

令和4・5年度

東京都教育委員会体育健康教育推進校

2024

# 学習指導案集

# 2



「Smileプロジェクト」

特集

## 研究主題に迫るための手だて

問題解決的な学習

ICT機器の利活用

学びに向かう集団づくり







# 運動

---

第2学年 ボールゲーム「ゴーゴーゴール」

第4学年 器械運動 「跳び箱運動」

第5学年 ボール運動ゴール型

「アルティメット」

小学校第2学年 体育科 学習指導案

三鷹市立第六小学校2年2組

1 単元名 ボールゲーム 「 ゴーゴーゴール 」

2 単元の目標

知識及び技能	ボールゲームの行い方を知るとともに、簡単なボール操作と攻め方や守り方の動きによって、易しいゲームをすることができるようにする。
思考力, 判断力, 表現力等	ボールゲームの簡単な規則を工夫したり、攻め方を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。
学びに向かう力, 人間性等	ボールゲームにすすんで取り組み、規則を守り誰とでも仲良く運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

3 単元の評価規準

観点	単元の評価規準
知識・技能	① ボールゲームの行い方について言ったり、実際に動いたりしている。 ② ボールを蹴って、得点することができる。 ③ ボールを捕ったり、止めたりすることができる。
思考・判断・表現	① ゲームの場や規則の中から、楽しくゲームができる場や得点の方法を選んでいる。 ② ボールを蹴ることや攻め方について考えたことを友達に伝えている。 ③ ボールを止めることやボールが飛んでくるコースに入ることなど、守り方について考えたことを友達に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	① ボールゲームにすすんで取り組もうとしている。 ② 順番や規則を守り、誰とでも仲良くボールゲームをしようとしている。 ③ ボールゲームの勝敗を受け入れようとしている。 ④ ボールゲームで使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 ⑤ ボールゲームを行う際に危険物がないか、安全にゲームができるかなどの場の安全に気を付けている。

4 基礎研究

(1) 運動の特性

- ・ボールを足で蹴り、ゴールゾーンにボールを通して、得点を競い合う運動である。
- ・ねらった所にボールを蹴ったり、守りがいない所をねらったり、相手より多く得点することを競い合うところに楽しさや喜びを味わうことができる運動である。
- ・ボールを扱う経験には個人差が大きく、ボールを蹴ったり止めたりすることが上手にできなかったり、一部の児童にボールが集まってしまったりすると、児童の意欲が低下してしまうことがある運動である。

(2) 内容の系統性

低学年	中学年	高学年	中学校
ゲーム	ゲーム	ボール運動	球技
ア ボールゲーム ○的あてゲーム ○シュートゲーム ○攻めがボールを手などで打ったり蹴ったりして行うゲーム ○相手コートにボールを投げ入れるゲーム イ 鬼遊び ○一人鬼、手つなぎ鬼、子増やし鬼 ○宝取り鬼、ボール運び鬼	ア ゴール型ゲーム ○ハンドボール、ラインサッカーなどを基にした易しいゲーム ○タグラグビーなどを基にした易しいゲーム ネット型ゲーム ○ソフトバレーボールなどを基にした易しいゲーム ウ ベースボール型ゲーム ○攻める側がボールを蹴って行う易しいゲーム ○手や用具などを使って打ったり、静止したボールを打ったりして行う易しいゲーム	ア ゴール型 ○バスケットボールなどを基にした簡易化されたゲーム ○タグラグビーなどを基にした簡易化されたゲーム イ ネット型 ○ソフトバレーボールやブレルボールなどを基にした簡易化されたゲーム ウ ベースボール型ゲーム ○ソフトボールを基に簡易化されたゲーム ○ティーボールを基にした簡易化されたゲーム	ア ゴール型 イ ネット型 ウ ベースボール型

## 5 児童の実態

本学級の児童は、今年度相手コートにボールを投げ入れるゲーム、的あてゲームを経験している。その際、もっと楽しくするために規則を工夫するよさや、攻めるときの動きで「人がいないところをねらう」ということを学んでいる。また、振り返りの中で、「次は〇〇ができるようになりたい」と自己の学習課題を見いだすことができている児童もいる。

本学級では、体育学習に対して全員が前向きに捉えている。しかし、普段の生活の中で、ボールを蹴る経験をしている児童が少なく、不安を感じている。

そこで本単元では、全ての児童が夢中になれる魅力的なゲームを提示し、より主体的に運動に取り組みながら、ゲームの特性を味わうことを目指していく。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切に学習過程

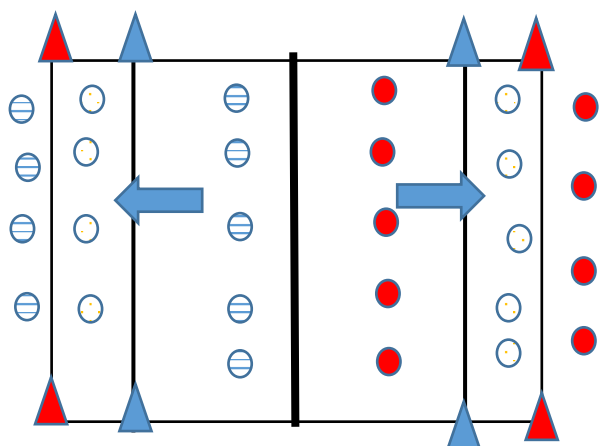
第1時に児童がゲームに夢中になるようなシンプルなゲームを行い、「できるようにになりたい」「頑張りたい」などの思いや願いを、児童から引き出ししていく。それを教師が整理し、そこから学習課題を見いだすようにする。そして、毎時間の児童の学習の様子や振り返りを踏まえて、次時の学習課題を児童と教師で決めて、学びを創っていく。

