

第1学年 生活科学習活動例

1 単元 こんなことみつけたよ

2 単元の目標

- 学校の施設・設備，学校を支える人々とのかわりについて自分なりに気づき，それらに対して愛着をもち，自分でできることはがんばってやろうとする。
- 学校には先生以外にも色々な人が働いていることに気付くことができる。

3 指導計画（9時間完了）

- がっこうをたんけんしよう（6時間）
- こんなことみつけたよ（3時間）本時（1／3）

4 本時の指導

（1）目 標

- 給食室の様子や，そこで働く人たちのことが分かる。
- 探検してきたことをどのようにみんなに伝えたらよいか分かる。

（2）食育の視点

給食をつくってくださっている人の苦勞に気づき，好き嫌いをせずに，何でも食べようという気持ちをもつ。

（3）指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
1 学校探検で見してきた場所や，働いている人について発表する。	・絵や文，写真などを掲示しどんな場所やどんな人がいたのかを思い出させる。
2 学校探検で見つけてきたことを自分なりの方法で発表する計画を立てる。	・学校探検で見つけた場所や，施設，働く人などについて，自分で好きな場所を決めて発表するようにさせる。
（1）給食室について先生の発表を聞く。 ・給食室で働く人の様子 ・給食室にある道具 ・給食の食材	・子どもにとって食べることは，一番興味のあることではあるが，給食室には入っていくことができないので，写真を使って道具や働いている人たちの服装を見せることで興味を持たせる。 ・教師の発表を聞くことで，発表の方法をつかませる
（2）発表を聞いて，思ったことやもっと知りたいこと感想など話し合い，学習カードに思ったことを書く。	・たくさんの食材や汗して働く人の様子から働くことの大変さに気づき，感謝の気持ちをもつことができる。
（3）自分の発表場所を決める	・発表を聞くことで，発表方法として絵や文，写真などを使うとよいことに気付かせる。
3 自分の計画に従って発表の準備を進める。	

第 2 学年 生活科学習活動例

1 単 元 やさいをそだてよう

2 単元の目標

- 自分たちが日頃食べている野菜に関心を持ち、自分たちの力で育てようとする。
- 野菜作りの楽しさや収穫の喜びを絵や文で記録したり、発表したりすることができる。

3 指導計画（12時間完了）

- 野菜を育てよう（7時間）
- 野菜のことを知ろう（1時間）本時（1／1）
- 野菜パーティーをしよう（4時間）

4 本時の指導

（1）目 標

野菜に興味をもち、健康を保つためには大切な食品であることを知り、進んで食べようとする態度を身に付けることができる。

（2）食育の視点

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

（3）指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
<p>1 育てている野菜や知っている野菜の名前を発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ミニトマト ・エダマメ ・オクラ ・さつまいも ・きゅうり ・かぼちゃ ・たまねぎ ・なす 	<ul style="list-style-type: none"> ・すでに収穫して、今は育てていない野菜や家でよく食べる野菜についても発表させる。 ・育てている野菜以外の名前も発表させる。
<p>2 野菜を食べることの大切さについて考える。</p> <p>（1）紙芝居（野菜を食べることの大切さを考えさせる内容のもの）を視聴する。</p> <p>（2）野菜は体内でどんな働きをするかを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・血液をさらさらにする。 ・おなかの調子をよくする。 ・かぜをひきにくい。 <p>（3）感想を発表し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・紙芝居や絵本などを読み聞かせ、野菜を食べることの大切さについて考えさせる。 ・野菜は体のためにどうはたらくか考えさせる。
<p>3 野菜の大切さについてまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・好き嫌いをしないで、野菜をモリモリ食べようとする意欲を高める。
<p>4 次時は、収穫する野菜を中心に野菜パーティーをする計画を立てることを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループごとにサラダ作りをすることを知らせる。

第3学年 道徳指導例

1 主題名 わたしたちのために [2-(4) 尊敬・感謝]

2 ねらい

日ごろお世話になっている人に、尊敬と感謝の気持ちをもって接していこうとする心情を育てる。

3 資料名

「おいしい給食を作る」

4 食育の視点

食物を大事にし、給食にかかわる人々に感謝する心をもつ。

5 指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
<p>1 給食のときのうれしいこと、楽しいことについて発表する。</p> <p>2 資料「おいしい給食を作る」を聞いて、栄養教諭や調理員さんの気持ちについて考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・献立を決めるとき、栄養教諭が考えた工夫したりしていること。 ・給食を作っているとき、給食調理員さんが考えていること。 ・残飯を処理しているときの気持ち。 ・栄養教諭や給食調理員さんが持っている願いなど。 <p>3 これからは、どんな気持ちで、給食を食べたらよいのか、またどんなことをがんばりたいか話し合う。</p> <p>4 教師の話聞く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート等があれば活用しながら話し合い、給食に対する関心を高める。 ・栄養のバランス、食材の工夫等、想像させて多く挙げられるようにする。 ・大きな鍋に見立てたたらいと木ベラ（調理室で使われている物）を用意し、かき混ぜさせて、調理員さんの気持ちを考えさせる。 ・残飯の量が悲しい気持ちの量にもなることなどを多様に感じられるようにする。 ・残飯がゴミとして処理されることを知らせ、食物が無駄になることに気付かせ、食物を大切にすることについても考えさせる。 ・学習シートに書くなどして深める。 ・今までの給食に対する考えや食べ方を振り返らせ、感謝の気持ちをもてるようにする。 ・作る人のことなどを考え、感謝の気持ちをもちながら給食を食べようとする意欲を高める。

