ワークシート ・資料</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 自分の1週間分の食生活調べを振り返り、魚の摂取状況を点検する。	・食生活調べを振り返る際、プライバシーに十分配慮する。	② 教科書の資料をもとに、食品群別摂取量の目安に示された魚の概量を調べ、気づいたことを発表する。	・資料の見方については、肉類、野菜類の学習でも繰り返し指導する。	③ 日常よく用いる魚について、種類や部位の名称や栄養的な特質を調べる。	・教科書の説明だけではなく、栄養職員から詳しい説明をする。	④ 栄養職員から、学校給食の魚料理についての摂取状況や栄養的な配慮及び課題などの説明を聞く。	・魚を献立にするときの工夫なども併せて説明する。	⑤ これからの食生活について、自分の考えをまとめ、発表する。	・給食の時間や家庭での食生活について考えさせ、次時の学習につなげるようにする。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																	
① 自分の1週間分の食生活調べを振り返り、魚の摂取状況を点検する。	・食生活調べを振り返る際、プライバシーに十分配慮する。																	
② 教科書の資料をもとに、食品群別摂取量の目安に示された魚の概量を調べ、気づいたことを発表する。	・資料の見方については、肉類、野菜類の学習でも繰り返し指導する。																	
③ 日常よく用いる魚について、種類や部位の名称や栄養的な特質を調べる。	・教科書の説明だけではなく、栄養職員から詳しい説明をする。																	
④ 栄養職員から、学校給食の魚料理についての摂取状況や栄養的な配慮及び課題などの説明を聞く。	・魚を献立にするときの工夫なども併せて説明する。																	
⑤ これからの食生活について、自分の考えをまとめ、発表する。	・給食の時間や家庭での食生活について考えさせ、次時の学習につなげるようにする。																	

プラン名	「トマト」について知ろう		指導タイプ	A-1	時間	15分						
中学校	2年	関連する教科等名	技術・家庭									
単元名	生物育成に関する技術		実施時期	7月								
<p>1 ねらい</p> <p>栽培物の育成と管理ができる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>トマトの栄養、調理例が分かる。<食品を選択する能力></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 収穫の段階</p> <p>②指導内容 トマトの栄養やトマトを使った調理例が分かる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は、指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。 ・1年時に家庭科で栄養について学習した内容と関連づけて指導する。 ・ミニトマトと普通の大きさのトマトの栄養を比較したり、それぞれにあった調理方法を提示する。 <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 基礎食品群、食品標準成分表でトマトの栄養について確認する。</td> <td>・家庭科の教科書を用いながら確認する。</td> </tr> <tr> <td>② トマトを使った調理方法について、資料を使って知る。</td> <td>・中学生でも簡単に調理できる調理方法を提示する。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・家庭科の教科書 ・調理方法を載せたプリント 							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 基礎食品群、食品標準成分表でトマトの栄養について確認する。	・家庭科の教科書を用いながら確認する。	② トマトを使った調理方法について、資料を使って知る。	・中学生でも簡単に調理できる調理方法を提示する。
主な学習内容と活動	指導上の留意点											
① 基礎食品群、食品標準成分表でトマトの栄養について確認する。	・家庭科の教科書を用いながら確認する。											
② トマトを使った調理方法について、資料を使って知る。	・中学生でも簡単に調理できる調理方法を提示する。											

プラン名	行事食について調べよう		指導タイプ	A-1	時間	50分										
中学校	2年	関連する教科等名	家庭													
単元名	受け継がれる食文化		実施時期	12月												
<p>1 ねらい</p> <p>日本の食文化に関わる行事食の意味が分かり、日常生活に生かす工夫ができる地域によって行事食が異なることを理解する。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>各地域の産物、食文化や食に係わる歴史等を理解し、尊重する心を持つ。 <食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 「B 食生活と自立」の中の1単元として扱う。</p> <p>②指導内容 年中行事と行事食の関係を調べ、食事と文化の関わりを確認する。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。 ・カレンダーや献立表を活用し、年中行事と行事食を調べる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 冬至について知らせる。</td> <td>・ 献立表・食育だより等を活用する。</td> </tr> <tr> <td>② 年中行事にはそれぞれ特色がある行事食を食べていることに気付く。</td> <td>・ カレンダー、教科書、資料集、書籍等活用する。前時の宿題で家族にインタビューしてくる。</td> </tr> <tr> <td>③ 正月の雑煮を参考に行事食にも地域の特性があることに気付かせる。</td> <td>・ 冬休みの課題として調べさせる</td> </tr> <tr> <td>④ 本時のまとめ</td> <td>・ 食事には文化を伝える役割があることを理解させ、自分の食生活に取り入れようとする意欲につなげる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 給食の献立表、食育だより ・ カレンダー ・ ワークシート ・ 年中行事に関する書籍 							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 冬至について知らせる。	・ 献立表・食育だより等を活用する。	② 年中行事にはそれぞれ特色がある行事食を食べていることに気付く。	・ カレンダー、教科書、資料集、書籍等活用する。前時の宿題で家族にインタビューしてくる。	③ 正月の雑煮を参考に行事食にも地域の特性があることに気付かせる。	・ 冬休みの課題として調べさせる	④ 本時のまとめ	・ 食事には文化を伝える役割があることを理解させ、自分の食生活に取り入れようとする意欲につなげる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 冬至について知らせる。	・ 献立表・食育だより等を活用する。															
② 年中行事にはそれぞれ特色がある行事食を食べていることに気付く。	・ カレンダー、教科書、資料集、書籍等活用する。前時の宿題で家族にインタビューしてくる。															
③ 正月の雑煮を参考に行事食にも地域の特性があることに気付かせる。	・ 冬休みの課題として調べさせる															
④ 本時のまとめ	・ 食事には文化を伝える役割があることを理解させ、自分の食生活に取り入れようとする意欲につなげる。															