#### ○場や用具、規則の工夫

ボール：ボールは、あえて空気の抜けた物を使用し、ボールが遠くへ転がりにくく、またボールを捕ることへ恐怖を感じている児童も楽しめるようにする。

掲示物：振り返りで、児童から出たよい動きや、作戦、ルールなどを毎時間教師が掲示していき、「キラキラ宝箱」として試合の前や作戦タイムでいつでも児童が確認できるようにする。

はじめのゲーム：はじめのゲームは、簡単な規則やコートにすることで、授業を進めて行く中で、児童から学習課題がでるような仕組みにしていく。その後、児童との合意形成の中で、コートの幅を広げたり、場所によって得点を変えたりして、ゲームの内容を変えていく。



#### 【はじめの規則】

- ・ 1試合3分で、3ゲーム行い、一番得点が多いチームの勝ち。
- ・ 3チームローテーションで攻守を交代していく。
- ・ 二本の赤いコーンの間をボールが通り抜ければ1点。
- ・ コーンより高いボールは得点にはならない。
- ・ 守りは、手や足でボールを止めて良い。

● チーム、● チーム：攻め / ○ チーム：守り

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○「Padlet」の振り返り

共有アプリを活用することで、全時間の全員の振り返りが見られることができるような振り返りを行い、友達の考えやこつを常に見ることができるようにする。

#### ○資料の提示

試合中に児童のよい動きを教師が定点で動画撮影をし、共有ドライブに入れておくことで、振り返りのときや自宅でも児童が自由に動画を見ることができるようにする。動画の中で、同じチームの仲間や相手チームのよい動きや参考にしたい所を見られるようにする。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○運動が苦手な児童・運動に意欲的ではない児童への働き掛け

- ・チーム名を児童が決めたり、作戦タイムを設けたりする事で仲間意識を強める。
- ・試合の後に必ずアドバイスの時間を取り、お互いのチームのよい所や改善点を伝え合う活動を取り入れる。
- ・全員が得点をしたらボーナス得点がもらえるルールを加え、上手な児童が苦手な児童を助けたり、自発的にアドバイスをしたりするような取り組みをする。

#### ○チーム編成の工夫

9人で1チームを編成し、Aチーム攻め、Bチーム攻め、Cチーム守りにすることで、全ての児童がゲームに参加できるような形にした。ゲームの中の役割が三つあり「シュートマン」5人「ゴールマン」（守備の後ろで空いているゾーンを教える人）4人、「ガードマン」4人の構成にし、3ローテーションすることで、全チームが攻めと守備を経験できるようにする。

## 7 学習過程

### < 第1学年 ボールゲーム 「 ゴーゴゴール 」 >

時	1	2	3 (本時)	4	5	6
段階	学習課題を見いだす ゲームに夢中になる	より自分に合った学習課題を探したり、解決したりする みんなでゲームを楽しむ			学習課題を解決する ゲームに勝つための作戦を考える	
学習内容・活動	1 挨拶 2 準備運動 3 ゲームにつながる運動 4 場の準備 5 学習の進め方の確認 6 はじめの規則の確認 7 ゲーム① 8 振り返り① 9 ゲーム② 10 片付け 11 整理運動 12 振り返り② 13 挨拶	1 挨拶 2 準備運動 3 場の準備 4 ゲームにつながる運動 5 学習課題の確認 6 ゲーム① (兄弟チーム) 7 振り返り① (全体) 8 ゲーム② (兄弟チーム) 9 振り返り② (チーム) 10 ゲーム③ 11 片付け 12 整理運動 13 振り返り③ (チーム→全体) 14 挨拶	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">予想される学習課題</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40%;"> <p><b>規則</b> どうしたらみんなが楽しいゲームになるか考える。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40%;"> <p><b>蹴る</b> どのように蹴れば得点できるのかを考える。</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40%;"> <p><b>態度</b> 規則を守ってみんなでゲームを楽しめるように考える。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40%;"> <p><b>守る</b> どのようにしたら得点されないのかを考える。</p> </div> </div>		1 挨拶 2 準備運動 3 場の準備 4 ゲームにつながる運動 5 学習課題の確認 6 ゲーム① 7 振り返り① (チーム) 8 ゲーム② 9 振り返り② (チーム) 10 ゲーム③ 11 片付け 12 整理運動 13 振り返り③ (チーム) 14 挨拶	

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3 (本時)	4	5	6
知・技	②		②			④
思・判・表			①②			
態度	①		②③④			⑤

