

新しい食育

II

小学校 中学校

給食時間の指導

指導展開例

給食指導 食に関する指導 教科等と連携した指導



令和元年度

給食指導

食に関する指導

小学校 中学校

健康
食習慣
人間関係

国語 生活
理科 家庭
社会 体育



公益社団法人 全国学校栄養士協議会

目 次

活用にあたって	5
食育カリキュラムプラン 給食指導（全学年） 食に関する指導（小学校）	6
食育カリキュラムプラン 食に関する指導（中学校）	7
給食時間における指導と教科学習を絡めて	8
1 作成の考え方と手順	
2 学校全体が取り組む仕組みを	
3 教科との絡ませ方	
給食指導の指導展開例の見方	12
給食の時間における食に関する指導の指導展開例の見方	13
【給食指導 指導展開例】	
給食の約束を知ろう（食事環境）	14
給食の約束を知ろう（身支度）	15
給食の約束を知ろう（配食）	16
給食の約束を知ろう（片付け②）	17
【食に関する指導 指導展開例】	
小学校 低学年	
健康 牛乳について知ろう	18
健康 食べ物を大切にしよう	19
給食指導 食に関する指導 給食時間を振り返ろう（低学年）	20
小学校 中学年	
人間関係 食育月間について知ろう	21
健康 かみごたえのあるものを食べよう	22
食習慣 魚の食べ方を知ろう	23
給食指導 食に関する指導 給食時間を振り返ろう（中学年）	24
小学校 高学年	
健康 米について知ろう	25
健康 かぜ予防によい食事について知ろう	26
食習慣 食生活について考えよう	27
給食指導 食に関する指導 給食時間を振り返ろう（高学年）	28

【食に関する指導 指導展開例】

中学校

健康	「牛乳の日」を知ろう	29
人間関係	楽しい給食の時間の過ごし方	30
食習慣	生活のリズムを整えよう	31
人間関係	会食の場にふさわしいマナー	32
給食指導	食に関する指導 給食時間を振り返ろう（中学校）	33

食育カリキュラムプラン	教科等と連携した給食の時間の指導（小学校・中学校）	34
-------------	---------------------------	----

教科等と連携した給食の時間の指導例の見方		35
----------------------	--	----

【教科等と連携した指導例】

小学校 1 年

国語	おはなしをよもう「サラダでげんき（おはなし）」	36
----	-------------------------	----

小学校 2 年

生活	「大きくなあれわたしの野さい」	37
----	-----------------	----

小学校 3 年

理科	植物のからだのつくりとはたらき「ぐんぐんのびろ」	38
----	--------------------------	----

小学校 4 年

国語	くらしの中にある「和」と「洋」を調べよう 「くらしの中の和と洋」	39
----	-------------------------------------	----

体育	育ちゆく体とわたし「よりよく育つための生活」	40
----	------------------------	----

小学校 5 年

社会	わたしたちの生活と食料生産「くらしを支える食料生産」	41
----	----------------------------	----

家庭	食べて元気に「ご飯とみそ汁を作ろう」	42
----	--------------------	----

小学校 6 年

社会	日本の歴史「長く続いた戦争と人々のくらし」	43
----	-----------------------	----

社会	世界の中の日本「日本とつながりの深い国々」	44
----	-----------------------	----

家庭	まかせてね今日の食事「1食分の献立を工夫しよう」	45
----	--------------------------	----

中学校 1 年

技術・家庭	私たちの食生活「バランスの良い食事について考えよう」	46
-------	----------------------------	----

中学校 2 年

理科	消化と吸収「食物の消化と栄養分の吸収」	47
----	---------------------	----

技術・家庭	調理と食文化「地域の食材を生かした調理をしよう」	48
-------	--------------------------	----

食育カリキュラムプラン 給食時間の指導

★給食指導（小学校・中学校 全学年）

（給食時間の前後に指導時間を設定するとよい）

全小 学・ 年中	給食の約束を知ろう（手洗い）	手の洗い方を知り、衛生に配慮して食べよう
	給食の約束を知ろう（配膳）	みんなで協力して配膳をしよう
	給食の約束を知ろう（食器の並べ方）	食器を正しく並べて食事をしよう
	給食の約束を知ろう（食べ方のマナー）	マナーを守って楽しく食べよう
	給食の約束を知ろう（片付け）	給食の正しい片付け方をしよう
	給食の約束を知ろう（食事環境）	みんなで協力して、食事の環境を整えよう
	給食の約束を知ろう（身支度）	給食当番にふさわしい身支度をしよう
	給食の約束を知ろう（配食）	衛生的な盛り付けをしよう
	給食の約束を知ろう（片付け②）	環境や資源に配慮して片付けをしよう