中学校 第3学年

ページ	実施月	教科名	プラン名	指導タイプ 食に関する指導の視点 :(時間)
80	4月	社会	栃木県の食文化	B-1 食文化 :(10分)
81	5月	社会	お雑煮の違いを見つけよう	B-1 食文化 :(25分)
82	5月	理科	安全な野菜を食べよう	B-1 心身の健康・食品を選択する能力 :(25分)
83	6月	数学	バランスのよい食事	B-1 心身の健康 :(50分)
84	6月	保体	食生活と健康	A-2 心身の健康 :(50分)
85	7月	英語	郷土料理を紹介しよう	B-1 食文化 :(50分)
86	10月	保体	中学生に必要な栄養	A-1 食事の重要性・心身の健康 :(50分)
87	10月	保体	バランスのとれた食事と規則正しい食生活	A-2 食事の重要性・心身の健康 :(50分)
88	1月	理科	菌類・細菌類の不思議	B-1 食文化 :(50分)

中学校 特別支援学級

89	5月	生活	バランスを考えて食事を整える	A-1 食事の重要性・食品を選択する能力 (10時間)
90	12月	生活	楽しい会食とマナー	A-1 社会性 :(45分)

プラン名	栃木県の食文化		指導タイプ	B-1	時間	10分
中学校	3年	関連する教科等名	社会			
単元名	くらしに生きる伝統文化		実施時期	4月		
<p>1 ねらい</p> <p>日本の伝統文化を知り、それが現在のわたしたちの生活にどのような影響を与えているかを考える。</p> <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>栃木県の食文化を知り、自ら伝承しようとする態度を育てる。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面</p> <p>日本の食文化を調べていく段階で指導する。</p> <p>②指導内容</p> <p>栃木県の郷土食である「しもつかれ」の作り方やそこに込められた意味を理解できるようにする。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時は指導タイプ（B-1）で、教科担任が指導する。 ・「しもつかれ」は、幸福を呼ぶ節分の福豆の残りとして正月に食べた残りの塩鮭の頭が入っている破魔招福の祈りの込められた食品であり、二月の初午に赤飯と一緒に稲荷神社に供えられる行事食として伝承されたものであることを知らせ、興味をもたせる。 						
4 展開						
主な学習内容と活動			指導上の留意点			
<p>① 栃木県の特産品や郷土食として、知っている者を考え、発表する。</p> <p>② 「しもつかれ」の材料を考え、それぞれが持つ意味を知る。</p>			<p>・「かんぴょう」を使った料理や「しもつかれ」が思い浮かぶように発問を工夫する。</p> <p>・大豆は福豆、塩鮭の頭は悪いものをよける力、大根、にんじんは入しやすしい野菜であること、月や節分の残り物として使った料理であり、魔力のある食材を多く含むことを伝える。</p>			
<p><準備物></p> <p>(参考資料「栃木ふるさとの味四季の味」下野新聞社)</p>						

プラン名	お雑煮の違いを見つけよう		指導タイプ	B-1	時間	25分												
中学校	3年	関連する教科等名	社会															
単元名	わたしたちの生活と現代社会 わたしたちの生活と文化 日本文化の多様性		実施時期	5月														
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 身近な生活に見られる様々な文化に気付かせ、日本の伝統と文化に関心を持たせるとともに、主体的に伝統的な文化を継承し、新しい文化を創造する態度を育てる。 日本国内に多様な文化が見られることに着目させながら、異なる文化を尊重する態度を育てる。 <p>2 食に関する指導の目標<視点> 食文化や歴史と自分の食生活との関連を考えることができる。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 小単元の導入時に実施する。</p> <p>②指導内容 自分の家庭で食べているお雑煮について話し合い、教科書の資料をもとに地域によって特色が見られることを調べさせることを通して、食文化に地域的特色があることや家庭にも受けつがれてきた食文化があることを考えさせる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ（B-1）で、学級担任が指導する。 各家庭での雑煮を比べることで、様々な違いがあることに気づかせる。 教科書 P18 の資料をもとに、もちの形、焼き方、味つけなどに地域的特色があることに気づかせるとともに家庭でもその食文化を受けついできたことをとらえさせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 自分の家で食べている「お雑煮」のイメージについて話し合う。</td> <td>・ おもちの形、焼き方、具、味つけなどの観点でイメージさせる。</td> </tr> <tr> <td>② 資料をもとに、それぞれの地域のお雑煮の特色について調べ、ワークシートにまとめる。</td> <td>・ 観点毎に比較できるようにまとめさせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 調べて気づいたことを発表する。</td> <td>・ 地域によって違いがあることや地域の特色について考えさせる。</td> </tr> <tr> <td>④ 地域によって気候や風土に応じた食文化があることを知る。</td> <td>・ 他にも地域によって特徴的な郷土料理を紹介する。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 家庭毎に伝統を引き継ぎ、変化させてきた食文化が存在していることについて考える。</td> <td>・ 自分の家庭にも、引き継いできた食文化がないか考えさせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ ワークシート ・ 郷土料理の写真資料</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 自分の家で食べている「お雑煮」のイメージについて話し合う。	・ おもちの形、焼き方、具、味つけなどの観点でイメージさせる。	② 資料をもとに、それぞれの地域のお雑煮の特色について調べ、ワークシートにまとめる。	・ 観点毎に比較できるようにまとめさせる。	③ 調べて気づいたことを発表する。	・ 地域によって違いがあることや地域の特色について考えさせる。	④ 地域によって気候や風土に応じた食文化があることを知る。	・ 他にも地域によって特徴的な郷土料理を紹介する。	⑤ 家庭毎に伝統を引き継ぎ、変化させてきた食文化が存在していることについて考える。	・ 自分の家庭にも、引き継いできた食文化がないか考えさせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																	
① 自分の家で食べている「お雑煮」のイメージについて話し合う。	・ おもちの形、焼き方、具、味つけなどの観点でイメージさせる。																	
② 資料をもとに、それぞれの地域のお雑煮の特色について調べ、ワークシートにまとめる。	・ 観点毎に比較できるようにまとめさせる。																	
③ 調べて気づいたことを発表する。	・ 地域によって違いがあることや地域の特色について考えさせる。																	
④ 地域によって気候や風土に応じた食文化があることを知る。	・ 他にも地域によって特徴的な郷土料理を紹介する。																	
⑤ 家庭毎に伝統を引き継ぎ、変化させてきた食文化が存在していることについて考える。	・ 自分の家庭にも、引き継いできた食文化がないか考えさせる。																	

