

令和7年度 岐阜県学校栄養士会実務講習会



学校で進める
食に関する指導の基本
～全体計画と授業構想を中心に～

期日：2025年7月31日（木曜日）
会場：（公財）岐阜県学校給食会 Web研

九州栄養福祉大学
こども教育学部こども教育学科
WAKITA Tetsuro
教授 脇田 哲郎



食に関する指導の 全体計画

- 1 学校に置かなければならない計画
- 2 全体計画の法的根拠
- 3 学校で作成する全体計画の基本

学校にはどんな教育計画があると思いますか？

学校において作成する計画等（一覧）【概要】			平成25年度10月31日 学校における教育活動実態調査結果
主な根拠	作成の 必須	学校において作成する計画等（一覧）【概要】	
法令	必須	学習指導関係 ○各教科、道徳科、外国語活動、【学習指導要領（総則）】 総合的な学習の時間、特別活動【学習活動、授業活動、クラブ活動、学校行事】の指導計画	生徒指導関係 ■（特別支援教育に係る）個別の教育支援計画（※1）【学習指導要領（総則）】
		○道徳教育の全体計画【学習指導要領（総則）】	○学校いじめ防止基本方針【いじめ防止等指導要領（3章）】
		○総合的な学習の時間の全体的計画【学習指導要領（総合的な学習の時間）】	○学校安全計画【再掲】【学校安全法第5条】
		○特別活動の全体計画【学習指導要領（特別活動）】	○危険等発生時対応要領（危機管理マニュアル）【学校安全法第5条】
		■（特別支援教育に係る）個別の指導計画（※1）【学習指導要領（総則）】	○（学校評価に関連して設定する）目標等（※2）【学校評価法第4条、別添計画】
		○食に関する指導の全体計画【学校給食法第10条】	○学校の運営に関する基本的な方針（※3）【学校運営計画（別添）】
		○学校保健計画【学校保健法第5条】	
		○学校安全計画【学校安全法第5条】	
		任意 ■（日本語指導に係る）個別の指導計画【学習指導要領（総則）】	
		通知 ○学校図書館全体計画等【平成25年11月25日付付託（学校図書館の整備充実）について（通知）】	○進路指導方針【平成25年7月22日付付託（生徒指導・進路指導の改善等）について（通知）】
省令、報告書等	任意	○体育・健康に関する指導【学習指導要領（体育）】	■不登校児童生徒の支援計画【高専教育の段階における普通教育に相当する教育の機会均等の確保等に関する基本方針（平成25年11月25日付付託（高専教育の改善等）について（通知））】
		○部活動の指導計画【「部活動」についての関係の府県教育委員会の指導方針について（省令）（平成27年12月21日中央教育審議会）】	○食育アレルギー対応要領【学校給食における食育アレルギー対応要領（平成27年3月）】
		○（人権教育に係る）年間指導計画【人権教育の指導方針（府県教育委員会）（平成27年11月）】	○保健室経営計画【「子どもの健康と安全」に関する関係の府県教育委員会の指導方針（平成27年11月）】
		○（キャリア教育に係る）全体計画【小学校キャリア教育のガイドライン（平成22年11月）、中学校キャリア教育のガイドライン（平成23年3月）】	○校内研修計画【「子どもの健康と安全」に関する関係の府県教育委員会の指導方針（平成27年11月）】



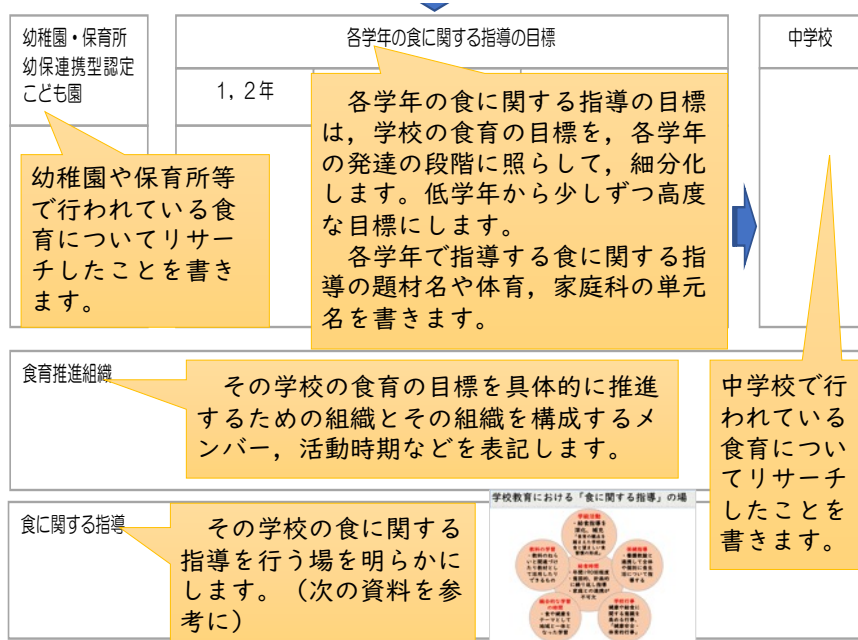
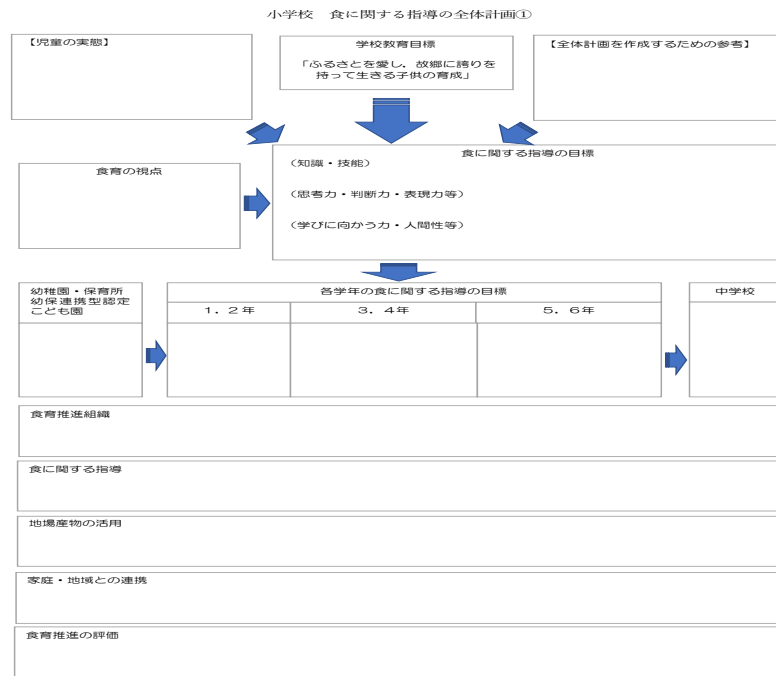
学校給食法第10条