栄養教諭の話

「おいしい給食をつくる」

わたしは、学校みんなに、いつも給食を残さず食べてほしいと思っています。そして、一番の願いは、みんなが元気で、心も体も健康になってくれることです。

ですから、給食の献立を考えると、みんなの笑顔を思い浮かべながら栄養のバランスや彩りなどを工夫しています。

また、おいしく食べてほしいと願い、献立には、春・夏・秋・冬の季節の食材をできるだけ取り入れています。お月見や七夕、クリスマスなどの行事のときには、お月見団子や七夕ゼリーといった行事食を加え、食文化を楽しんでもらえたらと思っています。

最近では、献立に、わたしたちが住んでいるふるさと（愛知県・知多地方）の食材もいろいろ取り入れています。作った人が分かり、安心して食べることができるからです。それとともに、ふるさとの良さも知ってほしいからです。

給食調理員の皆さんも、いつもみんながおいしそうに笑顔で食べている様子を思い浮かべながら給食を作っています。夏の暑い日も、冬の寒い日も、毎日朝早くから一生懸命みんなのために給食を作っています。

給食の後片付けのとき、おかずがたくさん残っていると悲しい気持ちにもなりますが、残さず食べられているときは、みんなが喜んで食べてくれたと思い、疲れも吹っ飛びます。明日も栄養のあるおいしい給食を作ろうというがんばりの気持ちがわいてくるのです。

第4学年 体育科学習指導例

1 単元 育ちゆく体とわたし

2 単元の目標

人の体と心の成長の様子を知り、その成長には栄養や運動、休養などが大切であることを理解する。

3 指導計画（4時間完了）

人の体の成長に大切なことについて考える。（2時間） 本時（2/2）

思春期の体や心の成長の様子を理解する。（2時間）

4 本時の指導

（1）目標

よりよい体の発育・発達のためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることがわかる。

（2）食育の視点

心身の健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方などを理解し、自ら管理していく力を身につける。

（3）指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
<p>1 給食の献立について考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・好きな献立について発表する。 ・嫌いな食材について発表する。 ・本時の学習課題について知る。 <p>2 3人の健康状態について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よく風邪を引きやすいA君 ・よく貧血をおこしたり骨折などをしたりするB君 ・いつも体がだるく、よくあくびがでるC君 <p>3 3人が元気な毎日を過ごすために大切なことは何かを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事、休養、運動を通して元気にしていく方法を話し合う。 <p>A君・・体の調子を整える食品を食べる。（食事）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・緑の食品群（野菜、果物）をとる。 よく運動し抵抗力をつける。（運動） <p>B君・・血や骨を作る食品を食べる。（食事）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・赤の食品群（小魚、牛乳など）をとる。 よく運動し骨を強くする（運動） <p>C君・・エネルギーになる食品を食べる（食事）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・黄色の食品群（ご飯、パンなど）をとる。 早く寝るようにする。（休養） <p>4 自分の生活を振り返り、バランスのとれた食事、適度な運動と休養・睡眠が実践できているかを確かめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一日の生活の中で改善したい時間や気をつけたいことなどについて発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・給食の献立や、食べることなどについての質問で本時の学習内容に興味・関心をもたせる。 ・自分の健康状態と比べて、類似点や相違点などがないかを考えるように示唆する。 ・例に出した3人の健康状態を、栄養・運動・休養の面から考えることができるような条件設定にした。 ・元気な毎日を過ごすためには、食事・運動・休養（睡眠）が最も大切であるということを、きちんと理解させる。 ・食事について、3つの食品群とそれぞれの食品名、またその役割は、前学年での既習事項であるが、説明の中で再度確認しながら進めていく。 ・運動について、日光とビタミンDの関係にもふれる。 ・朝食の大切さについて、具体例をあげて説明する。 ・事前に記入しておいた今の自分の生活リズムカードを見ながら、無駄な時間や不足しがちな時間などについての見直しをさせる。

第5学年 家庭科学習指導例

1 単 元 料理って楽しいね！おいしいね！

2 単元の目標

- 日常の食生活や調理に関心をもち、調理実習の進め方や、安全で衛生的な調理の仕方の基本が分かり、「ゆでる」調理と「いためる」調理ができる。
- 食品の体内でのはたらきが分かり、いろいろな食品を組み合わせることで食べることの必要性を理解する。

