

研究の実際

1 学校給食を活かした授業づくりの工夫

(1) 「食」に関する年間指導計画の作成及び活用

「食に関する指導の目標」を基に、教科等の関連を図りながら「食」に関する年間指導計画（各学年）を作成し、活用した。

ア 「食」に関する年間指導計画の作成

各教科等における食の視点と給食の時間における「食に関する指導」や「給食指導」を関連させた。各教科等の指導に「食」の視点を当て、その他の教科や学校給食、体験活動と関連づけた。

食に関する指導の目標（特に 社会性）を達成するため、給食の時間の中に「給食指導」の内容を計画的に位置付け、指導に力を入れている。

安心・安全な給食作りの観点から、地産地消を推進した。一口メモを通して、子どもたちには地元の野菜等を紹介している。

家庭への情報発信の手段として、食育だより「元気っ子」を定期的に発行した。

「食」に関する年間指導計画（第6学年）

		4月	5月	6月	
各教科等における食に関する指導	国語	カレーライス	生き物はつながりの中に	学級討論会をしよう	
	社会	大昔の暮らし		武士の世の中	
	理科	ジャガイモを育てよう		植物とでんぷん	
	家庭科	生活を見直そう			
	体育・保健			病気の予防	
	総合的な学習の時間		長崎の文化や歴史について調べ		
	道徳	ジュゴンと共に生きたい			
特別活動	学級活動			どんな食べ方がいいのかな	
	委員会活動	「マスクをはめよう」「残食			
	食に関する主な学校行事等	歓迎遠足		食育月間 試食会・田植え	
学校給食	給食時間	食に関する指導	食べ物の働きを知ろう	朝ごはんを食べよう	おやつについて考えよう
		給食指導	給食の準備を上手にしよう	協力して後片付けをしよう	衛生的な食事をしよう
	献立作成の配慮	地場産物の利用	米・もち米 たけのこ・人参 ねぎ・きゅうり 大豆	米・もち米 人参・ねぎ キャベツ きゅうり すいか	米・もち米 じゃが芋・人参 玉ねぎ・キャベツ ねぎ・きゅうり エニシトマト とうもろこし すいか
		食育の日(19日)	水原・芦北地方	天草地方	合志市
家庭連帯・地域との連携・情報発信	食育だより(元気っ子)	栄養教諭	学校給食の目標	食育の日について	食育月間について
		学年・学級		2年	1年
		人材活用		大昔の暮らし	田植え

イ 「食」に関する年間指導計画の活用（例：第6学年）

各教科等の指導に「食」の視点を当て、学校給食、体験活動と関連づけた指導に取り組んだ。


「食」に関する年間指導計画（第6学年）

月	10月	11月	12月	1月
	やまなし（イーハトーブの夢）			
	戦争から平和への歩み			
		からだのつくりと働き		
		楽しい食事をくふうしよう		
			病気の予防	
		食の歴史や文化をさぐる		
		いただきます	ゆず	食べえびに
		食文化をのぞいてみよう		
	「後片付けをきちんとしよう」（給食）			
（体育）			インフルエンザの予防（保健）	
（保健）	目の愛護（保健）			
委員会	稲刈り			給食の学
とり方	目によい食べ物を	歯の健康に	寒さに負けない	日本食を
しよう	べ物を知る	よい食べ物を	ない食事を	をみ
		知ろう	しよう	
マナー	時間を考え	よくかんで	なんでも	感謝
つけよう	食べよう	食べよう	食べよう	食べ
ぬぎ	米・なす	米・もち米	米・もち米	米・も
なす	きゅうり	ぎ・きゅうり	ねぎ・うり	ねぎ・き
しそ	里芋	豆・白菜	大豆・	里芋・
峰		里芋	ほうれん草	かぶ・
		キャベツ・大根	ほうれん草	ほうれ
		モ	キャベツ・大根	大豆・黒