## 9 本時の指導（3/6時）

### （1）本時の目標（◎は重点評価）

◎ボールを蹴って、得点することができるようにする。【知識及び技能】

○ボールを蹴ることや攻め方について考えたことを友達に伝えることができるようにする。

【思考力, 判断力, 表現力等】

○用具等の準備や片付けを、友達と一緒にすることができるようにする。【学びに向かう力, 人間性等】

### （2）本時の展開

学習内容 ・ 児童の反応 【】 思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
1 集合・整列・挨拶をする。 2 準備運動をする。 3 ゲームにつながる運動をする。 4 学習課題を確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;">             どうやったら たくさん得点できるか 考えよう           </div>	●前時に話し合った学習課題について確認する。 ●音楽に合わせて準備運動を行い、心と体のスイッチを入れやすくする。 ◎ボールゲームで使用する用具等の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】
5 場や用具の準備をする。 6 ゲーム① 4分30秒 7 振り返り①（全体） 8 ゲーム② 4分30秒 【試す】 9 振り返り②（チーム） 10 ゲーム③ 4分30秒 11 片付け 12 整理運動	●毎時間活動の場を固定することで、活動にスムーズに入れるようにする。 ●ボールをねらったところに蹴っている児童や、フェイントや作戦を立てて友達と協力している児童を称賛したり、よい動きをオノマトペやキーワードを使って価値付けたりする。 ●たくさん点が採れる方法や攻め方について考えたことを学級全体で共有する。 ●よい動きをしている児童に手本を見せてもらい、よい動きを理解できるようにする。 ●振り返り①で共有したことを意識して動いたり、友達に声を掛けたりしている児童を称賛する。 ◎ボールを蹴って、得点することができる。 【知識・技能】（行動観察、学習カード） ●用具を片付ける場所を固定し、児童が片付けやすいようにする。
13 振り返り（チーム→全体）【振り返る】 14 次の学習課題を決める 15 挨拶	●今日の学習課題について学習カードを用いて振り返るとともに、次時に学んでいきたい学習課題についての合意形成も図る。

**小学校第4学年 体育科 学習指導案**  
**三鷹市立第六小学校 4年4組**

**1 単元名 器械運動 「 跳び箱運動 」**

**2 単元の目標**

<b>知識及び技能</b>	回転技や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすることができるようにする。
<b>思考力、判断力、表現力等</b>	自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
<b>学びに向かう力、人間性等</b>	運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

**3 単元の評価規準**

観点	単元の評価規準
<b>知識・技能</b>	① 技の行い方やポイント、練習の仕方を理解している。 ② 自己の能力に適した基本的な繰り返し系の技、または発展技ができる。 ③ 自己の能力に適した基本的な回転系の技、または発展技ができる。
<b>思考・判断・表現</b>	① 自己の能力に適した課題を見付け、課題に合った練習の方法や場を選んでいる。 ② 観察し合って見付けたコツや仲間の考えたことを伝えている。
<b>主体的に学習に取り組む態度</b>	① 跳び箱運動に積極的に取り組もうとしている。 ② 準備や片付けなど分担された役割を果たそうとしている。 ③ 学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ④ 仲間の考えや取組を認めようとしている。 ⑤ 場や器械・器具の安全に気を配っている。

**4 基礎研究**

**(1) 運動の特性**

- ・助走、踏み切り、着手、突き放し、回転、着地という一連の動作を行う運動である。
- ・跳び箱の高さや向きなど条件を変えた場において、自己の能力に適した技や発展技に挑戦して、既習の技ができたり、新しい技ができるようになったりすることにより、楽しさや喜びを味わうことのできる達成型の運動である。
- ・「できる」「できない」がはっきりしている運動である。
- ・自分の能力に応じたためあてをもち、友達と教え合いながら取り組むことが楽しい運動である。

**(2) 内容の系統性**

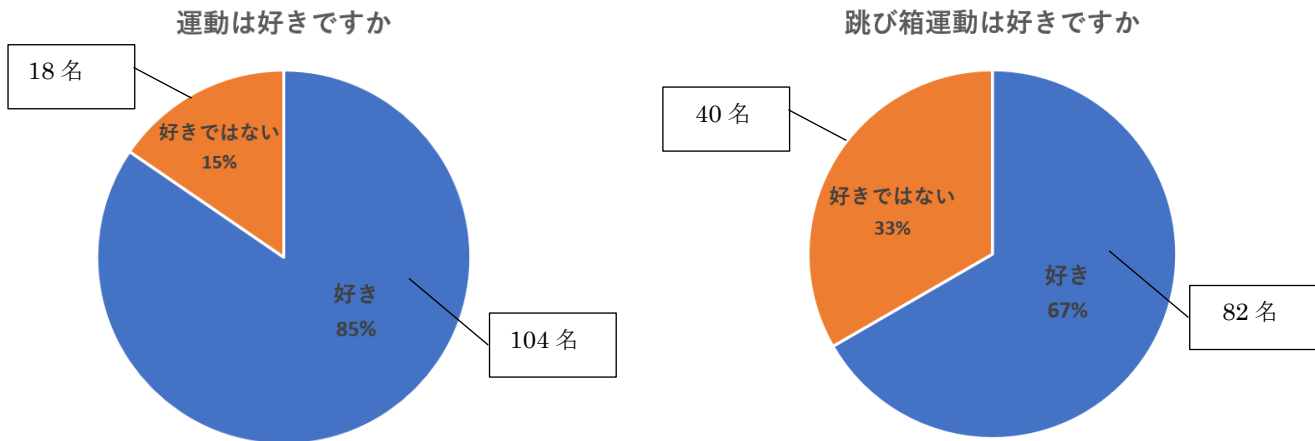
		低学年	中学年	高学年	中学校
系・技能	グループ	運動遊び	基本的な技 (発展技)	発展技 【更なる発展技】	基本的な技 (発展技)
切り返し系	切り返し跳び	馬跳び タイヤ跳び うさぎ跳び ゆりかご 前転がり 背支持倒立(首倒立) かえるの逆立ち	開脚跳び (かかえ込み跳び)	かかえ込み跳び (屈身跳び)	開脚跳び かかえ込み跳び
回転系	回転跳び	かえるの足打ち 壁上り下り倒立 支持でまたぎ乗り・下り 支持で跳び乗り・下り 踏み越し跳び	台上前転 (伸膝台上前転) ※前転 首はね跳び (頭はね跳び) ※首はね起き (頭はね起き)	伸膝台上前転 ※伸膝前転 頭はね跳び (前方屈腕倒立回転跳び) ※頭はね起き	頭はね跳び ※頭はね起き