3 指導計画（12時間完了）

- 1日の食事を調べよう（2時間）本時（1／2）
- 簡単な調理をしよう（8時間）
- なぜ食べるのか考えよう（2時間）

4 本時の指導

（1）目 標

いつ、どんなものを食べているかをふり返り、食生活への興味・関心をもつ。

（2）食育の視点

自分がいつ、どんなものを誰と食べているのかをふり返ることにより、自分の食生活について意識をさせ、楽しい食事について考える。そのような活動を通して、食卓を囲んで楽しく食事をする心を育てる。

（3）指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
<p>1 食事調べのプリントと教科書を見ながら、気づいたことを話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・朝ご飯が遅い。 ・夕食はたくさん食べている。 ・家族全員で食べるのが少ない。 <p>2 楽しい食事について考える。</p> <p>（1） プリントに1日分の食事の中で楽しかった順位をつけ、自分なりの考えをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おいしかったから。 ・好きなメニューだったから。 ・大勢で食べたから。 <p>（2） 食事を楽しくするポイントをグループで話し合う。</p> <p>（3） 他のグループの意見を聞いて、楽しい食事について考える。</p> <p>3 楽しい食事と自分の家の食事を比べ、自分たちにもできることを見つける。</p> <p>（1） 自分のうちの食事を楽しくする方法を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分でおいしいご飯を作れるようになりたい。 <p>（2） 友だちの考えを聞き、次時の学習につなげていく。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に調査をさせておく。 ・家族構成や家庭の状況によって食事の仕方はさまざまであるので、配慮する。 <ul style="list-style-type: none"> ・プリントの順位のところと理由を記入させる。 ・困っている児童がいたら、声をかけ、自分の基準で選ばばよいことを話す。 <ul style="list-style-type: none"> ・生活グループを組ませ、自分が決めた順位と理由を発表させる。 ・グループでたくさん出た考えを代表に発表させる。 <ul style="list-style-type: none"> ・プリントに記入させる。 <ul style="list-style-type: none"> ・これからの学習への興味を引き出していけるようにする。

食事調べ

月 日 (曜日) 5年 () 組 () 番 (名前)

	食べた時刻	食べたもの	一緒に食べた人	順位	理由
朝ご飯					
昼ご飯					
おやつ					
夕ご飯					

★こんなことができるようになりたいな★

これからの学習で、できるようになりたいことを書きましょう。

第6学年 家庭科学習指導例

1 単元 まかせてね！きょうのごはん

2 単元の目標

食品を組み合わせ、家族が喜ぶおかずを工夫してつくったり、食品のえらび方やいろいろな調理の仕方を理解したりする。

3 指導計画（11時間完了）

食べ物の組み合わせを考えよう（2時間）

家族の喜ぶおかずをつくろう（7時間）

楽しい食事をくふうしよう（2時間） 本時（1/2）

4 本時の指導

（1）目標

我が家の自慢料理や地域の料理を調べることで、郷土料理に親しむ。

（2）食育の視点

地域によって特色のあるお雑煮をとりあげ、地域の食文化や日本の食文化を大切にすることを育てる。

（3）指導過程

学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 事 項
<p>1 お雑煮クイズをして、いろいろなお雑煮について興味をもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・岩手，東京，新潟，愛知，京都，香川，島根，長崎のお雑煮の写真を見ながら，そのお雑煮を食べる府県を当てる。 <p>2 全国のお雑煮の特徴を知り，郷土料理について学ぶ。</p> <p>（1）日本列島雑煮文化圏図を見て，地域によってお雑煮の特徴があることに気づく。</p> <p>（2）地域ごとに昔から作られてきた家庭料理のことを郷土料理ということを知り，愛知の郷土料理を発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・みそかつ，きしめん，ひつまぶし <p>（3）郷土料理に使われる材料について考え今の自分たちの家庭料理との違いを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・近くでとれたものを使っていない。 ・外国のものも輸入して使っている。 <p>3 これからの自分たちの食事について思ったことをまとめる。</p> <p>（1）地域の食材を使用することで，よいことや，困ることなどを考える。</p> <p>（2）プリントに自分の考えをまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・事前に自分の家のお雑煮について調査をさせておくことで，雑煮について興味をもたせておく。 ・食材の産地に注目をさせ，そのお雑煮を食べる府県を考えさせる。 <p>・餅の形，汁の味，具によって地域ごとの特徴があることを押さえる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ひつまぶし，きしめん，みそかつなど。 ・大府の郷土料理・・・木の山イモのはんぺん 切り干しだいこん <ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理は，地域の食材を使用し作られた料理であることをおさえ，そのことでよいこと，よくないことに注目させる。 ・地産地消，安全な食事などに考えが及ぶようにする。

日本列島雑煮文化圏図 http://www.konishi.co.jp/html/fujiyama/zouni/img/zouni_map.gif

定番雑煮 <http://rurubu.com/winter/ozoni/ozoni.asp>

郷土料理について考えてみよう

6年（ ）組（ ）番（名前 ）

○ お雑煮が地域ごとに特徴があるのはなぜだろう。

○ 郷土料理とは・・・

○ 愛知の郷土料理

○ 自分たちの食事について思ったこと考えたことを書きましょう。