プラン名	安全な野菜を食べよう		指導タイプ	B-1	時間	25分														
中学校	3年	関連する教科等名	理科																	
単元名	生命の連続性		実施時期	5月																
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 遺伝子の本体はDNAであり、遺伝子是不変ではなく変化することがあることを理解させる。 ・ 現在の遺伝子DNAに関する研究やその研究成果がどのように利用されているかを知り、理解を深めさせる。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の生活や将来の課題をみつけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自らの健康を保持増進しようとする。<心身の健康> ・ 食品に含まれている栄養素や働きが分かり、品質の良否を見分け、適切な選択ができる。<食品を選択する能力> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元末に発展学習として指導する。</p> <p>②指導内容 細胞の核内の染色体にふくまれる遺伝子がDNAという物質であり、現代では遺伝子組換えが盛んに行われている。この遺伝子組み換えの良い点と、問題点を考えさせる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（B-1）で、教科担任が指導する。 ・ 食品に遺伝子組換え植物が使われているものを挙げ、食品表示を提示する。 ・ 遺伝子組換えの必要性和育て方を考える。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 食品のパッケージを見せて何が原材料なのかを考えさせる。</td> <td>・ スナック菓子などのパッケージを見せる。</td> </tr> <tr> <td>② 食品表示を示し、（遺伝子組換えでない）という文字を確認させる。</td> <td>・ 食品表示を確認させ、（遺伝子組換えでない）という文字を確認させる。 ・ グループで話し合いをさせ、発表させる。</td> </tr> <tr> <td>③ 表示の意味を考え、発表する。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>④ 植物の育て方を考える。</td> <td>・ 野菜を大量に収穫するための方法に気付かせる。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 大量に収穫するためには薬に強い遺伝子が必要であることに気付かせる。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>⑥ 良い点と問題点を話し合いまとめる。</td> <td>・ ワークシートに書かせ発表させる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ スナック菓子 ・ ジャガイモやトウモロコシなどの野菜 ・ ワークシート ・ 野菜畑の写真資料</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 食品のパッケージを見せて何が原材料なのかを考えさせる。	・ スナック菓子などのパッケージを見せる。	② 食品表示を示し、（遺伝子組換えでない）という文字を確認させる。	・ 食品表示を確認させ、（遺伝子組換えでない）という文字を確認させる。 ・ グループで話し合いをさせ、発表させる。	③ 表示の意味を考え、発表する。		④ 植物の育て方を考える。	・ 野菜を大量に収穫するための方法に気付かせる。	⑤ 大量に収穫するためには薬に強い遺伝子が必要であることに気付かせる。		⑥ 良い点と問題点を話し合いまとめる。	・ ワークシートに書かせ発表させる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																			
① 食品のパッケージを見せて何が原材料なのかを考えさせる。	・ スナック菓子などのパッケージを見せる。																			
② 食品表示を示し、（遺伝子組換えでない）という文字を確認させる。	・ 食品表示を確認させ、（遺伝子組換えでない）という文字を確認させる。 ・ グループで話し合いをさせ、発表させる。																			
③ 表示の意味を考え、発表する。																				
④ 植物の育て方を考える。	・ 野菜を大量に収穫するための方法に気付かせる。																			
⑤ 大量に収穫するためには薬に強い遺伝子が必要であることに気付かせる。																				
⑥ 良い点と問題点を話し合いまとめる。	・ ワークシートに書かせ発表させる。																			