第十条 栄養教諭は、**児童又は生徒が健全な食生活を自ら営むことができる知識及び態度を養うため**、学校給食において摂取する食品と健康の保持増進との関連性についての指導、食に関して特別の配慮を必要とする児童又は生徒に対する個別的な指導その他の学校給食を活用した食に関する実践的な指導を行うものとする。この場合において、校長は、当該指導が効果的に行われるよう、**学校給食と関連付けつつ当該義務教育諸学校における食に関する指導の全体的な計画を作成すること**その他の必要な措置を講ずるものとする。

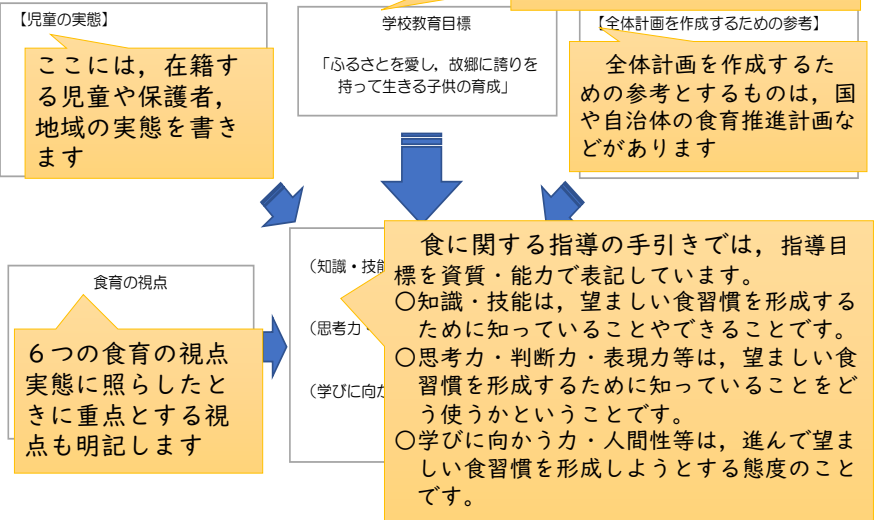
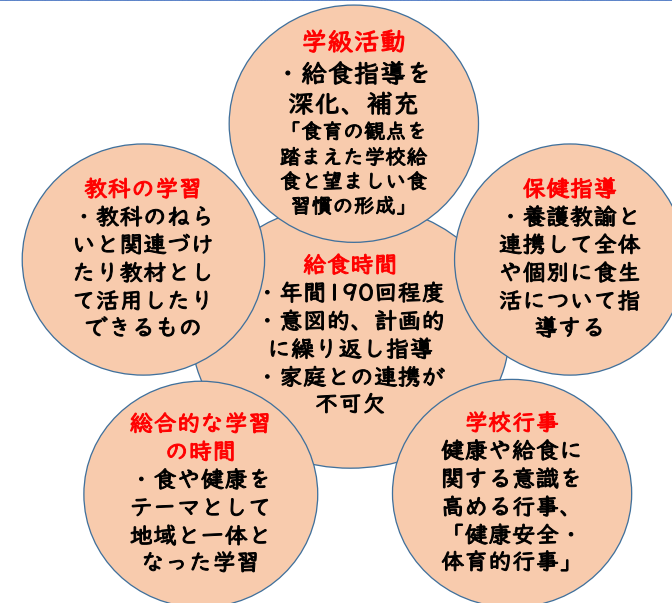
2 栄養教諭が前項前段の指導を行うに当たっては、当該義務教育諸学校が所在する地域の産物を学校給食に活用することその他の創意工夫を地域の実情に応じて行い、**当該地域の食文化、食に係る産業又は自然環境の恵沢に対する児童又は生徒の理解の増進を図るよう努めるものとする。**

3 栄養教諭以外の学校給食栄養管理者は、栄養教諭に準じて、第一項前段の指導を行うよう努めるものとする。この場合においては、同項後段及び前項の規定を準用する。

食に関する指導の全体計画



学校教育における「食に関する指導」の場



地場産物の活用

その学校がどのようにして地場産物を活用するのか
具体的な計画を書きます。
例) 生産者（〇〇さん）に生活科の授業に来てもらう

家庭・地域との連携

食育推進の評価

地場産物の活用

家庭・地域との連携

その学校が、家庭や地域とどのように連携するのか
具体的な計画を書きます。



食育推進の評価

動画を見て親子クッキング！

2年生の子どもたちは、生活科の学習で「ナス」と「ピーマン」を育てています。今、最盛期を迎え、とてもおいしい時期です。
ご家庭でも旬の野菜を使ってお子さんと一緒に簡単な料理を作ってみませんか？調理の動画をyoutube で公開していますので、ご覧になって下さい。どのレシピも簡単に、おいしいですよ。

