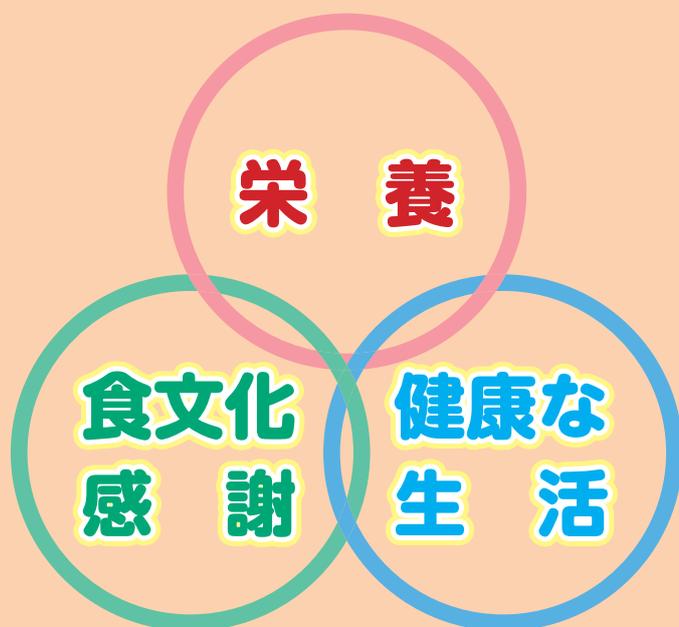


新しい食育 小学校Ⅱ

食育カリキュラムプランと 指導展開例

授業アイデア例

平成28年度



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 ～食に関する指導の充実と定着を図る～	5
食育カリキュラムプラン（小学校）	6・7
授業力のスキルアップを図るために	
子どもの身体生を生かして主体的な学びをつくる	8
授業は内容と活動でできている	
ワークショップ的活動を取り入れる	
子どもと子どもをつなぐ	
子どもが子どもから学ぶペア学習、グループ学習	
子どもが主体的・能動的に学ぶ授業の構想	10
カリキュラム・マネジメント	
みんなで見直す	
授業の構想	
子どもを主体的な学び手にする授業の技	11
意味あることを繰り返す	
子どもを待つこと	
子どもとつながる	
子どもが動き出す工夫	
導入で引きつける	
知っている先生とこれから知る子ども	
子どもの主体的な学びを引き出す教師の話し方	13
指導言を磨く	
発問はねらいに即して	
指示は短い言葉で	
説明では振り返りを大切に	
子どもをほめる	
子どもに返す	
評価言を使う	
子どもの主体的な学びを支える授業評価	15
評価は目標の裏返し	
学習評価の種類を使い分ける	
授業中に評価する	
次の授業に生かす	
指導案を改善する	
わかりやすい学習指導案の書き方	18・19 20・21

授業アイデア例の見方	22・23
------------	-------

指導展開例【授業アイデア例】

小学1年

【領域】

なんでも食べよう	健康な生活	24・25
朝ごはんを食べよう	健康な生活	26・27
食事のマナーを知ろう	食文化・感謝	28・29

小学2年

牛乳ってすごいね	栄養（食品）	30・31
よくかんで食べよう	健康な生活	32・33
はしの正しい持ち方を知ろう	食文化・感謝	34・35

小学3年

食べ物の3つのはたらきを知ろう	栄養	36・37
生活リズムを整えよう	健康な生活	38・39
地域の食材を見つけよう	食文化・感謝	40・41

小学4年

主食・主菜・副菜を知ろう	栄養	42・43
おやつについて知ろう	健康な生活	44・45
はし名人になろう	食文化・感謝	46・47

小学5年

1日にとりたい野菜の量を知ろう	栄養（食品）	48・49
水分補給の大切さを知ろう	健康な生活	50・51
和食のよさを知ろう	食文化・感謝	52・53

小学6年

栄養バランスのとれた弁当をつくろう	栄養	54・55
生活習慣病を予防しよう	健康な生活	56・57
栄養バランスのとれた朝ごはんをつくろう	健康な生活	58・59
食糧問題について考えよう	食文化・感謝	60・61