プラン名	バランスのよい食事		指導タイプ	B-1	時間	50分
中学校	2年	関連する教科等名	数学			
単元名	連立方程式		実施時期	6月		

1 ねらい

・具体的な場面で連立方程式を活用することができるようにする。

2 食に関する指導の目標<視点>

・自分の生活や将来の課題をみつけ、望ましい食事の仕方や生活習慣を理解し、自ら健康を保持増進しようとする。<心身の健康>

3 指導の進め方

①指導場面

・具体的な事象の中の数量の関係をとらえ、連立方程式で表す段階で指導する。

②指導内容

・数量の関係を連立方程式で表し、問題を解決する手順を理解することができるようにする。

③指導方法の工夫

・本時は、指導タイプ(B-1)で、教科担任が指導する。
・メニュー等の写真を準備し興味を持たせる。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点																																																									
<p>①バイキング給食で何を食べるか、選び方を考える。 食品名と4群・5群の量(g)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>食品名</th> <th>4群(単位g)</th> <th>5群(単位g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>春巻き</td> <td>タマネギ等 10</td> <td>小麦粉等 1</td> </tr> <tr> <td>揚げぎょうざ</td> <td>キャベツ等 10</td> <td>小麦粉等 5</td> </tr> <tr> <td>エビの水晶包み</td> <td>たけのこ等 3</td> <td>小麦粉等 6</td> </tr> <tr> <td>メンチカツ</td> <td>タマネギ等 10</td> <td>パン粉等 12</td> </tr> <tr> <td>やきそば</td> <td>キャベツ 10</td> <td>めん 15</td> </tr> <tr> <td>中華ちまき</td> <td>しいたけ 5</td> <td>もち米 40</td> </tr> <tr> <td>ジャガイモのきんぴら炒め</td> <td>ごぼう 13</td> <td>じゃがいも 60</td> </tr> <tr> <td>ブルベリームース</td> <td>ブルーベリー 5</td> <td>砂糖 6</td> </tr> <tr> <td>ストロベリームース</td> <td>いちご 5</td> <td>砂糖 6</td> </tr> <tr> <td>白桃のジュレ</td> <td>白桃 18</td> <td>砂糖 7</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>130</td> <td>160</td> </tr> </tbody> </table> <p>②グループ内で考え方を発表する。 ③自分の意見をまとめる。 ④結果を発表し、考えを主張、判断させる。 ⑤問題を発展させる。</p>	食品名	4群(単位g)	5群(単位g)	春巻き	タマネギ等 10	小麦粉等 1	揚げぎょうざ	キャベツ等 10	小麦粉等 5	エビの水晶包み	たけのこ等 3	小麦粉等 6	メンチカツ	タマネギ等 10	パン粉等 12	やきそば	キャベツ 10	めん 15	中華ちまき	しいたけ 5	もち米 40	ジャガイモのきんぴら炒め	ごぼう 13	じゃがいも 60	ブルベリームース	ブルーベリー 5	砂糖 6	ストロベリームース	いちご 5	砂糖 6	白桃のジュレ	白桃 18	砂糖 7	合計	130	160	<p>・栄養群の数値はおよその数であることを理解させる。 ・4・5群について考えさせる。 ・選ぶ食品は2品にして考えさせる。 ・式に表したときに数字の意味を確認する。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>x と Y の組み合わせ</th> <th colspan="2">連立方程式</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>春巻き</td> <td>$10X+10Y=130$</td> <td>$X \div -24$</td> </tr> <tr> <td>ぎょうざ</td> <td>$X+5Y=160$</td> <td>$Y \div 37$</td> </tr> <tr> <td>ぎょうざ</td> <td>$10X+3Y=130$</td> <td>$X \div 7$</td> </tr> <tr> <td>エビ</td> <td>$5X+6Y=160$</td> <td>$Y \div 21$</td> </tr> <tr> <td>エビ</td> <td>$3X+10Y=130$</td> <td>$X \div 1 \text{ or } 3$</td> </tr> <tr> <td>メンチ</td> <td>$6X+12Y=160$</td> <td>$Y \div 13 \text{ or } 12$</td> </tr> </tbody> </table> <p>・式に表したときに数字が何を表しているか意識して説明させる。 ・「例えば」などの生徒が表現する言葉を大切に。「例えば」の条件を変えてみる。</p>	x と Y の組み合わせ	連立方程式		春巻き	$10X+10Y=130$	$X \div -24$	ぎょうざ	$X+5Y=160$	$Y \div 37$	ぎょうざ	$10X+3Y=130$	$X \div 7$	エビ	$5X+6Y=160$	$Y \div 21$	エビ	$3X+10Y=130$	$X \div 1 \text{ or } 3$	メンチ	$6X+12Y=160$	$Y \div 13 \text{ or } 12$
食品名	4群(単位g)	5群(単位g)																																																								
春巻き	タマネギ等 10	小麦粉等 1																																																								
揚げぎょうざ	キャベツ等 10	小麦粉等 5																																																								
エビの水晶包み	たけのこ等 3	小麦粉等 6																																																								
メンチカツ	タマネギ等 10	パン粉等 12																																																								
やきそば	キャベツ 10	めん 15																																																								
中華ちまき	しいたけ 5	もち米 40																																																								
ジャガイモのきんぴら炒め	ごぼう 13	じゃがいも 60																																																								
ブルベリームース	ブルーベリー 5	砂糖 6																																																								
ストロベリームース	いちご 5	砂糖 6																																																								
白桃のジュレ	白桃 18	砂糖 7																																																								
合計	130	160																																																								
x と Y の組み合わせ	連立方程式																																																									
春巻き	$10X+10Y=130$	$X \div -24$																																																								
ぎょうざ	$X+5Y=160$	$Y \div 37$																																																								
ぎょうざ	$10X+3Y=130$	$X \div 7$																																																								
エビ	$5X+6Y=160$	$Y \div 21$																																																								
エビ	$3X+10Y=130$	$X \div 1 \text{ or } 3$																																																								
メンチ	$6X+12Y=160$	$Y \div 13 \text{ or } 12$																																																								
<p><準備物> プリント 写真</p>																																																										