【動画の視聴方法2パターン】

- レシピの横にある QR コードを読み取って視聴する。
- 自由ヶ丘小学校のホームページから「令和2年度食育通信」→「2年生ナス・ピーマンレシピ」を開き、見たいレシピのリンクをクリックして視聴する。

どれか1つの動画を再生すれば、動画概要欄のリンクから他の動画が見られます。

コメント、感想
お待ちしております！

★動画の感想や調理してみられた感想等をぜひお寄せください。簡単なものでかまいません。よろしく願いたします。

①youtube の動画コメント欄に書いて下さい。(お名前の記載はいいません)

②または、下の用紙に書いていただき、担任へお渡し下さい。

★よろしければ動画の感想や調理してみられた感想を、ぜひ担任までお寄せください。

2 年 組 さんの保護者様

ナスのあぶづけ

<材料> (作りやすい分量)

- ・ナス…2本
- ・しょうが…1かけ
- ・おおば(なくてもよい)…2まい
- ・しお…小さじ1
- ・さとう、白だし…各大さじ 1/2

<作りかた>

1. ナスはたて半分に切り、5ミリはばきる。
2. しょうが、おおばは千切りにする。
3. ふくろにすべて入れてもみ、れいぞうこに入れ、1じかんほどで食べられます。

ナスのレンコンおひたし

<材料> (作りやすい分量)

- ・ナス…2本
- ・めんつゆ…大さじ1
- ・おろししょうが…3センチ
- ・す…小さじ1
- ・ねぎ…てきよう
- ・ごまあから…少々
- ・かつおぶし…1ふくろ
- ・しお…少々

<作りかた>

1. ナスはらんざりにして、水にさらし、水けをきる。しお・ごまあからをまぶし、ラップをかけてレンジ(500W)で3分加熱する。
2. ねぎは小口切りにする。
3. (1)にめんつゆ、す、しょうがを入れてあえ、ねぎとかつおぶしをのせる。

ナスピザ

<材料> (1人分)

- ・ナス…1/2本
- ・ハム…1まい
- ・とろけるチーズ…1まい
- ・グチャップ…大さじ1
- ・こしょう…少々
- ・チューブにんにく…1センチ

<作りかた>

1. ナスは、1センチほどのむきりにする。
2. グチャップ、にんにく、こしょうをまぜあわせる。
3. ナスに(2)をぬり、ハム、チーズをのせてのせる。
4. アルミホイルやたいわつようにならべ、トースターで焼き目がつくまでやく。

ピーマンのしおこんがえ

<材料> (作りやすい分量)

- ・ピーマン…2こ
- ・しおこんが…大さじ1
- ・ごまあから…大さじ 1/2

<作りかた>

1. ピーマンはたて 1/4 にきって、たねをとり、よこにうすくきる。(1～2ミリ)
2. 油つみに(1)、しおこんが、ごまあからを入れてあえる。

ピーマンのピカタ

<材料> (作りやすい分量)

- ・ピーマン…4こ
- ・たまご…1こ
- ・サラダ油…小さじ2
- ・こなチーズ…小さじ1
- ・しお、こしょう…少々

<作りかた>

1. ピーマンはたて 1/4 にきって、たねをとる。
2. 卵つみにたまご、チーズ、しお、こしょうをまぜあわせて、ピーマンをくぐらせる。
3. フライパンに油を熱し、(2)をやく。

地場産物の活用

家庭・地域との連携

食育推進の評価

その学校の全体計画に示された食育がどの程度実施されたのか評価をします。
例) 評価をする時期(いつ頃)
評価の方法(誰に、どのような方法で)

学級活動(2)で 進める食に関 する指導

- 1 学級活動の目標
- 2 学級活動(2)とは
- 3 学級活動(2)の内容
- 4 食育の視点に照らした題材一覧
- 5 学級活動(2)の学習過程

新学習指導要領に示された内容 (学習指導要領解説総則編)

(3) 学校における体育・健康に関する指導を、児童（生徒）の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科、家庭科（保健体育科、技術・家庭科）及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。

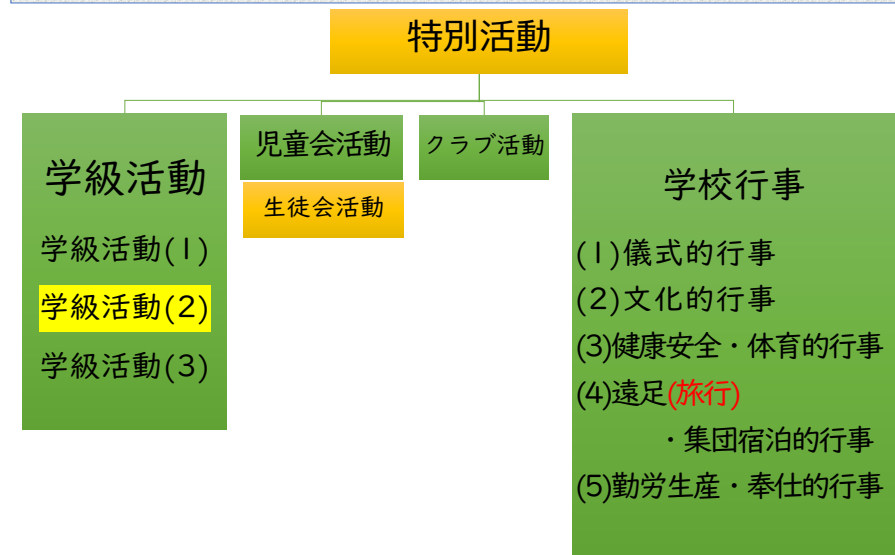
（赤字）は中学校

小学校特別活動 中学校特別活動 高等学校特別活動 第1 目標

集団や社会の形成者としての見方・考え方を働かせ、様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を発揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、次のとおり資質・能力を育成することを目指す。