## 5 児童の実態

本学年では、多くの児童(122名中104名、約85%)が体育学習を「好き」と捉えている。しかし、跳び箱運動に限ると、「好き」と答えた児童の割合は大幅に下がった(122名中82名、約67%)。

跳び箱運動が好きな理由としては、「できたときの感じが気持ちいい・嬉しい」ことや「友達と一緒に運動することが楽しい」といった答えが多く挙げられた。反面、「できるようになる方法が分からない」や「回ったり跳んだりすることが苦手」など、自分の知識・技能面に不安や課題を感じる児童が複数いることも分かった。



これらの実態を踏まえ、本単元では、児童が自身の望む姿に近付けるよう、児童一人ひとりが自分の学習課題を明確にしたうえで、その解決を図っていける学習を展開していく。①学習用タブレット端末を活用して、自分や友達の動き、お手本の動きを写真や動画で確認しながら自分の課題を明確にしていくとともに、②指導者が技のポイントを具体的な言葉で示し、③スモールステップで課題解決の場を説明する時間を十分に確保していく。そうすることで、児童が粘り強く、自己調整しながら主体的に活動に取り組み、児童が自己の資質・能力を高めていけるようにする。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にした学習過程

自分ができる技を把握するとともに、「この技ができるようになりたい!」「今できる技をもっとかっこよくできるようになりたい!」など、跳び箱運動における自分の課題を自分で決め、自ら学習の道筋をつくりながら課題解決していくことができる学習過程にした。

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○学習用タブレット端末の活用

学習カードと技の資料を一体化した資料を作成・配布する。動画を撮って自分の動きを見返したり、技に関連する資料を見られるようにしたりして、客観的に自分の動きの変容を見とれるようにする。そのため、個人の振り返りの時間は授業時間内では設けず、家庭でじっくりと振り返りを行うことで、次時に向けた見通しを児童自身でもてるようにする。また、学習用タブレット端末を活用することで、児童が家庭で入力した振り返りに対し、即座にフィードバックを送り、次時の学習課題を適切に立てることができる。

#### ○対話的な学びの促進

動画を互いに撮り合う際に、アドバイスを送り合うように言葉掛けをし、児童同士のコミュニケーションを促す。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○年間を通した取り組み

本学級では体育の学習に限らず、「いつでも どこでも だれとでも」を合言葉に、特定の友達だけでなく、様々な友達とかかわることを意識付けている。そこで、本時も特定のグループを作成せず、毎時間自分の課題ごとにグループを形成する。様々な友達と学習することで、自分だけでなく学級全体で学びに向かっていく集団の雰囲気をつくることができると考えた。

#### ○運動が苦手な児童・運動に意欲的ではない児童への働き掛け

跳び箱運動に対し、苦手意識をもつ児童が多いという実態から、易しい場、楽しいと思える場を用意し、跳び箱運動に対し苦手意識のある児童も安心して学習に取り組めるようにするとともに、着実に成功体験を積み重ねることで、児童が意欲的に学習に取り組めるようにする。また、「手の付く位置はどうだった?」「膝はどうなっている?」など、より具体的な技のポイントの言葉掛けを行うことで、自分の課題を児童が明確に意識できるようにする。