●● 授業力のスキルアップを図るために ●●

武庫川女子大学文学部教育学科専任講師 藤本 勇二 先生

子どもの身体性を生かして主体的な学びをつくる

授業は内容と活動でできている

内容は、その授業で教える知識やものの見方を指します。調理や話し合いなどを活動と呼びます。価値ある内容の実現に適した活動を通して、子どもにとっても意味のあるものとするのが教材単元、算数や国語などです。一方で、活動を通して内容に至る、この流れになることが多いのが経験単元、生活科や総合的な学習の時間です。

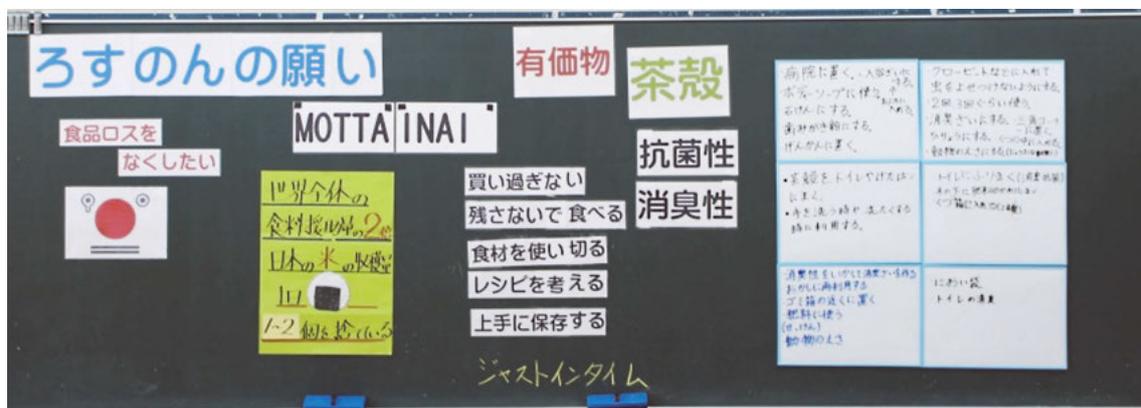
具体的に考えてみます。「たこ焼きがなくなる日」という授業を構想したときに小学5年社会科の食料自給率の内容を実現するためには、子どもがやりたくなるような活動が必要となりました。そこで、現在の自給率の現状のままで、たこ焼きを作ったらどんなたこ焼きになるんだろう、と思いました。たこ焼きの材料の自給率をもとに、たこ焼きを考えると活動が生まれたのです。教材単元的なアプローチです。

一方、「ろすのんの願い」の授業では、「ろすのん」というキャラクターがスタートでした。子どもたちの関心を引きつけるキャラクターの絵解きをするという活動をどんな教科・内容で実現しようかと考えた時に、小学5年社会科の食料自給率の内容に位置付けることができました。こちらは、経験単元的な授業作りです。

教材単元でも経験単元でも、子どもたちが内容を身に付けるには、活動が必要となります。子どもは、身体を通して学ぶことを意識して授業づくりに臨むことが大切です。

ワークショップ的活動を取り入れる

先ほどの授業の構造の話だけでなく、1時間の授業の展開においても同じことが言えます。子どもの身体性を生かしたワークショップ的活動を取り入れてみるのが大切です。付箋紙やミニ・ホワイトボードを使った活動、テイスティングや比較、実験や調理がそれに当たります。写真は、子どもたちがミニ・ホワイトボードを使って話し合った結果を板書として使用しています。また、黒板を開放して子どもたちが意見や考えを板書したり、グループでの話し合いを紹介したりすることも同じです。



6年生の家庭科で、食品表示を取り上げた『食品を推理せよ！ゲーム』を例にワークショップ的活動のよさを紹介します。「大豆」「凝固剤（塩化マグネシウム）」「消泡剤」

小学1年 食事のマナーを知ろう

食器の置き方や、気持ちのよい食べ方について知ろう

児童の食事の仕方や給食の残量の写真を提示することで、実感をもって考えたり改善する意欲を高めます。

授業アイデア例

題材名 みんなできもちのよいたべかたをしよう (本時2/2)

第2次(1時間)

本時の目標
感謝の気持ちをもって、気持ちよく食べることができるように、正しい食事のマナーを知ろう。

指導のヒント

- 正しい食事のマナーは、どうして必要なのかを理解させることで、改善しようとする意欲が高まる。
- 食べ方の正しい姿勢については、ゲー・チョキ・パーを活用して簡単に覚えやすく工夫する。
 - ①ゲー (握りこぶし1個) テーブルとおなかに入る位まで椅子をひく。
 - ②チョキ (横腹にふたつチョキを作る) でテーブルをはさみ、しっかりと前を向いて食べる。
 - ③パー (大きく手のひらを2個並べて開く) は、お盆と口の距離で、背すじを伸ばす。