- (1) 多様な他者と協働する様々な集団活動の意義や活動を行う上で必要となることについて理解し、行動の仕方を身に付けるようにする。
- (2) 集団や自己の生活、人間関係の課題を見いだし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにする。
- (3) 自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、（主体的に）集団や社会に（参画し）おける生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、自己の（人間としての）（在り方）生き方についての考え（自覚）を深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

特別活動の内容（小中学校）



小中学校の学級活動(2)の内容

小学校	中学校
ア 基本的な生活習慣の形成	ア 自他の個性の理解と尊重、 より良い人間関係の形成
イ より良い人間関係の形成	イ 男女相互の理解と協力
ウ 心身ともに健康で安全な 生活態度の形成	ウ 思春期の不安や悩みの解 決、性的な発達への対応
エ 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	エ 心身ともに健康で安全な 生活態度や習慣の形成 オ 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

学級活動の目標と、学級活動(2)のポイント

◆学級活動の目標

学級や学校での生活をよりよくするための課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成し、役割を分担して協力して実践したり、**学級での話し合いを生かして自己の課題の解決**及び将来の生き方を描くために**意思決定して実践**したりすることに、自主的、実践的に取り組むことを通して、第1の目標に掲げる資質・能力を育成することを目指す。

[illegible]

学級活動(2)の指導ポイント

学級活動(2)とは

学習指導要領小学校解説	学習指導要領中学校解説
この内容は、日常生活や学習への適応及び健康や安全に関するもので、児童に共通した問題であるが、一人一人の理解や自覚を深め、意思決定とそれに基づく実践を行うものであり、個々に応じて行われるものである。したがって、「(1)学級や学校における生活づくりへの参画」が、教師の適切な指導の下、児童の共同の問題として取り上げ、協力して実践するという学習過程であることとの違いに留意し、関係する教科等における学習や、個別の生徒指導等との関連を図りつつ、教師が意図的、計画的に指導する必要がある。	この内容は、日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康や安全に関するもので、生徒に共通した問題であるが、一人一人の生徒の理解や自覚を、意思決定とそれに基づく実践等を重視する活動である。学級HR活動の内容(1)「学級HRや学校における生活づくりへの参画」が、教師の適切な指導の下、生徒が共通共同の問題として取り上げ、協力して実践するという学習過程であることとの違いに留意し、関係する教科・科目等における学習や、個別の生徒指導等との関連を図りつつ、教師が意図的、計画的に指導する必要がある。

学級活動(2)の指導ポイント

学級活動(2)とは

学習指導要領小学校解説	学習指導要領中学校解説
この内容は、日常生活や学習への適応及び健康や安全に関するもので、児童に共通した問題であるが、一人一人の理解を深め、意思決定とそれを実践を行う	この内容は、日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康や安全に関するもので、生徒に共通した問題であるが、一人一人の生徒の理解を深め、意思決定とそれを実践を行う
◆共通した問題 学級のみならず、学年や学校全体で一斉に授業は行われるが、学級活動(1)のように、みんなで目標や目標達成の手段や方法、役割分担などを話し合っ	
て決めて決める共同の問題ではなく、一人一人が自分に最適な解決方法などを意思決定し、決めた事を個々に実践する問題のこと。 例) みんなで好き嫌いをなくすことの大切さを学習しても、個々が乗り越える課題(苦手な物)はそれぞれにある。	て決めて決める共同の問題ではなく、一人一人が自分に最適な解決方法などを意思決定し、決めた事を個々に実践する問題のこと。 例) みんなで好き嫌いをなくすことの大切さを学習しても、個々が乗り越える課題(苦手な物)はそれぞれにある。
意図的、計画的に指導する必要がある。	意図的、計画的に指導する必要がある。

学級活動(2)の指導ポイント

学級活動(2)とは

学習指導要領小学校解説	学習指導要領高等学校解説
この内容は、日常生活や学習への適応及び健康や安全に関するもので、児童に共通した問題であるが、一人一人の理解や自覚を深め、意思決定とそれに基づく実践を行うものである。個々に応じて行われるものでも、「学級活動」や「学級画」が、自己決定とは同義。 Gilboa(2015)は「複数の方法や答えの中から自身が判断して決める認知的活動」だと言っている。さらに「意思決定が真に良い判断だったかは意思決定者自身が実践を振り返り評価する。」ことだと言っている。 意図的、計画的に指導する必要がある。	この内容は、日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康や安全に関するもので、生徒に共通した問題であるが、一人一人の生徒の理解や自覚を、意思決定とそれに基づく実践等を行う活動である。学級活動や「学級画」が、自己決定とは同義。 意図的、計画的に指導する必要がある。 <青字高校>

意思決定とは（一般的なステップ）

- 1 **問題の認識(めあて)**
解決すべき問題や達成すべき目標を明確にする。
- 2 **情報の収集(栄養教諭の専門性)**
問題解決に必要なデータや情報を集める。
- 3 **選択肢の検討(選択肢を出し合う話し合い)**
利用可能な選択肢を洗い出し、それぞれの利点と欠点を評価する。
- 4 **意思決定(自己目標の意思決定)**
最も効果的と思われる選択肢を選ぶ。
- 5 **実行(授業後の実践)**
選んだ選択肢に基づいて行動を起こす。
- 6 **評価とフィードバック(振り返り)**
実行結果を評価し、必要に応じて調整を行う。

食育の視点(食育で何を教えるのかという視点)

「食に関する指導の手引—第二次改訂版—」（平成31年3月，文部科学省）

- ① 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)
- ② 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。
(心身の健康)
- ③ 正しい知識・情報に基づいて、食物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)
- ④ 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。
(感謝の心)
- ⑤ 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
(社会性)
- ⑥ 各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。
(食文化)

- ① 食事の重要性
(食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。)

子供たちが豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けていくためには**何よりも食が大切であるという視点**である。

食は人間が生きていく上での基本的な営みの一つであり、健康な生活を送るためには、健全な食生活や食環境が欠かせないものであり、その営みを大切にすることが重要である。

② 心身の健康

(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。)