## 7 学習過程

### < 第4学年 器械運動 「 跳び箱運動 」 >

時	1	2	3	4 (本時)	5	6
段階	跳び箱運動の 行い方を知る。	自分の課題を 見つける。	課題を解決する			学習の成果を 発表する。
学習内容・活動	1 集合・整列・ 挨拶をする。 2 単元の学 のねらいや 流れ、学習の 進め方を知 る。 3 準備運動を する。 4 場の準備を する。 5 感覚つくり の運動 オリエンテーション 自分ができる技を知 り、学習の進め方を 学ぼう 6 技調べ 次のことに留意 して、3年生ま でに学習した技 に取り組む。 ・助走をつけて技 を始める。 ・両足で強く踏み 切る。 ・両手を着いて支 える。 ・両足着地してポ ーズで終わる。 7 整理運動をする。 8 振り返りをする。 9 後片付けをする。 10 集合・整列・挨拶 をする。	1 集合・整列・挨拶をする。 2 学習の流れと本時のめあてを確認する。 3 準備運動をする。 4 場の準備をする。 5 感覚つくりの運動をする。 6 課題設定	6 課題解決	6 課題解決	6 課題解決	7 学習成果の 発表  児童の願いに 応じて、学習の 成果を披露す る。  例 ・技の発表会 （グループ） （全員） ・動画の撮影会 など児童の願 いに応じた学 習のまとめを 行う。
		【切り返し系】 ・ポイントを知る。 「開脚跳び」「かか込み跳び（発展技）」 ・自分の課題を見付ける。 切り返し系の技について、自分の課題に応じた場や段階を選んで練習に取り組む。	【回転系】 ・ポイントを知る。 「台上前転」「大きな台上前転（発展技）」 自分の課題を見付ける。 回転系の技について、自分の課題に応じた場や段階を選んで練習に取り組む。			
		7 整理運動をする。 8 振り返りをする。 9 後片付けをする。 10 集合・整列・挨拶をする。				

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3	4 (本時)	5	6
知・技		①		③	④	⑤ ③
思・判・表	①		②	②		
態度	①	⑤	②		③	④

## 9 本時の指導（4/6時）

### （1）本時の目標（◎は重点評価）

- ・資料と自分の動きを比べることで、自己の力に適した課題を見付け、課題に応じた解決の仕方や場、段階を選んで活動することができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】

### （2）本時の展開

学習内容 ・児童の反応 【】 思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
1 集合・整列・挨拶をする。 2 準備運動をする。 3 場の準備を行う。 4 感覚づくりの運動 様々な動きを体験できる場を作り、ローテンションをしながら運動をする。 5 学習の流れと本時の学習課題を確認する。	●学習の約束（試技の仕方、待ち方、器具の運び方、服装など）について確認する。 ●体と心のスイッチを入れるために音楽を流しながら行う。 ●首、手首、膝関節など筋肉の筋は、じっくりと時間をかけて伸ばすようにする。 ●それぞれの運動がどのような技につながっていくかを意識させるような言葉掛けをする。 ●前時までの学習から、それぞれの課題や学習状況を把握しておく。 ●学習用タブレット端末の資料を基に、本時で取り組む課題について今日のグループで確認する。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">自分の課題に合った場を選んで練習しよう</div>	
6 課題解決タイム ・前時に把握した学習課題の状況から、自分に合った場を選んで課題解決に取り組む。【試す】 ・自分の動きと資料を比べながら切り返し系→回転系の順にそれぞれの課題解決に取り組む。【比較する】	●学習用タブレット端末を活用し、事前に自己の課題と見てほしいポイントを明確にして取り組む練習を選ぶように指示する。 ●切り返し系と回転系で技が変わる際には、簡単な柔軟を行ってから活動を切り替えさせるようにする。 ●友達とのかかわりや学び合いを増やすために、「する→する→どうだった→する」の流れで運動する。 ●課題が解決できたら、次の学習課題を見付けられるように声掛けする。 ◎自己の能力に適した課題を見付け、課題に応じた解決の仕方や場、段階を選んで活動することができる。 （観察・学習カード）【思考・判断・表現】
7 整理運動をする。 8 振り返りをする。【振り返る】 9 後片付けをする。 10 集合・整列・挨拶をする。	●心を落ち着けさせるために、音楽をかけて動かした部位を中心にほぐすようにする。 ●本時の学習を振り返り、次時に取り組む学習課題を確認し、設定する。

**小学校第5学年 体育科 学習指導案**  
**三鷹市立第六小学校5年3組**

**1 単元名**    **ボール運動 ゴール型 「アルティメット」**

**2 単元の目標**

<b>知識及び技能</b>	ディスク操作とディスクを持たないときの動きによって、簡易化されたゲームをすることができるようにする。
<b>思考力, 判断力, 表現力等</b>	ルールを工夫したり、自己や仲間の特徴に応じた作戦を選んだりするとともに、自己や仲間の考えたことを伝えることができるようにする。
<b>学びに向かう力, 人間性等</b>	運動に積極的に取り組み、ルールを守って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

**3 単元の評価規準**

観点	単元の評価規準
<b>知識・技能</b>	① アルティメットの行い方を理解している。 ② 近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。 ③ ボール保持者と自己の間に守備者が入らないように移動することができる。 ④ 得点しやすい場所に移動し、パスを受けることができる。
<b>思考・判断・表現</b>	① 誰もが楽しくゲームに参加できるように、プレイの制限、得点の仕方などのルールを選んでいく。 ② チームの特徴に応じた作戦を選び、自己の役割を確認している。 ③ 自己や仲間が行っていた動きの工夫を伝え合っている。
<b>主体的に学習に取り組む態度</b>	① 練習やゲームに積極的に取り組もうとしている。 ② ルールやマナーを守り、仲間と助け合おうとしている。 ③ ゲームを行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果たそうとしたり、用具の安全に気を配ったりしている。 ④ 勝敗を受け入れようとしている。 ⑤ ゲームや練習の中でお互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。