プラン名	食生活と健康	指導タイプ	A-2	時間	50分												
中学校	3年	関連する教科等名	保健体育														
単元名	食生活と健康	実施時期	6月														
<p>1 ねらい 自分の毎日の食生活を見直し、食生活と健康のかかわりについて興味・関心を持たせる。</p> <p>2 食に関する指導の目標<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つける。</p> <p>3 指導の進め方</p> <p>① 指導場面 保健体育科「保健の単元」での指導</p> <p>② 指導内容 生涯にわたり健康な生活するには、中学生の時期からバランスのとれた食事をするのが大切であることを理解させる。</p> <p>③ 指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 本時は、指導タイプ（A-2）で、教科担任と栄養職員が指導する。 ・ 教科書にのっている資料とは別に、自分自身の一日の食事についても、記入させる。 ・ スナック菓子と、飲料水についても関心をもたせる。 ・ 中学生時期の栄養の取り方について比較し、さらに各家庭の食生活についても考えさせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 中学生のAさんの一日の食生活の問題点を考える。</td> <td>○ 教科書の資料を参考にしながらワークシートに記入させる。 ○ 自分の食生活を書かせる。</td> </tr> <tr> <td>② 毎日のエネルギーは、どのくらい考える。</td> <td>○ エネルギーバランスの式を使い、計算させる。</td> </tr> <tr> <td>③ スナック菓子を接種した場合のエネルギー消費について考える。</td> <td>○ 日頃口にしている、スナック菓子と飲み物について調べる ○ スナック菓子とエネルギー消費について、どれだけ運動すればよいかを調べさせる。</td> </tr> <tr> <td>④ 朝食を取らない生活について考える。</td> <td>○ エネルギーの取り過ぎについて調べさせる。 ○ 朝食を取らないと、体にどのような変化が起きるか、話し合いさせる。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 健康のために中学生の時期にどのような事に注意したらよいか考える。</td> <td>○ 自分の食生活を見直し、どのような改善点がみられるか考えさせる。 ○ 自分の家の食生活について、家庭に帰って話し合わせる。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・ワークシート ・自分の食生活、ある一日を書いたプリント ・家庭科の教科書、資料集</p>						主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 中学生のAさんの一日の食生活の問題点を考える。	○ 教科書の資料を参考にしながらワークシートに記入させる。 ○ 自分の食生活を書かせる。	② 毎日のエネルギーは、どのくらい考える。	○ エネルギーバランスの式を使い、計算させる。	③ スナック菓子を接種した場合のエネルギー消費について考える。	○ 日頃口にしている、スナック菓子と飲み物について調べる ○ スナック菓子とエネルギー消費について、どれだけ運動すればよいかを調べさせる。	④ 朝食を取らない生活について考える。	○ エネルギーの取り過ぎについて調べさせる。 ○ 朝食を取らないと、体にどのような変化が起きるか、話し合いさせる。	⑤ 健康のために中学生の時期にどのような事に注意したらよいか考える。	○ 自分の食生活を見直し、どのような改善点がみられるか考えさせる。 ○ 自分の家の食生活について、家庭に帰って話し合わせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点																
① 中学生のAさんの一日の食生活の問題点を考える。	○ 教科書の資料を参考にしながらワークシートに記入させる。 ○ 自分の食生活を書かせる。																
② 毎日のエネルギーは、どのくらい考える。	○ エネルギーバランスの式を使い、計算させる。																
③ スナック菓子を接種した場合のエネルギー消費について考える。	○ 日頃口にしている、スナック菓子と飲み物について調べる ○ スナック菓子とエネルギー消費について、どれだけ運動すればよいかを調べさせる。																
④ 朝食を取らない生活について考える。	○ エネルギーの取り過ぎについて調べさせる。 ○ 朝食を取らないと、体にどのような変化が起きるか、話し合いさせる。																
⑤ 健康のために中学生の時期にどのような事に注意したらよいか考える。	○ 自分の食生活を見直し、どのような改善点がみられるか考えさせる。 ○ 自分の家の食生活について、家庭に帰って話し合わせる。																

プラン名	郷土料理を紹介しよう		指導タイプ	B-1	時間	50分									
中学校	2年	関連する教科等名	英語												
単元名	NEW CROWN② ENGLISH SERIES LESSON4 Enjoy Sushi USE Write		実施時期	7月											
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日本の各地域の食文化について関心を高める。 ・There is [are]～. や動名詞を理解し、使う。 ・身近な地域の名所・名物を紹介する英文を書く。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <p>様々な郷土料理について簡単な英語を用いて紹介することを通して、食文化と自分の生活との関連を考えることができる。<食文化></p> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元のまとめの段階で指導する。</p> <p>②指導内容 Readのページには地域の特性を生かした様々な寿司が登場する。栃木県の郷土料理を挙げさせ、英語でどのように紹介するかを考えさせる。</p> <p>③指導方法の工夫 ・本時は、指導タイプ（B-1）で、教科担任が指導する。 ・郷土料理（しもつかれ、ちたけそば、湯波等）の写真や材料について説明し、興味を持たせる。</p> <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 栃木県（栃木市近辺）にはどんな特産物があるかを考える。</td> <td rowspan="2"> <ul style="list-style-type: none"> ・地域で作られている農産物、道の駅で販売されている農産物、給食のメニュー（イチゴ、ニラ、かன்பいょうを使った料理）をヒントに特産物を挙げさせる。 ・「初午の給食メニューになっているものは？」とヒントを与え、「しもつかれ」を挙げさせる。 </td> </tr> <tr> <td>② 郷土料理にはどんなものがあるかを考える。</td> </tr> <tr> <td>③ 写真を見ながら「しもつかれ」の原材料が何であるかを考える。</td> <td rowspan="3"> <ul style="list-style-type: none"> ・「しもつかれ」を例に原材料やレシピを紹介する上で必要な英語表現を記入したワークシートを配布し、表現方法のパターンを学ばせる。 ・3～5文程度の英文にまとめられるよう支援する。 </td> </tr> <tr> <td>④ 原材料やレシピを紹介する上で必要な英語表現を知る。</td> </tr> <tr> <td>⑤ 栃木県（栃木市近辺）の特産物や郷土料理を紹介する英文を書く。</td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物> ・「しもつかれ」の写真 ・「しもつかれ」のレシピ ・ワークシート</p>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 栃木県（栃木市近辺）にはどんな特産物があるかを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で作られている農産物、道の駅で販売されている農産物、給食のメニュー（イチゴ、ニラ、かன்பいょうを使った料理）をヒントに特産物を挙げさせる。 ・「初午の給食メニューになっているものは？」とヒントを与え、「しもつかれ」を挙げさせる。 	② 郷土料理にはどんなものがあるかを考える。	③ 写真を見ながら「しもつかれ」の原材料が何であるかを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・「しもつかれ」を例に原材料やレシピを紹介する上で必要な英語表現を記入したワークシートを配布し、表現方法のパターンを学ばせる。 ・3～5文程度の英文にまとめられるよう支援する。 	④ 原材料やレシピを紹介する上で必要な英語表現を知る。	⑤ 栃木県（栃木市近辺）の特産物や郷土料理を紹介する英文を書く。
主な学習内容と活動	指導上の留意点														
① 栃木県（栃木市近辺）にはどんな特産物があるかを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で作られている農産物、道の駅で販売されている農産物、給食のメニュー（イチゴ、ニラ、かன்பいょうを使った料理）をヒントに特産物を挙げさせる。 ・「初午の給食メニューになっているものは？」とヒントを与え、「しもつかれ」を挙げさせる。 														
② 郷土料理にはどんなものがあるかを考える。															
③ 写真を見ながら「しもつかれ」の原材料が何であるかを考える。	<ul style="list-style-type: none"> ・「しもつかれ」を例に原材料やレシピを紹介する上で必要な英語表現を記入したワークシートを配布し、表現方法のパターンを学ばせる。 ・3～5文程度の英文にまとめられるよう支援する。 														
④ 原材料やレシピを紹介する上で必要な英語表現を知る。															
⑤ 栃木県（栃木市近辺）の特産物や郷土料理を紹介する英文を書く。															