生涯にわたって**健全な食生活を実現**することが、**心身の健康の増進と豊かな人間形成に資する**という視点である。そのために、望ましい栄養や食事のとり方を理解する必要がある。また、食事を規則正しくとることは生活習慣を形成し、特に、朝食をとることは、1日元気に過ごすための源であり、生活リズムの要となり、心身の健康にとって重要である。

④ 感謝の心

(食物を大事にし、食物の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。)

人の食生活が自然の恩恵の上に成り立っており、また、**食に関わる人々の様々な活動に支えられていることに対して感謝する心が大切であるという視点**である。人々の生活は昔から動植物などの自然の恩恵に支えられて成り立っていることや生産・流通・消費など食に関わる人々の様々な活動に支えられていることに気づき、環境保全や食品ロスの視点も含めて、感謝の気持ちや食物を大事にする心を育むことが求められている。

③ 食品を選択する能力

(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。)

栄養や食事のとり方などについて、正しい知識・情報に基づいて自ら判断し、食をコントロールしていくという**食の自己管理能力が必要であるという視点**である。

正しい知識・情報とは、食品や料理の名前、形、品質や栄養素及び安全面、衛生面等に関する事項である。それらの情報について関心を持ち、得た情報を整理・分析した上で、食品の適切な選択ができる能力が求められている。

⑤ 社会性

(食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。)

食事の準備から後片付けまでの食事のマナーを身に付け、**食事が家族や他の人々との大切なコミュニケーションの場であるという視点**である。

食器の使い方や食事の時の話題選びなどの食事のマナーを身に付けることが、楽しい共食につながることや、一緒に調理したり食事をしたりすることで、多くの人達とコミュニケーションを図り、心を豊かにすることが大切である。

⑥ 食文化

(各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。)

日本の伝統ある優れた食文化や食に関わる歴史、地域の特性を生かした食生活（地場産物の活用）、食料自給率等を理解し尊重しようとする視点である。

地域の特性を生かした食生活や食料自給率を考えることは、地域や日本を知り、大切にすることを育むとともに、他の国々の食文化を理解することが大切である。また、食料の生産はそれぞれの国や地域の気候風土と深く結びついており、それらの特質を理解し継承・発展させていくことが求められている。

学級活動(2)で進める食に関する指導の題材一覧例

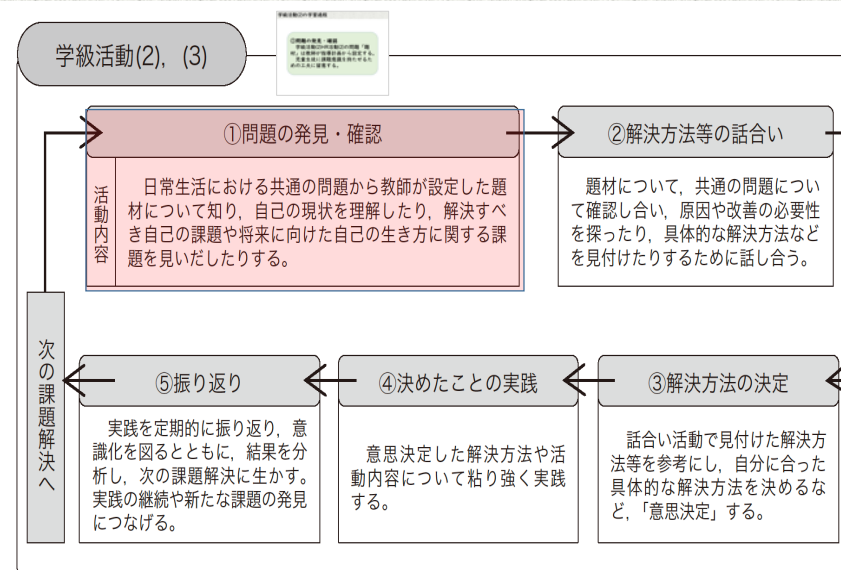
視点	食事の重要性	心身の健康	食品選択能力	感謝の心	社会性	食文化
学年						
1年	なんでもたべる		やさいとなかよく		おはしのもちかた	
2年		げんきな体		やさいをそだてる		ちいきの食べもの
3年	よくかんで食べる	おやつとり方		命をいただく		
4年	大切な朝食			食べ物への感謝		きょうどの料理
5年		食生活の見直し	1汁3菜の栄養素		食事の作法	
6年		1日の献立		食品ロスや食量自給率		世界の料理

宗像市立自由ヶ丘小学校

小中が系統的に学ぶ学活(2)題材例

目 標	食事の重要性	心身の健康	食品選択能力	感謝の心	社会性	食文化
学 年						
第1学年	給食大すぎ		野菜と友達		初めての給食	
第2学年		めざせ！元氣うんち		給食有難う	食事のマナー	
第3学年	苦手な食べ物と仲良く		給食に使われる野菜		協力した給食の準備	
第4学年		朝食の役割		食事への感謝		私たちの町の伝統食
第5学年	自分にもできる朝食		食の安全			正しいはしの使い方
第6学年		健康と食事	栄養のバランス		楽しい会食	
中学1年	自分で作る弁当	食事と安全・衛生				給食と地域との繋がり
中学2年			食品に含まれる栄養素と働き	自分にできる食品ロス対策		食事と文化
中学3年	便利な食環境と自分の食生活		受験と食事		環境や資源に配慮した食生活	