**4 基礎研究**

**(2) 運動の特性**

- ・飛んでいるディスクは徐々にスピードが遅くなるので、慣れてくると追いかけてキャッチすることができる運動である。
- ・パスが通りやすく、立てた作戦を実行しやすい運動である。
- ・ディスクを飛ばすこと自体が面白い運動である。
- ・ゴールエリアに入った味方にパスが通ったら得点というルールから、パスを出した児童だけでなくパスを受けた児童も嬉しさや称賛を得られる運動である。
- ・ディスクだけあればゲームができるので、準備や片付けが楽な運動である。

**(2) 内容の系統性 (ゴール型)**

低学年	中学年	高学年	中学校
ゲーム	ゲーム	ボール運動	ゴール型
ア ボールゲーム ○的当てゲーム ○シュートゲーム	ア ゴール型ゲーム ○ハンドボールなどを基にした易しいゲーム ○タグラグビーなどを基にした易しいゲーム	ア ゴール型 ○バスケットボールなどを基にした簡易化されたゲーム ○タグラグビーなどを基にした簡易化されたゲーム	ア ゴール型

## 5 児童の実態

本学級では、休み時間に、ボール運動を好んで行う児童が少ない。キックベースの授業では、得意な児童もいれば、フライのボールをキャッチできなかつたり、向かってくるボールの正面に移動できなかつたりする児童もいたりボール運動の経験に差がある。学習指導要領解説体育編には、「ボール運動系」の領域特性として、「競い合う楽しさに触れたり、友達と力を合わせて競争する楽しさや喜びを味わったりすることができる運動である」とされている。このことを踏まえると、ほとんどの児童が経験のない「アルティメット」を教材として扱うことで、ボール操作でみられる経験の差が、配慮できると考えた。また、児童が運動の特性を味わいながら振り返ったことを、学習課題として展開していくことで、主体的に取り組めるのではないかと考えた。本単元においては「ディスクを投げる・取る技能」を新しく習得しつつ、「みんながゲームを楽しめる」ということを視点に、アルティメットのルールを工夫し、チームでの話し合い活動を重視していく。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にした学習過程

児童が主体的に学習に取り組むために、まずアルティメットのゲームに取り組んだうえで個人やチームの課題を見つけていく学習過程を組む。特に、予想される主な課題としては「得点を取るためにパスをいかにつなぐか」「得点をさせないためにどう動くか」というような課題である。児童の課題を想定しつつ、教師は得点につながる動きや作戦を取り上げ、解決策を提示していく。その際に、ホワイトボード等に図示したり、実演したりして可視化していく。それだけではなく、ゲーム中にも称賛の言葉掛けを通して、よい動きを直接的に伝えたり、ゲームに参加していない児童に対して教師が意図的に問いを投げ掛けたりしていき、よい動きに対しての思考を促していく。

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○振り返り

授業の振り返りでは、スライドを使用して、各チームが学習課題に対して考えた作戦を書き込んでいく。スライドで共同編集をすることで、グループで考えた作戦を随時見返すことができ、個人の振り返りにも活かすことができる。また、個人の振り返りはクラスルームを使用し、グループで共有することで協働的な学びにつながる。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○チーム会議

- ・授業のめあてに対するチームの学習課題を毎時間立て、チームの学習課題に対する練習を選択したり、作戦を考えたりする時間を設ける。
- ・チームファイルの中の作戦を選択しながら、強いチームを目指して練習をしていく。
- ・個人の振り返りの中でよい動きを言語化したものを掲示し蓄積していく。そうすることで児童のよい動きの共通理解を図り、学びを積み上げていく。

#### ○運動が苦手な児童・運動に意欲的でない児童への働きかけ

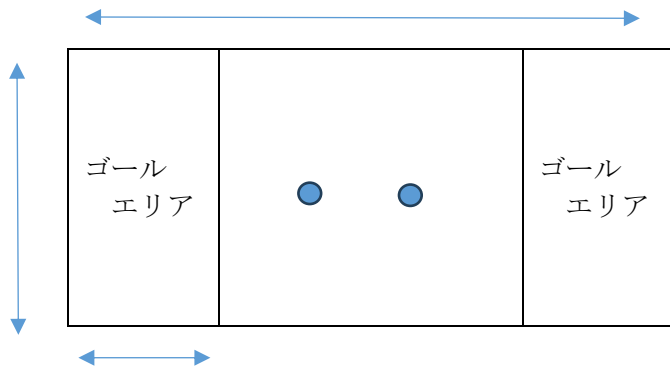
児童が「またやりたい」と思えるように全員が楽しめるゲームの行い方を児童が主体となって選択し、設定していく。ゲームの行い方だけでなく、技能向上のための練習方法を児童主体で考え、それを教師が価値付けていく。児童は他チームの練習方法も取り入れながら、練習方法を選んでいく。