理科における視点

食事がどのように養分として体に吸収されるか、消化と吸収の仕組みを知り、食事の重要性が分かる。


「よくかむ」ことの大切さを「消化と吸収」を通して理解し、給食時間への実践につなぐ。



家庭科における視点


給食の献立は、栄養バランスのとれた一食分の食事であることが分かる。

学校給食の献立を生かして、一食分の献立を考え、調理実習や家庭への実践につなぐ。



総合的な学習の時間における視点


昔の道具から米作りの様子や人々の知恵を知り、日本の食文化や食への感謝にふれ、次の学習へとつなぐ。



体験活動との関連

「米づくり体験」を総合的な学習の時間や社会科の学習へつなぎ、日本の食文化等への興味・関心を高める。


収穫した米を給食で味わい、日本の食文化や食への感謝、地産地消、安心・安全等、「食」に対する関心を高める。



保健指導との関連

11月8日の「いい歯の日」に合わせて、11月は『「食」と「歯の健康」』の視点で目標を設定し、保健指導とつなぐ。

低学年	かむことの大切さを知る。
中学年	よくかんで食べると健康によいことを知る。
高学年	よくかんで食べる習慣を身につける。



(2) 「学級活動」における学習過程の工夫

学級活動の活動内容では、「(2) 日常の生活や学習への適応及び健康安全」に、食育の充実に資する観点から「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」が新たに加えられた。つまり、学級活動の特質を踏まえ、学級活動においても食育の推進が求められている。『小学校学習指導要領解説(特別活動編 平成20年8月 文部科学省)』によると、『「(2) 日常の生活や学習への適応及び健康安全」は、集団での話し合いを通して、個人の目標を自己決定し、個人で実践する児童の自主的、実践的な活動を特質としている。』と明記されている。

そこで、一連(事前 本時 事後)の活動過程を踏まえた学級活動を生かした「食」に関する授業づくりに取り組んだ。

学級活動の活動過程

活動内容	
事前	・授業において取り上げる問題について自分の現状について考えたり、学級の現状を調べたりして、問題意識をもつ。
本時	○深め合う場 ・集団思考を生かして、個人目標の自己決定をする。
事後	○振り返る場 ・自己決定したことを基に、個人として努力し、目標の実現を目指す。 ・努力の成果について振り返り、自己評価をする。
評価	・自己評価をもとに自主的・実践的な態度を評価する

事前調査で実態を調査し、課題を把握する。

- ①あなたは、ごはんとおかずをかわりばんこに食べていますか
かわりばんこにたべている(7名) ごはんが先になくなりおかずがのこる(8名)
おかずが先になくなりごはんがのこる(2名)
- ②あなたの牛乳の飲み方はどれに近いですか
はじめに全部飲む(2名) 最後に全部飲む(2名)
ごはん、おかずを食べながら飲む(13名)
- ③家で食事の時に注意されることはどんなことですか(複数回答)
あとかたづけ(11名) しせい(10名) 茶碗やお碗を持つ(9名)
好き嫌いをなく食べる(8名) 茶碗や皿にごはんつぶなどの食べ物を残さない(8名)
箸、スプーンの持ち方(6名) あいさつ(5名) 静かに食べる(4名)
ごはんとおかずを交互に食べる(2名) よくかんで食べる(1名)
注意されない(1名)

<子どもへの実態調査例(1年)より>

実践カードを生かし、意欲をもたせ、達成感を味わわせる。

実践のよさを知り、自信を深め、これからの実践の向上に生かすなど、子どもの活動意欲を喚起するような評価をする。

がんばることができたかな? いろをぬりましょう。

でもがんばったあか (がんばった) さいろ (もうすこし) あお

10にち (とおか) 11にち 14にち 15にち 16にち (じゅうよつか)

「しゅうかんががんばってみてどうでしたか?」

よくできた (笑顔) できた (微笑) もうすこし (悲顔)

せんせいから
「こたえをもと、しんを
かけて、さいごまでたべよ
とがんばりました。」

おうちのひとから
「給食のお話を聞いてから、家でも
なるべく野菜をつまもり、給食にでて
きつなメニューにはしりと工夫して
おいしくしているところを
すしづつでも食べられるようになっては
きているみたいなの、お母さん
がんばってほしいですわ。」

<実践カード(1年生)より>

本時の活動は、自らの課題の状況を明らかにし、課題を解決するための方法や内容などを決める学習過程で行った。

学習過程	学習の流れ	指導上の留意点
<p>つかむ</p> <p>↓</p> <p>深める</p> <p>↓</p> <p>決める</p>	<p>自分の課題として、一人一人がとらえる。</p> <p>解決方法や対処の仕方などを共に考える。</p> <p>自分の目標や解決するための方法などを決める。</p> <p>実践に向けて意欲をもつ。</p>	<h2 style="text-align: center;">指導上の留意点</h2> <p>自分や学級の現状をみつめ、課題意識をもたせる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">実態調査を生かして</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">給食の献立を生かして</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">栄養教諭や養護教諭の専門性を生かして</div> </div> <p>課題を解決するための方法等を考えさせる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">ひとりで考える</div>  </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">給食の時間を生かして</div>  </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">栄養教諭や養護教諭の専門性を生かして</div>  </div> <p>めあてを決めさせる。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center;">みんなで考える</div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px; width: fit-content;"> <p>私は、給食の先生たちが、いっしょうけんめい作ってくれるから、がんばって食べます</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%; text-align: center; margin-top: 10px;">めあてを決めて、実践カードに書く</div>  <p>励ましの言葉をかける。 実践カードに励ましの言葉を書く。</p>