学級活動(2)の学習過程

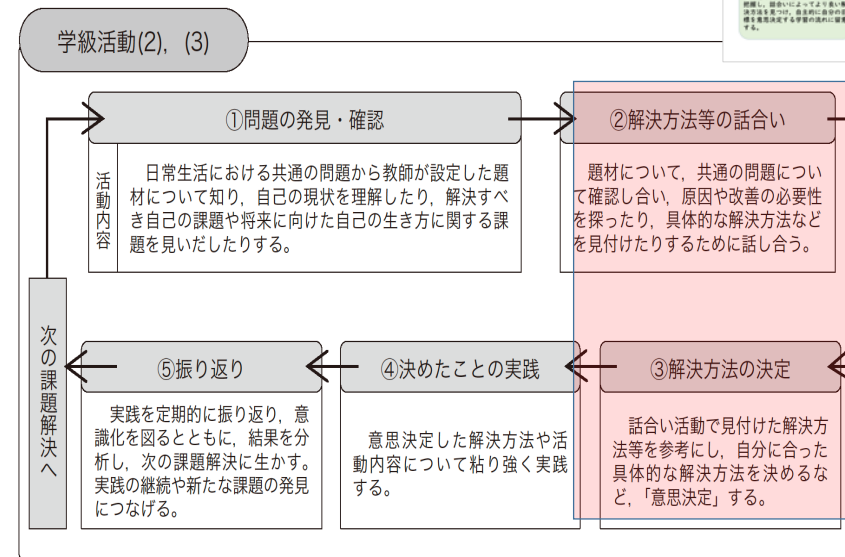


学級活動(2)の学習過程

①問題の発見・確認

学級活動(2)HR活動(2)の問題「題材」は教師が指導計画から設定する。
児童生徒に課題意識を持たせるための工夫に留意する。

学級活動(2)の学習過程

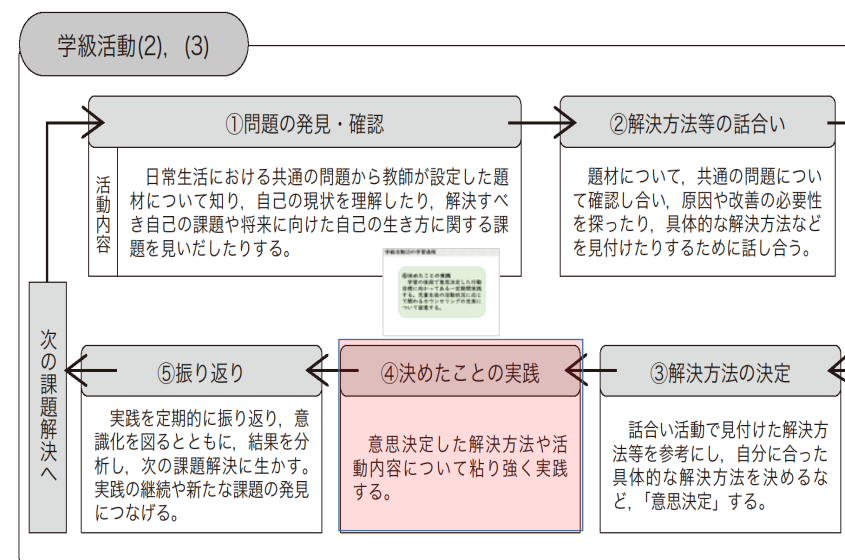


学級活動(2)の学習過程

②③解決方法の話し合い・決定

自己の生活課題について自主的に把握し、話し合いによってより良い解決方法を見つけ、自主的に自分の目標を意思決定する学習の流れに留意する。

学級活動(2)の学習過程

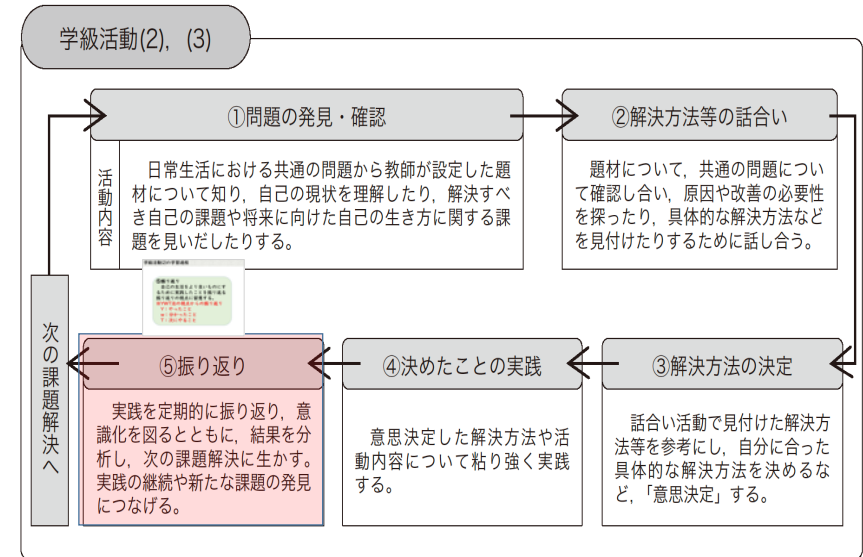


学級活動(2)の学習過程

④決めたことの実践

学習の後段で意思決定した行動目標に向かってある一定期間実践する。児童生徒の活動状況に応じて関わるカウンセリングの充実について留意する。

学級活動(2)の学習過程



学級活動(2)の学習過程

⑤振り返り

自己の生活をより良いものにするために実践したことを振り返る振り返りの視点に留意する。

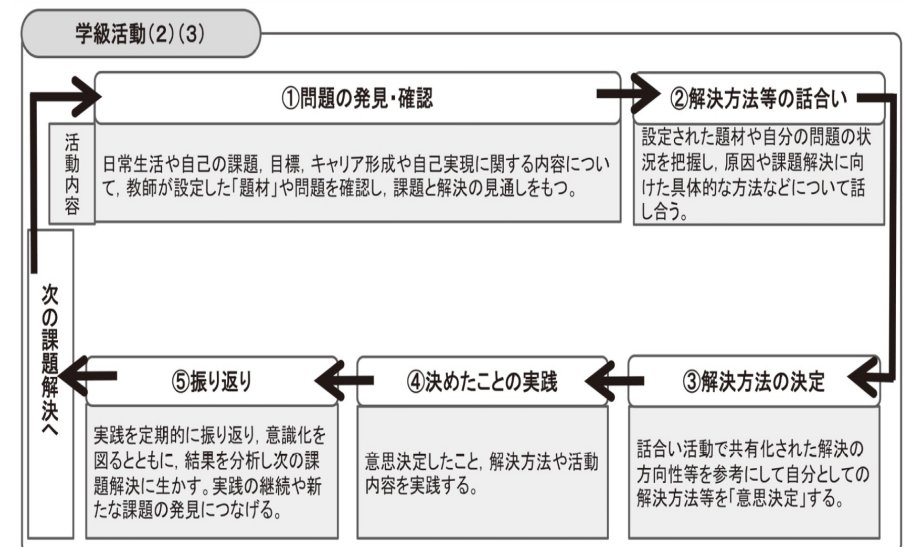
※YWT法の視点からの振り返り

Y: やったこと

w: 分かったこと

T: 次にやること

中学校学級活動(2)の学習過程



学校活動②：日常生活や学習への適応と「健康安全」

生活上の課題をどう授業にするの？

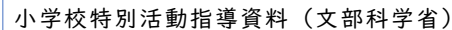
例えば「丁寧な話し食習慣を形成する」というのは、
例・食育の観点から踏まえた学校給食と望ましい食習慣の育成
題材「バランスのよい食事」（3学年）を例に

日常生活上の課題は、授業にない(20分程度)時間がある1学期中に出来るようにしたい。その際に「できること」を数回行うことが必要だと考えている。

その1と取り組む練習題を行います。特に、食習慣目標は45分程度の授業として進めます。その際は、**決裁的な資料**の活用、指導書類、栄養教諭、学校保健委員、地域の関係者などの**協力的な関係者の大がかりな協力**です。

**自分の生活を
もっとよくしたい！**





食育プランニングシートを活用した食に関する授業づくり

脇田, 2024

- ② 本題材で育成する資質・能力
- ① 知識及び技能：
- ② 思考力・判断力・表現力等：
- ③ 学びに向かう力、人間性等：

- | つかむ段階 | さぐる段階 | 見付ける段階 | 決める段階 |
|-------|-------|--------|-------|
| | | | |

- ## 新たな課題へ

- | 学習活動 | 指導場の留意点 |
|--|---------|
| <p><つかむ段階></p> <p>1</p> <p>(1)</p> <p>(2)</p> | |
| <p>めあて：</p> | |