## 7 学習過程

### <第5学年 体育科 ボール運動 ゴール型「アルティメット」>

時	1	2	3	4	5 (本時)	6・7
段階	学習の進め方を知ろう	点を取らせない方法を考えよう	点を取る方法を考えよう	たくさん点を取る方法を考えよう	チームの特徴に応じた作戦を考えよう	チームの特徴に応じた作戦をもとに楽しくプレイしよう
児童と話し合って学習課題を決める。						
学習内容・活動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合・整列・あいさつをする。</li> <li>2 アルティメットを知る。</li> <li>3 単元の学習のねらいや流れを知る。</li> <li>4 準備運動を行う。</li> <li>5 ディスクの投げ方、取り方を知る。</li> <li>6 試しのゲームを行う。</li> <li>7 整理運動を行う。</li> <li>8 振り返りを行う。</li> <li>9 後片付けを行う。</li> <li>10 集合・整列・挨拶をする。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合・整列・あいさつをする。</li> <li>2 学習の流れと本時のめあて、新しいルールの確認をする。</li> <li>3 チーム会議を行う。</li> <li>4 準備運動を行う。</li> <li>5 練習方法の紹介をする。</li> <li>6 チーム練習を行う。</li> <li>7 ゲーム①を行う。</li> <li>8 チーム会議を行う。</li> <li>9 ゲーム②を行う。</li> <li>10 チーム会議を行い、振り返りを行う。</li> <li>11 整理運動を行う。</li> <li>12 後片付けを行う。</li> <li>13 集合・整列・挨拶をする。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合・整列・あいさつをする。</li> <li>2 学習の流れと本時のめあての確認をする。</li> <li>3 チーム会議を行う。</li> <li>4 準備運動を行う。</li> <li>5 チーム練習を行う。</li> <li>6 ゲーム①を行う。</li> <li>7 チーム会議を行う。</li> <li>8 ゲーム②を行う。</li> <li>9 チーム会議を行い、振り返りを行う。</li> <li>10 整理運動を行う。</li> <li>11 後片付けを行う。</li> <li>12 集合・整列・挨拶をする。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合・整列・あいさつをする。</li> <li>2 学習の流れと本時のめあての確認をする。</li> <li>3 チーム会議を行う。</li> <li>4 準備運動を行う。</li> <li>5 ゲーム①を行う。</li> <li>6 チーム会議を行う。</li> <li>7 ゲーム②を行う。</li> <li>8 チーム会議を行う。</li> <li>9 ゲーム②を行う。</li> <li>10 チーム会議を行い、振り返りを行う。</li> <li>11 整理運動を行う。</li> <li>12 後片付けを行う。</li> <li>13 集合・整列・挨拶をする。</li> </ol>		



#### 【はじめのルール】

- 3人対3人
- 前半（3分）、後半（3分）でメンバーを入れ替える。
- ディスクを持って移動はできない。
- オフェンスがディスクを落とすと攻守交替。
- ディフェンスがディスクをカットすると攻守交替。
- ピボットはあり。
- ゴールエリアでキャッチできたら得点。
- 得点したら、両チーム自陣に戻ってから得点したチームのスローオフでリスタート。\*スローオフのディスクは落としてもその場から試合続行。
- セルフジャッジ

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3	4	5(本時)	6	7
知・技	①	②	③	④			
思・判・表		①			③	②	
態度	③		⑤	①	②	②	④

## 9 本時の指導（5/7時）

### （1）本時の目標（◎は重点評価）

- 自己や仲間が行ってきた動きの工夫を伝え合うことができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】
- ◎ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取り組みを認めることができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

### （2）本時の展開

学習内容 ・児童の反応【】思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
1 集合・整列・挨拶をする。 2 学習の流れと本時のめあてを確認する。  3 チーム会議を行う。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">             チームで協力してたくさん点を取ろう           </div>	●掲示物を使い常に視覚的にふれられるようにする。  ●前時までの学習から、それぞれのチームの課題やクラスで 作成してきたルールについて確認をする。  ●前時の振り返りを活かしてめあてを立てるよう、グループを回りながら声掛けをする。 ●チーム会議で話し合っためあてを達成できそうな練習を考えたり、チームカードから選んだりして、行うよう指示する。
4 準備運動を行う。 5 チーム練習を行う。 *課題に合ったチーム練習を行う。  6 ゲーム①を行う。 <b>【試す】</b>  7 チーム会議を行う。 ・ゲーム①では、空いているスペースに走りこめなかったから、それを意識していこう。 ・強く投げすぎないで、細かくパスをつないでいこう。  8 ゲーム②を行う。 <b>【試す】</b>  9 チーム会議を行い、振り返りを行う。 <b>【振り返る】</b>	●各チームを回り、課題に合った練習や良い声掛けを見つけ、価値付けるとともに、学級全体で共有する。  ◎ゲームや練習の中で互いの動きを見合ったり、話し合ったりする際に、仲間の考えや取り組みを認めようとしている。（観察）【主体的に学習に取り組む態度】  ●チーム会議で話し合っためあてやチーム練習が活かされているチームを見付け価値付ける。  ●ゲーム後に互いの動きやチームワークの良さを認めたり、アドバイスをしたりする時間を設ける。 ◎自己や仲間が行っていた動きの工夫を伝え合っている。（観察）【思考・判断・表現】 ●めあての達成度や次への課題について話し合うよう確認する。
10 整理運動を行う。 11 後片付けを行う 12 集合・整列・挨拶をする。	●けがをした児童や体調が悪い児童がいないか確認し、元気に挨拶をする。



# 保健

---

第3学年 「健康な生活」

第6学年 「病気の予防

～100年Smileでいるために～」

第6学年 「情報とうまく付き合おう」

**小学校第3学年 体育科保健領域 学習指導案**  
**三鷹市立第六小学校 3年4組**

**1 単元名 「健康な生活」**

**2 単元の目標**

<b>知識及び技能</b>	健康な生活について理解することができるようにする。
<b>思考力、判断力、表現力等</b>	健康な生活についての課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現することができるようにする。
<b>学びに向かう力、人間性等</b>	健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進にすすんで取り組むことができるようにする。