プラン名	中学生に必要な栄養	指導タイプ	A-1	時間	50分
中学校	3年	関連する教科等名	保健体育		
単元名	食生活と健康		実施時期	10月	

1 ねらい

食事摂取基準について知る。青少年の栄養の特徴について理解する。

2 食に関する指導の目標<視点>

中学生に多く必要なエネルギー・栄養素と食品群を関連づけて確認していくことで、自分の生活や将来の課題をみつけ、望ましい食習慣を理解することができる。<食事の重要性><心身の健康>

3 指導の進め方

① 指導場面

保健体育科「食生活と健康」についての学習において指導する。

② 指導内容

食品群別摂取量のめやすについて理解させる。

③ 指導方法の工夫

- ・本時は、指導タイプ（A-1）で、教科担任が指導する。
- ・身近でよく話題になるエネルギーについて興味・関心をもって取り組ませる。
- ・年齢や性別、活動量によってエネルギー量が違うことを理解させる。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
① 一般的な中学生の1日の食事例と成人の食事例を示し、違いに気づかせる。	・給食を含めた中学生の食事例と成人の食事例を2～3例示し、気づいたことを話し合わせる。
② 食事摂取基準について知る	・どの食事例が、健康を維持できるエネルギー量をグループで話し合わせる。
③ 年齢別、性別、身体活動レベル別に注目して整理する。	・食事摂取基準の意味や見方、単位について説明する。
④ 青少年（中学生）の特徴を考える。	・中学生に必要な栄養の特徴について関心をもち、自分の食事と関わらせる。
⑤ 夕食の献立を考えさせる。	・中学生に必要な栄養の特徴について理解させる。
	・1日の中学生のエネルギー量を考えながら、夕食の献立を考えさせる。
	・中学生に必要な栄養素を満たす献立になっているか、グループ毎に話し合わせる。
	・グループごとに発表させる。

<準備物>

・ワークシート ・給食の献立表 ・家庭科の教科書、資料集 ・電卓、色えんぴつ、マジック

プラン名	バランスのとれた食事と規則正しい食生活		指導タイプ	A-2	時間	50分
中学校	3年	関連する教科等名	保健体育			
単元名	食生活と健康		実施時期	10月		

1 ねらい

- ・健康の保持増進には、バランスのとれた食事や規則正しい食生活をするのが重要であることを理解する。
- ・自分の食生活を見直し、改善し実践しようとする意欲を持つ。

2 食に関する指導の目標<視点>

- ・規則正しい一日三度の栄養バランスのよい食事は、心身の成長の基本であることを理解する<心身の健康>
- ・食事は規則正しくとることが大切であり、特に、朝食をとることは心と体を活動できる状態にし、持てる力を十分発揮できるようになることを知る。
<食事の重要性>
- ・自分の食生活を見つめ直し、より良い食習慣を形成しようと努力する意欲を持つ。
<心身の健康>

3 指導の進め方

- ①指導場面
 - ・「健康な生活と病気の予防」(17時間扱い)の中の第3時に実施する。
- ②指導内容
 - ・ある中学生の食生活の事例を見て、その問題点や改善点についてグループで話し合ったことを発表する。自分の食生活を振り返り、問題点や課題を明確にする。
- ③指導方法の工夫
 - ・本時は、指導タイプ(A-2)で、教科担任と栄養職員が共同して指導する。
 - ・自分と同じ中学生の事例を提示することで、自分の問題点を理解しやすくし、改善しようという意欲を持てるようにする。
 - ・トッパスリートの食事の話を変えることで、興味を持たせる。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
① Aさんの食生活について問題点を考える。 ② 規則正しい食生活について知る。 ③ Aさんの食生活をどのように改善すればよいかを考える。 ④ 今日の学習をもとに自分の食生活を振り返り、改善しようとする意欲を持つ。	<ul style="list-style-type: none"> ・黒板に食事内容の絵カードをはり、問題点を見つけやすいようにする。 ・Aさんの食事エネルギーについてもふれ、中学生の必要量と比べさせる。 ・朝食の重要性について理解する。 ・夜食と朝食の関係、夜食の内容について知る。 ・バランスのとれた食事、規則正しい食生活の面から改善点を考えさせる。 ・自分の食生活を振り返り、問題点や今後の課題を明確にし、毎日の食生活を改善していく意欲を持たせる。