| <p><さぐる段階></p> <p>2</p> <p>(1)</p> <p>(2)</p> <p><見付ける段階></p> <p>3</p> <p>(1)</p> <p>(2)</p> <p><決める段階></p> <p>4</p> | |

題材「バランスの良い食事」のように短い言葉で表現する」

6つの食育の視点のうちどの内容で授業を行うのか、自分の授業の主張点を明らかにする。

この授業で子供たちに育成したい能力や態度は何ですか？と聞かれたら答えられるようにする。

	食事の重要性	心身の健康	食品を選択する力	感謝の心	社会性	食文化
1年	・朝ごはんパワー	・丈夫な歯	・まめさん、やさいさん牛乳さんパワー	・給食ができるまで ・給食当番ありがとう	・おいしいたのしい給食	行事のごはん
2年	・朝ごはんのレベルアップ ・朝ごはんの見直し	・よくかんで食べる	・やさいの秘密 ・やさいが体に与える影響	・給食ありがとう	・もぐもぐ給食	・おせちについて ・食べ物に込められた意味
3年	・好き嫌いをしないで食べる	・骨を丈夫にする食べ物	・パワーいっぱい朝ごはん ・最高のメニュー	・学校給食の歴史	・きれいにご飯を食べる ・いいはしの持ち方	・年末年始の行事食
4年	・食べる大切さ	・食べ物の栄養	・バランスを考えた食事	・いただきますの意味 ・給食のありがたみ	・楽しい食べ方	・日本の伝統的な料理
5年	・食事の重要性 ・朝食のはたらき	・栄養のバランスを考えた食事 ・朝食と集中力 ・食事をとることのよさ	・自然教室のバイキング ・五大栄養素を朝食でとる ・栄養バランス	・「食」の見直し ・自分でする朝食の準備 ・食品ロス	・交流給食 ・朝食を大切にしている地域や学校の取り組み ・楽しく過ごす食事の時間	・洋食と和食 ・郷土料理
6年	・朝食の重要性	・バランスのとれた食事	・おやつとり方	・調理員さんへの感謝	・楽しい共食	・地域の特産品

特別支援学級

	食事の重要性	心身の健康	食品を選択する力	感謝の心	社会性	食文化
1年	・すききらいをなくそう	・丈夫な歯	・やさいのひみつ	・給食当番ありがとう	・おいしい楽しい給食 ・もぐもぐ給食	
2年						
3年	・パワーいっぱい朝ごはん	・歯みがき名人	・食べ物の働き	・給食ありがとう	・きれいにご飯を食べる ・楽しくおいしい給食	・地域の食文化
4年						
5年	・朝食の大切さ	・健康で楽しい毎日	・栄養のバランスを考えた食事	・給食ありがとう	・楽しい会食	・日本の色々な食文化
6年						

② 本題材で育成する資質・能力

- ① 知識及び技能：授業の中で子供たちに育成したい知識は何か，身につけたい技能は何か
例) 食べ物の3つの働きを理解し，バランスよく食べることができる。
- ② 思考力・判断力・表現力等：子供たちが意思決定をするために働かせる知識，技能は何か
例) 食べ物の3つの働きを考えながら，自分にできる健康な食事の仕方を意志決定できる。
- ③ 学びに向かう力、人間性等：育成したい主体的な食習慣は何か
例) 好き嫌いせずにバランスの良い食事を進んで食べようとする。