食育カリキュラムプラン 給食時間の指導

★食に関する指導（小学校）

	領域	1学期	2学期	3学期
低学 年	健康	よくかんで食べよう		
	健康	給食に出る野菜を知ろう		
	健康	牛乳について知ろう		食べ物を大切にしよう
	食習慣		正しいはしの持ち方を知ろう	食事のあいさつの意味を知ろう
	人間 関係	給食について知ろう		
中学 年	健康	食べ物の3つの働きを知ろう	食品について知ろう（大豆）	
	健康	歯によい食べ物を知ろう	かみ応えのある食べ物を食べよう	主食・主菜・副菜・汁物を組み合わせよう
	食習慣		はしの使い方を知ろう	郷土料理を知ろう
	食習慣		魚の食べ方を知ろう	
	人間 関係	食育月間について知ろう	地産地消を知ろう	

高学年	健康	よくかむことの大切さを知ろう	旬の食べ物のよさを知ろう	かぜ予防によい食事について知ろう
	健康		五大栄養素について知ろう	
	健康		米について知ろう	
	食習慣		薄味に慣れよう	食生活について考えよう
	人間関係		世界の食事について知ろう	会食のマナー

全小・学・年・中	全国学校給食週間について知ろう	給食の歴史を知り、食べ物を大切にしよう
----------	-----------------	---------------------

食育カリキュラムプラン 給食時間の指導 ★食に関する指導（中学校）

	領域	1学期	2学期	3学期
中学生	健康	成長期に欠かせない栄養	生活習慣病の予防	生涯の健康
	健康	スポーツパフォーマンスを高めるための食事		自分に必要な量を食べよう
	健康	「牛乳の日」を知ろう		
	食習慣	熱中症対策の水分補給をしよう	行事食の由来	食品ロス削減を考えよう
	食習慣		生活リズムを整えよう	
	人間関係		地場産物のよさを知ろう	
	人間関係	楽しい給食時間の過ごし方	日本の食文化	会食の場にふさわしいマナー

健康	健康によい食事のとり方
食習慣	望ましい食習慣の形成を図ることの大切さ
人間関係	食事を通して人間関係をよりよくすることのよさや意義

給食指導 食に関する指導（小学校・中学校 全学年）

全小・学・年・中	給食時間を振り返ろう
----------	------------

※給食時間の前後に指導時間を設定する 指導展開例

題材名 環境や資源に配慮して片付けをしよう

導入

片付け方を確認しましょう。

- 給食の食べ残しの片付け方を確認させる。
- 市でのごみの分別について知らせる。

展開

分別する理由を考えましょう。

- 海にプラスチックごみが浮いている写真を見せて考えさせる。
- 持続可能な社会に向けた取り組みについて知らせる。
循環型社会 自然共生社会 低炭素社会
- 3Rについて説明する。
むだをなくす もう一度生かす 資源として使えるようにする

終末

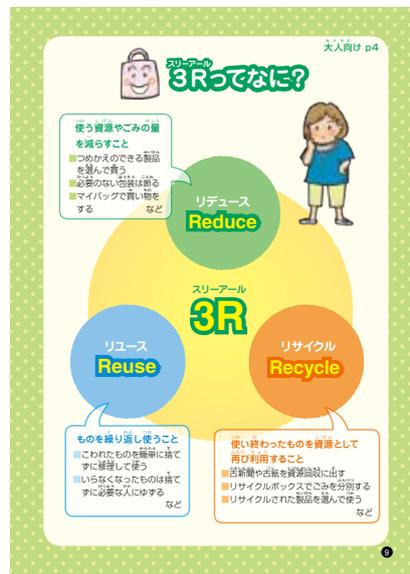
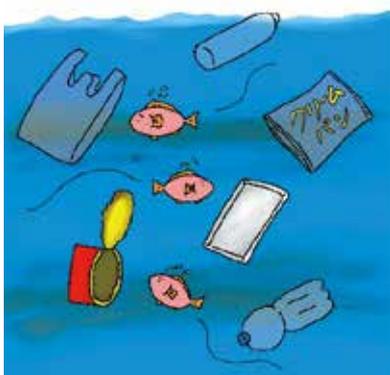
給食の約束を守り、給食の片付けをしましょう。