<準備物>

- ・教科書
- ・ワークシート

プラン名	菌類・細菌類の不思議		指導タイプ	B-1	時間	20分										
中学校	3年	関連する教科等名	理科													
単元名	自然界のつり合い		実施時期	1月												
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 発酵と腐敗の違いを理解し、多くの食品に菌類・細菌類が関わっていることを知る。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> 日本古来の味噌・醤油等のでき方を知り、自分の生活との関連を理解することができる。<食文化> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 単元の途中に発展学習として指導する。</p> <p>②指導内容 分解者である菌類・細菌類の働きを知り、遺骸を分解するだけが仕事ではなく、人間も分解者が分解した物を食べていることに気付かせる。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時は、指導タイプ（B-1）で教科担任が指導する。 学習してきた分解者の中の菌類・細菌類の拡大写真を用意し、何を作る働きを持つのか考えさせる。 チーズと腐った牛乳を並べて、違いを考えさせる。 <p>4 展開</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>主な学習内容と活動</th> <th>指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 菌類・細菌類の写真を黒板にはる。</td> <td rowspan="3"> <ul style="list-style-type: none"> 教科書に載っている写真以外にも多くの菌類・細菌類の写真を用意し黒板にはる。 食品の写真をはり結びつきを考えさせる。 </td> </tr> <tr> <td>② 提示した菌類・細菌類からできる食品の写真をはり、線で結ばせる。</td> </tr> <tr> <td>③ 正解を発表する。</td> </tr> <tr> <td>④ チーズと腐った牛乳を並べて違いを考え、発表する。</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> チーズと腐った牛乳を並べてにおいを嗅がせる。食べられる、食べられないを把握させる。 </td> </tr> <tr> <td>⑤ 分解者である菌類・細菌類にとって、発酵や腐敗はエネルギーを得るための営みであること知る。</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> 菌類・細菌類の働きについて確認する。 </td> </tr> </tbody> </table> <p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> クロカビ、アオカビ、乳酸菌、納豆菌、大腸菌、麹菌、酵母菌の写真 ペニシリン、ゴルゴンゾーラ、味噌、醤油、ヨーグルト、納豆、パンの写真 チーズ ・腐った牛乳 							主な学習内容と活動	指導上の留意点	① 菌類・細菌類の写真を黒板にはる。	<ul style="list-style-type: none"> 教科書に載っている写真以外にも多くの菌類・細菌類の写真を用意し黒板にはる。 食品の写真をはり結びつきを考えさせる。 	② 提示した菌類・細菌類からできる食品の写真をはり、線で結ばせる。	③ 正解を発表する。	④ チーズと腐った牛乳を並べて違いを考え、発表する。	<ul style="list-style-type: none"> チーズと腐った牛乳を並べてにおいを嗅がせる。食べられる、食べられないを把握させる。 	⑤ 分解者である菌類・細菌類にとって、発酵や腐敗はエネルギーを得るための営みであること知る。	<ul style="list-style-type: none"> 菌類・細菌類の働きについて確認する。
主な学習内容と活動	指導上の留意点															
① 菌類・細菌類の写真を黒板にはる。	<ul style="list-style-type: none"> 教科書に載っている写真以外にも多くの菌類・細菌類の写真を用意し黒板にはる。 食品の写真をはり結びつきを考えさせる。 															
② 提示した菌類・細菌類からできる食品の写真をはり、線で結ばせる。																
③ 正解を発表する。																
④ チーズと腐った牛乳を並べて違いを考え、発表する。	<ul style="list-style-type: none"> チーズと腐った牛乳を並べてにおいを嗅がせる。食べられる、食べられないを把握させる。 															
⑤ 分解者である菌類・細菌類にとって、発酵や腐敗はエネルギーを得るための営みであること知る。	<ul style="list-style-type: none"> 菌類・細菌類の働きについて確認する。 															

プラン名	バランスを考えて食事を整える		指導タイプ	A-1	時間	10時間
中学校	特別支援学級	関連する教科等名	生活単元学習			
単元名	手作り弁当を持って、ハイキングに出かけよう。		実施時期	5・6月		

1 ねらい

- ・食品と栄養素がわかる。
- ・バランスを考えて、弁当が作れる
- ・食品を選択し、1食分の食事を考えることができる。

2 食に関する指導の目標<視点>

自分の食生活を振り返り、栄養のバランスを考えることができる。
 <食事の重要性><食品の選択>

3 指導の進め方

- ①指導場面
生活単元学習の授業の中で、「食」の指導の一環として年間を通して行う。
- ②指導内容
冷凍食品が目立つ弁当やコンビニ弁当などを見直して、栄養バランスを考えさせる。また、食品選択の観点から手作りの弁当作りを通して、食事の整え方を体得させる。
- ③指導方法の工夫
 - ・本単元は、指導タイプ（A-1）で、特別支援学級担任が指導する。
 - ・実生活の中で、自分の食生活を振り返らせ、成長期であることや将来の自立のために必要な食に関する学習を、体験学習を多くして学べるよう工夫する。