導入

これは、給食を食べている様子です。このイラストを見て、どう思いますか？

- 気になる食べ方をしている給食時間の様子のイラストを提示し、どこが悪いか考えて発表させる。

展開

今日は、気持ちのよい食べかたについて学習します。どこを、直せばよいでしょうか？

- 食事時の姿勢、食器の持ち方、食器の並べ方等、クラスで気になる食べ方のイラストや写真を提示する。
- どこが悪いのか理由も考えて発表させる。
- 正しい姿勢・食器の持ち方・食器の並べ方等についても、イラストを活用して考えを引き出しやすくしたり、説明を追加したりする。

ゲー・チョキ・パーを使って、簡単に正しい姿勢ができます。正しい姿勢の、どこにゲー・チョキ・パーを使うでしょうか？

- 正しい姿勢をすると、どこにゲー・チョキ・パーが入るのか考えさせる。
- 全員で、ゲー・チョキ・パーの正しい姿勢をやってみる。

①ゲー



②チョキ



③パー



食事のマナーを守ったら、周りの人が気持ちよく食べられるということを理解させる。

終末

今日の学習をして、これから食事をするときの自分のめあてをがんばりカードに書きましょう。

- 自分の食事のマナーについて振り返り、食事をするときの自分のめあてを考えさせる。
- 具体的な実践のめあてや方法については、他の児童の意見を聞くことで食事のマナーを守って、気持ちよく食べようとする意欲を高める。

評価

気持ちのよい食べ方について理解し、実践しようとしている。(がんばりカード)

板書例

めあて みんなできもちのよいたべかたをしよう

✖



- ・しょっきをもっていない
- ・せいがわるい
- ・おなかがまるい
- ・かっこわるい

○



- ・せなかがまるい
- ・せきにすわっていない
- ・ひじをついている
- ・

く・ちよき・ぱあのただいしせいをおほえよう!



もくひょう

- ・しょっきをもつ
- ・しせいをよくする
- ・く・ちよき・ぱあをする

・おやゆびがなかにはいつている

・おとしやすい

・みためがわるい

・ごはんのみそしるがはんたい

・ぎゅうにゅうとみかんがはんたい

・たべにくい

・おやゆびをちゃわんのふちにかける

・ほかのゆびでそこをもつ

・ごはんはひだりのてまえ

・みそしるはみぎのてまえ

・ぎゅうにゅうはみぎのおく

・みかんはひだりのおく

がんばりカードに記入する項目の例

- 食事をするときの自分のめあて
- めあてについて、できたかできなかったか記入する枠
- 実施しての自分の感想
- お家の方からの感想

給食時間での指導

正しい食事のマナーについて、学習したことを給食の時間で実践する。

家庭との連携

食育だより等を通して家庭に正しい食事のマナーについて伝え、家庭でも正しい食事のマナーで食べることができるようにはたらきかける。

資料

- 給食を食べているイラスト
- 気になる給食の食べかたのイラスト
- 正しい姿勢・食器の持ち方
- 食器の持ち方のイラスト
- がんばりカード

他教科等との関連

- 生活 「できるようになったこと」(学校図書)

本授業について

食事のマナーについては、すぐには身に付かないので、給食の時間を活用して、少しずつでも改善できるように声かけが必要です。

また、家庭においても、正しい食事のマナーを身に付けるためにははたらきかけをすることで、成果を上げることができます。

小学5年 1日にとりたい野菜の量を知ろう

授業アイデア例

1日にとりたい野菜の量を知ろう

1日に必要な野菜の量を手ばかりで量る方法を知らせ、野菜を食べるための工夫を考える授業展開例を紹介します。

題材名

野菜パワーで元気に！～野菜も残さず食べよう～ (本時1/1)

指導のヒント

- グループ活動を取り入れることで、問題点の共有化を図り、より具体的な解決方法を考えられるようにする。
- 児童を対象としているため、1日に必要な野菜の量は、
緑黄色野菜：100g
その他の野菜：200g
合計：300g
として、設定している。
- 調理法によるかさの量の変化に注目させ、加熱して食べることの利点について知らせる。