(3) 人材活用の工夫

専門的知識をもった人材を活かすことで、子どもの知識・理解を深め、教育効果を高める授業づくりに取り組んだ。

ア 栄養教諭・養護教諭の専門性を活かした指導

「食」についての知識や感謝の心等を効果的に育むために、栄養教諭や養護教諭の専門性を活かした指導に取り組んだ。

赤・黄・緑のはたらきを理解する場



なんでもたべよう
(1年 学級活動)

「赤・黄・緑のげんき
っず」に変身し、それ
ぞれのはたらきを理解させた。

食べ物への感謝をもつ場



いただきます
(2年 道徳)

食べ物の「いのち」
をもらって生きてい
ることに気づかせた。
そして、「いただきます」の意味を考えた。

バランスのよい食事を理解する場

食べ物のなかまを知ろう
(3年 学級活動)



給食の献立を生かし、
給食に使われている食
材を探した。給食には、
バランスよく赤・黄・
緑の食品が使われており、体によい食事だ
ることを理解させた。

かむことのよさにせまる場



かむことのひみつ
(4年 学級活動)

サーモグラフィーを
使って、かみごたえの
違いで顔の温度に変化があることを理解さ
せた。

朝ごはんを食べることのよさを知る

朝ごはんについて考えよう
(4年 学級活動)



朝ごはんを食べると「頭
のスイッチ」「体のスイッ
チ」「うんちのスイッチ」
が入ることを養護教諭が
指導した。よりよい朝食の内容については、
栄養教諭が指導した。

多くの食品を食べることのよさを知る場

すくすく育て わたしの体
(4年 体育科〈保健〉)



給食の献立を使っ
て、給食の食材を探
し、給食には多くの
食品が使われている
ことに気づかせた。特に、成長期に必要な
「たんぱく質・カルシウム・ビタミン」の
はたらきについて理解させた。

栄養のバランスに気づく場



野菜サラダをつくろう (5年 家庭科)

給食の献立の栄養バランスをグラフで表し、サラダを献立に加えることで、栄養のバランスがよくなることに気づかせた。

地産地消、安心・安全を考える場

食料生産にかかわる人々 (5年 社会科)



食料自給率が問題になっている今日、「給食の食材には、国産品がたくさん使われていること」「地産地消を考えて献立が作られ、安全・安心な食事であること」を気づかせた。



イ 歯科医との連携

4年生の学級活動「かむことのひみつ」では、歯科医・歯科衛生士と一緒に授業に取り組んだ。歯科医が事前に学級の実態をつかみ、子どもたちの疑問に答えながら指導に当たったことで、子どもたちの「かむことのよさや大切さ」についての知識が深まった。

(4) 評価の工夫<実践カードの活用>

学級活動において、自分のめあてをもち生活の中で実践していこうとする力を育てるために、「実践カード」を作り活用することにした。

学級だよりを通して家庭に協力をお願いしたり、給食の時間を実践の場としたりして、実践意欲の向上を図った。

一人一人がカードに書き込むことで、実践の結果を自分でふり返り、達成感や充実感を味わうことができた。子どもたちの中には、家族や担任からの言葉を何度も読み返し、自信をつけた子どももい

かむことのよさの知識を深める場

かむことのひみつ (4年 国語・学級活動)



なぜ、かむと・・・

実践カード

※シートの活用(工夫・改善に向けて)

○個人カード 学級カード 班カード等も考えられます。

(例) 題材名

年 組 番

児童の名前

決意文

★決意文の欄(授業の自己決定の場で書かせる)