4 展開

主な学習内容と活動	指導上の留意点
① 朝食調べや自分の弁当の中味の栄養価について考える。	・あか・みどり・きいろのシールを使って大体の栄養バランスをみられるようにする。
② 「給食の献立」を見て、あか・みどり・きいろの栄養について知る。	・毎朝、黒板に書かせ意識を高める。
③ あか・みどり・きいろの食品で、弁当のおかず等を調理実習する。	・1時間に一品ずつ3回の調理実習を行い、意欲を高める。 ・できるだけ菜園の野菜を使う。
④ ハイキング前日に、弁当の材料を収穫したり、買い物をさせて手作りの弁当の意味を考える。	・食品を選ぶ目、栄養バランス、安全性、楽しさなどについて話し合う。
⑤ 1時間で卵焼き、たこさんウインナー、おにぎり、(きゅうりの塩漬け・ミニトマト添)を完成する。	・弁当作りにおける注意点を考えさせたり、や朝食の整え方等にも反映させたりする。

<準備物>

- ・生徒の普段の弁当の写真
- ・栄養チェック表
- ・3色シール
- ・調理レシピ
- ・弁当箱

プラン名	楽しい会食とマナー		指導 タイプ	A-1	時間	45分				
中学校	特別支 援学級	関連する教科等名	生活単元学習							
単元名	「おいしいお茶」を入れよう		実施時期	12月						
<p>1 ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・正しいお茶の入れ方ができる。 ・お茶の飲み方を知る。 ・会食の喜びや楽しさを知る。 <p>2 食に関する指導の目標<視点></p> <ul style="list-style-type: none"> ・食生活のマナーや食事を通じた人間関係形成の能力を身につける。<社会性> <p>3 指導の進め方</p> <p>①指導場面 クリスマスや正月など家族や親戚あるいは友人などが集まるこの時期に生活単元学習の指導の中で中学生としてふさわしい能力や態度を身につけさせる。</p> <p>②指導内容 同年代や目上の人など異年齢の交流時に「食」の課題を通し適切な対応を学ぶ。</p> <p>③指導方法の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本単元は、指導タイプ（A-1）で、特別支援学級担任が指導する。 ・実生活で生かせることを念頭に、緑茶・紅茶・コーヒーなどを用意して指導する ・喫茶店形式で授業を展開し、店員になったり客になったりしながら楽しく行わせる。 <p>4 展開</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">主な学習内容と活動</th> <th style="width: 50%;">指導上の留意点</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>① 本時のめあてと準備・心構えを確認する。 (喫茶店の店員として、客として)</p> <p>② お客さんが来たら、外食経験を生かしたり練習したりした通りに接客する。。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>1. いらっしゃいませ 2. ご注文は何になさいますか。 3. 少々お待ちください。 4. お待たせしました。 ごゆっくりどうぞ。 5. ありがとうございます。 ございました。</p> </div> <p>③ できたことを伝え合う。</p> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ・店員や客としての振るまい方について気をつけることを確認する。 ・メニューを用意し、注文したり、確認したりすることができるようにする。 ・丁寧な言葉で注文を受けるように助言する。 ・レシピに従ってお茶を入れる時にはやけどしないように気をつける。 ・お茶やお菓子は、こぼさないように慎重に運ばせる。 ・店員役の場合は、接客の対応ができているか評価し、よいところを褒める。 ・客役の場合は、うまく注文が伝えられたか、会話が弾み、内容も適切であったか振り返らせる。 </td> </tr> </tbody> </table>							主な学習内容と活動	指導上の留意点	<p>① 本時のめあてと準備・心構えを確認する。 (喫茶店の店員として、客として)</p> <p>② お客さんが来たら、外食経験を生かしたり練習したりした通りに接客する。。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>1. いらっしゃいませ 2. ご注文は何になさいますか。 3. 少々お待ちください。 4. お待たせしました。 ごゆっくりどうぞ。 5. ありがとうございます。 ございました。</p> </div> <p>③ できたことを伝え合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・店員や客としての振るまい方について気をつけることを確認する。 ・メニューを用意し、注文したり、確認したりすることができるようにする。 ・丁寧な言葉で注文を受けるように助言する。 ・レシピに従ってお茶を入れる時にはやけどしないように気をつける。 ・お茶やお菓子は、こぼさないように慎重に運ばせる。 ・店員役の場合は、接客の対応ができているか評価し、よいところを褒める。 ・客役の場合は、うまく注文が伝えられたか、会話が弾み、内容も適切であったか振り返らせる。
主な学習内容と活動	指導上の留意点									
<p>① 本時のめあてと準備・心構えを確認する。 (喫茶店の店員として、客として)</p> <p>② お客さんが来たら、外食経験を生かしたり練習したりした通りに接客する。。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>1. いらっしゃいませ 2. ご注文は何になさいますか。 3. 少々お待ちください。 4. お待たせしました。 ごゆっくりどうぞ。 5. ありがとうございます。 ございました。</p> </div> <p>③ できたことを伝え合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・店員や客としての振るまい方について気をつけることを確認する。 ・メニューを用意し、注文したり、確認したりすることができるようにする。 ・丁寧な言葉で注文を受けるように助言する。 ・レシピに従ってお茶を入れる時にはやけどしないように気をつける。 ・お茶やお菓子は、こぼさないように慎重に運ばせる。 ・店員役の場合は、接客の対応ができているか評価し、よいところを褒める。 ・客役の場合は、うまく注文が伝えられたか、会話が弾み、内容も適切であったか振り返らせる。 									
<p><準備物></p> <ul style="list-style-type: none"> ・生徒の普段の弁当の写真 ・調理レシピ ・栄養チェック表 ・弁当箱 ・3色シール 										