③ 学級活動(2)の学習過程

学習活動	指導上の留意点
<つかむ段階>	つかむ段階は，子供たちが本時学習のめあてをつかむ。アンケートや紙芝居などでつかませる。
<さぐる段階>	さぐる段階は，栄養教諭の専門性を活かしてなぜ問題を解決しなければならないのか説明する。
<見付ける段階>	見付ける段階は，問題を解決するために，自分たちでできる方法を見付けるために話し合う。
<決める段階>	決める段階は，自分の解決方法を“見付ける段階”の話し合いの中から選んで意思決定する。

授業のユニバーサルデザイン

授業は4つの要素から構成されている



出所：バーンズ亀山氏の資料を基に東洋経済作成

朝食の大切さ

めあて：朝食の大切さを知り、バランス良く朝食を食べる方法を見つけよう。

つかむ

朝食の課題

- ・パンだけの日もある。
- ・食べない日もある。
- ・遅くまで寝ているので食べられない。
- ・夜遅くまで起きていますので、早起きができない。

さぐる

栄養教諭の話

朝食の課題

- ・パンだけの日もある。
- ・食べない日もある。
- ・遅くまで寝ているので食べられない。
- ・夜遅くまで起きていますので、早起きができない。

見つける

どうすればバランス良く朝食を食べることができるだろうか

- ・■■■の食材を食べる。
- ・野菜を意識して食べる。
- ・早起きをしてしっかり食べる。
- ・夜更かしをしない。
- ・早寝、早起きをする。
- ・自分で用意すればいい。
- ・お家の人に頼んで作り置きをしてもらう。

決める

自分の目標

- ・早起きをするために、早く寝る。
- ・お家の人に野菜ジュースを買ってもらう。
- ・野菜を意識して食べる。

チャレンジカード

③ 本時の活動＜つかむ段階＞

学習活動	指導上の留意点
1 アンケート結果について話し合い、本時学習のめあてをつかむ	○アンケート結果から本時学習のめあてをつかませる。
(1) アンケート結果について話し合う	○事前のアンケート結果をグラフにまとめてみせる。
・好き嫌いが多い	
・野菜が嫌いな人が多い	
(2) 苦手な食べ物は残してもいいか話し合いめあてをつかむ	○苦手な食べ物は残しているのか話し合わせる。
めあて：食べ物のほたらきを知り、好き嫌がなく食べるための目標を決めよう。	

③ 本時の活動＜さぐる段階＞

学習活動	指導上の留意点
2 食べ物には、大切な働きがあることを知る。	○栄養教諭の話だけで理解させるのではなく、子供たちに調べさせる。
(1) 食べ物には健康な体を作るほたらきがある事を知る。	○健康な体を作る食べ物のはたらきについて図を用いて説明する。
・エネルギーになる	
・体をつくる	
・主に体の調子を整える	
(2) どのような食材に3つの働きが含まれているのかを知る。	○3つの働きが含まれる食材をタブレットを使って調べさせる。
・タブレットで調べる	○日頃それ等の食材を食べているのか振り返らせる。

③ 本時の活動＜見付ける段階＞

学習活動	指導上の留意点
3 3つの働きが含まれる食材を、かたよりなくバランスよく食べる方法を話し合ってみ付ける。 (1) 自分で考え、グループで話し合う。 (2) グループでの話し合いの結果をホワイトボードに書き発表する。	○初めは、一人一人がどうすればバランスよく食べられるか考え、それをグループで話し合わせる。 ○自分の考えをノートに書かせる。 ○グループの発表には、相互に質問したり栄養教諭が評価したりする。 ○学校給食の献立を見せ、給食は■●■のバランスを考えて作られている事を知らせる。

③ 本時の活動＜決める段階＞

学習活動	指導上の留意点
4 見付ける段階の話し合いの結果から、自分にできる食べ方をチャレンジカードに書き意思決定する。 例) Aくん：朝ごはんでは野菜を食べるようにする。 Bさん：給食を残さず食べるようにする。	○意思決定した個人目標を発表させ、それぞれが決めた目標を承認し、実践への意欲を持たせる。 ○意思決定した目標は、1週間挑戦することを知らせる。

④ 本授業の前にはしておくこと

① 本題材を学習する子供たちの実態調査の内容と方法

- ・ 内容（何を調べるか？）
例）食べ物3つの働きを知っているか？
好き嫌いがあるか？
- ・ 方法（どんな方法で調べるか？）
例）アンケート用紙を作って調査する。
タブレットで調査する。

④ 本授業の前にはしておくこと

② 授業で作成する教材や資料の計画

つかむ段階	さぐる段階
つかむ段階の資料は、子供たちにめあてをつかませるための資料 例) ・ アンケート調査の結果をまとめたグラフ ・ 栄養バランスに気づかせる紙芝居	さぐる段階の資料は、望ましい食習慣を理解させるための資料 例) ・ 栄養のバランスを理解させる■●■のカード ・ 朝食と体の健康について理解させる資料

④ 本授業の前しておくこと

② 授業で作成する教材や資料の計画

見付ける段階	決める段階
見付ける段階の資料は、解決方法を見つける話を効果的に行うための資料 例) ・ホワイトボード ・タブレット ・電子黒板	決める段階の資料は、個人目標を意思決定させ、実践に向かわせるための資料 例) ・頑張りカード ・チャレンジカード

⑤ 授業後の活動

② 授業で作成する教材や資料の計画

- ① 実践のさせ方（期間等）
チャレンジカードで1週間挑戦させる。
- ② 振り返りのさせ方（中間の振り返り等）
1週間挑戦させたら、中間の振り返りを行い、次の、目標を立てさせる。
 - ・そのまま継続させる子
 - ・目標を設定し直す子
- ③ 振り返り後の取り組みませ方
さらに1週間チャレンジさせる。