※いつ、何を、どのように等 より具体的に決意文を書かせる

実践

★実践記録の欄

※自己決定したことを基に、個人として努力し、目標の実現を目指すために一週間分の実践カードとして活用できるように工夫する。

自己評価

★児童自らが努力の成果を振り返り、自己評価する欄

※児童自らが、努力の成果を振り返り、継続したり、さらなる目標がもてるように学年や児童の実態に合わせて工夫する。

家庭から

★家庭と連携し、児童の努力を家庭で評価してもらう欄

※家庭と連携して取り組めるように手だてを工夫したり、児童の実践期間中の様子がわかったり、家庭から感想等が頂けるように工夫する。

教師の評価

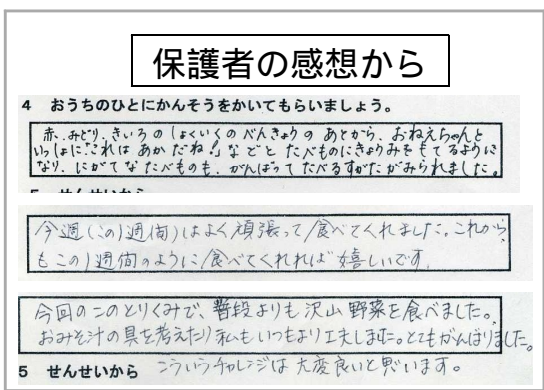
★教師の評価の欄

※児童の努力の成果や振り返りを評価できるように工夫する

○大きさは、A4 1枚におさまるように

た。また、自分でカードを作り、実践を継続する子どもも出てきた。実践カードに「自己のめあて」「一週間の実践」「自己評価（感想）」「保護者の感想」を書く欄を設けたことで、家庭とも一緒に「食」について考える取組となった。

保護者からは、「これは、緑だねと言って食べました」「赤、黄、緑を意識して食べました」等の感想が寄せられ、めあてをもって実践する子どもの姿を、家庭で温かく見守り励まし応援する様子が伝わってきた。家庭での励ましや応援が子どもたちの意欲につながってきている。



(5) 体験活動と関連づけた取組の工夫

体験活動をすることで、学習意欲の向上を図り、得た知識をより確かなものにした。

見て、触って、におって、聞いて、味わう
～ 1・2年生 生活科の取組より～

生活科で、1年生はとうもろこしの皮むき、2年生はグリーンピースのさやむきを体験した。

食材はその日の学校給食に使われる。子どもたちは、食材に触れ作業することで、食への興味・関心が高まった。また、この体験は、国語や図工の指導にも生かされている。

植えて、育てて、収穫して、味わう
～ 3年から6年、特別支援の取組より～

3～6年生は、田植えから稲刈りまでの「米作り」を経験する。3年生は「大豆作り」にも挑戦している。収穫した食材は給食に使用し、食に対する関心が高まった。

あすなる学級（特別支援学級）の生活単元学習では、四季折々の野菜づくりに挑戦した。種から育て、成長を観察しながら、収穫し、味わう体験活動に取り組んだ。食材を通して、学校給食に興味をもち、食に関心が高まってきた。

(6) 「食」に視点を当てた保健指導

保健指導では、「体について知り、自分の健康は自分で守ろうとする子ども」の育成を目指して、計画的に日常指導を進めている。「おやつの食べ方」「かむことの大切さ」「わたしの体」「生活習慣病と食生活」「食べ



物のはたらき」「望ましい食習慣」等、子どもの実態等に合わせて、「食」に視点を当てた指導は、教科等の学習や給食の時間、給食の月目標の内容等につながり、子どもたちの知識・理解が深まった。

(7) 健康な生活に向けての一斉指導

終業式の健康指導では、養護教諭と栄養教諭が連携を図り指導を行ってきた。「夏休みの水分補給について」「おやつを食べ方(塩分)」「生活リズム(早寝・早起き・朝ごはん)」「食事と運動について」等を指導してきた。水分補給の必要性、塩分と健康、生活のリズム(食事と運動のバランス等)の大切さ等を養護教諭が指導し、水分のとり方、おやつに含まれる塩分量、具体的な食事の取り方については栄養教諭が指導をした。

長期の休みを健康に過ごすための食生活の仕方を考える場となった。

2 給食の時間を要とした取組の工夫

(1) 給食指導の充実

ア 給食の時間の指導

(ア) 給食指導の体制づくり

全職員で共通認識をもって給食指導を行うために、「給食常時指導計画(給食の時間の指導)」を作成した。準備(20分)・食事(20分)・後片付け(10分)等の時間、給食当番と当番以外の子どもの活動内容、指導者(担任、担任外)の指導事項等を明記し、共通実践事項を確認し合った。

(イ) 給食の時間の共通実践

月目標に合わせて、低学年、中学年、高学年別に給食指導目標を設定している。「実践」「月末評価」「実践の見直し」で給食の時間の指導の充実を図っている。

(ウ) 月の給食目標の資料づくり

資料を作り、給食の時間の指導に活用した。資料づくりでは、目標だけでなく目標に向けて努力すると体のためにどんないいことがあるかについても掲載することで、「食」に関する知識を深めていくことができるようにした。

(エ) 給食の時間の振り返り



< 保健指導 >

~ かむことと健康 ~



< 水分補給の必要性 >



< 生活リズムと健康 >