導入

グラフを見てみましょう。

- 野菜摂取量に関するグラフを見せ、何に関するグラフか考えさせる。
- 給食の残食の写真も一緒に掲示する。

ポイント

写真を拡大して掲示し、自分の普段の食生活について振り返らせるとともに、国民健康・栄養調査の結果から、全体的に国民の野菜の摂取量が不足していることに気付かせる。

展開

野菜の体内での働きと、食べる量や内容について学びましょう。

- 野菜の栄養の働きについて考えて発表させる。
- 1日に必要な野菜の量を見せる。(→児童に持たせる。)
- 緑黄色野菜、その他の野菜について、1日に必要な量(手ばかり)について知らせる。

ポイント

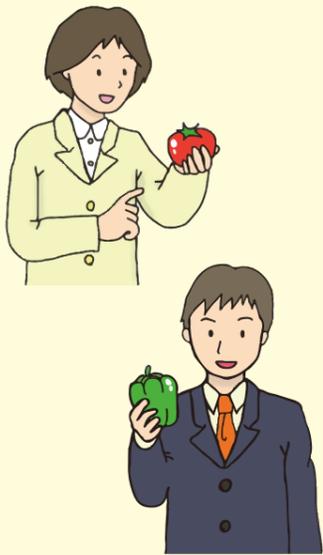
1日に必要な野菜の量を知ることで、自分自身が必要量を食べているかを振り返らせるとともに、食べる量の多さについて実感させる。

必要な量の野菜を食べるための方法を考え、話し合しましょう。

- 調理法によるかさの変化に注目させる。(ゆでる、炒める)
- 野菜を食べるための工夫を考えて、ワークシートに記入する。
- グループになり、必要な量の野菜を食べるための方法を考え、話し合い、ミニ黒板にまとめて発表する。
- 野菜を食べるためのキーワードを示す。

ポイント

グループでの話し合い活動を取り入れることで、より具体的な方法を考えることができ、共有化を図ることができる。



終末

必要な量の野菜を食べるための、自分のめあてを考えましょう。

- 話し合ったことをもとに、自分で実践できるようにめあてを考え、ワークシートに書く。

評価

健康な生活を送るために、進んで野菜を食べようとする。(ワークシート)



板書例

めあて 野菜パワーで元気に！ ～野菜も残さず食べよう～

野菜の働きについて

- 体の調子を整える
- 病気になるのを防ぐ
- おなかの中をそうじする

1日にどれくらいの野菜を食べればよいのだろう？

色の濃い野菜 **その他の野菜**

手のひらに山もりのはい

1日に必要な野菜の量

300g = 100g + 200g

野菜をしっかりと食べるために

- 調理方法の工夫 (ゆでる、いためる)

グループで考えた方法

- 一番最初に食べる。 ○○○
- 家でもしっかり野菜を食べる。 ○○○
- サラダにしたり、いためたりして食べる。 ○○○
- きれいな物より好きな物を多くして食べる。 ○○○

自分のめあて

- 調理方法を工夫する
- 家でも食べる

ワークシートに記入する項目の例

- 野菜の体内での働き
- 1日に必要な野菜の量
- 野菜を食べるための工夫
- めあて、1週間の実践欄
- 感想(自分、保護者)

給食時間での指導

自分で考えためあての内容を実践できるよう、声かけをする。

家庭との連携

ワークシートを活用し、家庭でも必要な量の野菜を食べることができるようにはたらきかける。

資料

- 野菜摂取量のグラフ(厚生労働省 国民健康・栄養調査結果の概要より、野菜摂取量に関するグラフ)
- 給食時の残食の写真
- 手ばかりについての掲示物
- 300gの野菜実物
- ミニ黒板
- 調理方法の工夫の写真(2枚)
- ワークシート

他教科等との関連

- 家庭「食べて元気に」(開隆堂)

本授業について

本事例では、グループでの話し合い活動を取り入れることによって、問題解決に向けての視野を広げ、多様な考え方に触れさせることを意図しています。そうすることで、より自らの問題として実感することができ、実践化への意欲を高めることができます。また、1日に必要な野菜の量の実物を提示することで、日頃の自分の食生活や食べ方について、振り返らせるとともに、「どうすれば必要量を食べることができるか」という課題解決につながります。最後のワークシートの振り返りをしっかりと行い、継続した指導を行うことが重要です。