- 環境や資源の事を考えた片付けをする。

評価

環境や資源に配慮して片付けをする。

資料

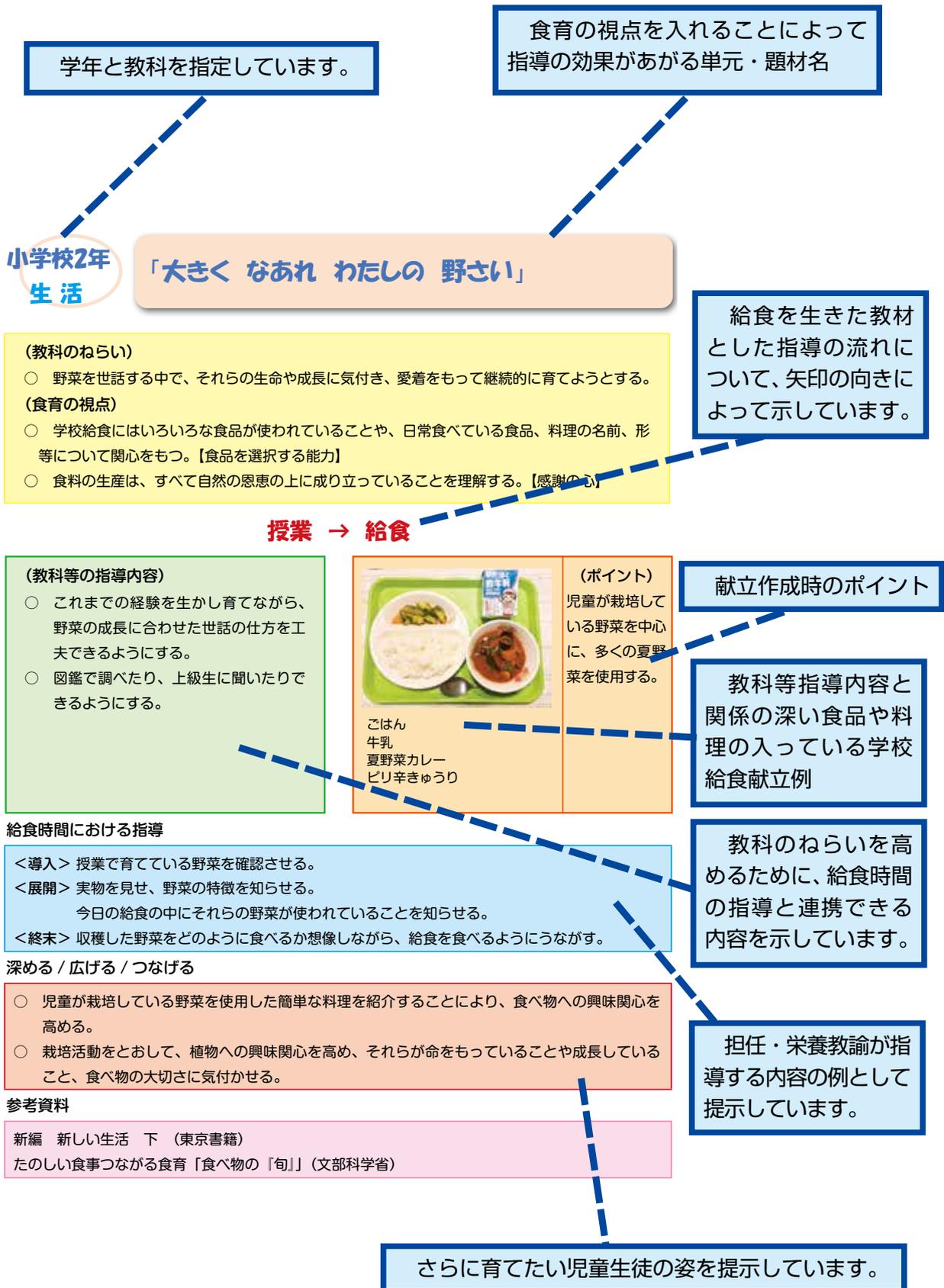


環境省 3Rまなびあいブック（こども向け9P）より

学年に応じた指導方法例

- 低学年** 給食の片付けの約束を知らせ、約束を守って片付けさせる。
- 中学年** 片付けをする時に、環境を考えて進んで分別等ができるようにさせる。
- 高学年** 給食以外でも環境に配慮したり資源のことを意識したりする片付け方をさせる。
- 中学生** 環境や資源を配慮した活動が進んでできるように考えさせる。

教科等と連携した給食時間の指導例の見方



(教科のねらい)

- 消化や呼吸についての観察や実験などを行い、動物の体が必要な物質を取り入れて運搬をしている仕組みを観察し、実験の結果などに関連付けて理解する。

(食育の視点)

- 食物の消化と栄養分の吸収の仕組みについて知り、毎日の食べ物が体をつくるもとになっていることを理解する。【心身の健康】

授業 → 給食

(教科等の指導内容)

- 食物には、どのような栄養分が含まれているかを理解する。
デンプン タンパク質 脂肪
- 食物はどのようにして、消化されるのかを理解する。



チキンカツ丼
牛乳
実だくさん汁
みかん

(ポイント)

炭水化物・たんぱく質・脂肪が含まれる食品が分かりやすい献立にする。

給食時間における指導

- <導入> 食品は、体内でどのような働きをするのか給食で振り返らせる。
- <展開> 消化吸収をよくするには、給食のように色々な食品を組み合わせる食べることが大切であることを気付かせる。
- <終末> 今日の給食には、これらの栄養素がすべて含まれていることが分かり、食品を確認して食べるようにうながす。

深める / 広げる / つなげる

- 食べ物の消化吸収について学習する際、食品に含まれる栄養素は体内でどのような働きを行うのかを給食献立で確かめさせる。
- 食べた物が体内の器官でどのように消化吸収されて、どのような働きを行うのかを具体的に振り返らせる。

参考資料

新版 理科の世界 2 (大日本図書)
食に関する指導の手引—第二次改訂版— (文部科学省)