**3 単元の評価規準**

観点	単元の評価基準
<b>知識・技能</b>	① 健康の状態には、1日の生活の仕方などの主体の要因や身の回りの環境の要因がかかわっていることを理解している。 ② 健康の保持増進には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることを理解している。 ③ 健康の保持増進には、体の清潔を保つことが必要であることを理解している。 ④ 健康の保持増進には、明るさの調節、換気などの生活環境を整えることなどが必要であることを理解している。
<b>思考・判断・表現</b>	① 健康な生活について、健康に過ごすための課題や解決の方法を考え、学習カードなどに書いたり、発表したりして伝えている。 ② 健康な生活について学習したことと、自分の生活とを比べたり、関連付けたりして、生活の仕方に課題を見付け、解決の方法を考え、友達に伝えている。
<b>主体的に学習に取り組む態度</b>	① 健康な生活について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動にすすんで取り組もうとしている。 ② 健康な生活について、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動にすすんで取り組もうとしている。

**4 基礎研究  
内容の系統性**

小学校体育科保健領域、中学校保健体育科保健分野、高等学校保健体育科「科目保健」の学習は、生涯を通じて自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成することを目標として学習内容が体系的に位置付けられている。本単元「健康な生活」は、中学校「健康な生活と疾病の予防」「健康と生活」、高等学校「現代社会と健康」「健康を支える環境づくり」の単元につながる内容である。(改訂「生きる力」を育む小学校保健教育の手引、平成31年3月文部科学省) また、教科横断的な視点で組み立て、カリキュラム・マネジメントに努めることが求められており、道徳における心身の健康の増進を図ろうとする心の育成、特別活動における基本的な生活習慣の形成及び心身ともに健康で安全な生活態度の形成、総合的な学習の時間における福祉・健康などの横断的・総合的な課題を解決する探究的な学習等との関連を図っていく必要がある。(中央教育審議会答申、平成28年12月21日中央教育審議会)



## 5 児童の実態

本学級の児童は、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザが流行する状況の中でも、欠席も少なく毎日元気に登校している児童が多く「健康」に関してあえて考えることも多くない。しかし、朝遅刻が多くみられる児童や、校庭が遊び場所に割り振られていても外遊びをしない様子が見られる児童、給食では野菜を残すことが多い児童も見られ、健康についても個人差が見られる。

そこで、本年度、健康 Week チェックシートを活用し、個人の健康に関して実態把握を試み、本学級の児童が普段どれくらい健康な生活を意識できているか分析した。健康 Week チェックシートでは、毎日、6項目の各目標を達成できたかどうかについて3段階の自己評価を行う（2：できた、1：ほぼできた、0：できなかった）。以下の表のような結果が得られた。（実態調査 対象：3年4組29名 実施時期：令和5年12月11日～12月17日）

チェック項目	平均点（点）	合計点（点）	目標達成率（%）
寝る時間	10.3	14.0	73.5
起きる時間	11.5	14.0	82.1
食事	13.4	14.0	95.7
運動	12.3	14.0	87.8
手洗い	12.5	14.0	89.2
排便	11.9	14.0	85.0

すいみんに関する項目は達成率が低く、健康課題であるといえる。その他の項目において達成率が85.0%以上と高いのは、目標が低めに設定されたことによるものと考えられる。そこで、本単元では、児童が健康課題を自分事として捉え、「健康」について考えることでその大切さに気づき、健康な生活を実践していく態度を身に付けさせることができると考える。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にした学習過程

児童に健康について自分事として捉えさせるために、まず第1時（本時）に健康とは何かを個人やグループで考え、健康について考えを広げる。第2時以降では、「元気さん」の生活の様子から健康な生活を送るために大切なことを考える。視点を広げたうえで児童本人の生活に戻し、自己の健康課題へと目を向けられるようにする。見付けた健康課題は、「健康 Week」で取り組む目標にし、実践できるようにする。「健康 Week」では、1か月の中で一週間、食事・運動・睡眠・清潔について目標を設定し、振り返る取り組みを行っている。また、児童が考えた作戦を実践できるように、家庭にも保健で学習したことを伝え、家庭と連携して実践できるようにする。

#### ○養護教諭との連携

児童にとって、最も身近な学校保健の指導者である養護教諭から話を聞くことは、知識を定着させる上で効果的であると考えられる。児童とのやり取りの中で生まれた疑問を解決するに当たり、必要な知識を伝える役割や、正しい知識に気付くようにする役割をT2である養護教諭が担当する。養護教諭から話を聞くことで、学習への関心を高め、知識がより定着するようになる。また、自己の健康課題に目を向けたときには、養護教諭の助言を基に、具体的な行動へと移していけるようにする。

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○視覚的な資料の提示

手洗いの仕方や洗濯によって変化する汚れ、換気による空気の流れ等、画像や動画を用いて提示したり、体感したりすることで実感を伴った理解につなげることができるようにする。

#### ○Jamboard を活用した情報の共有

本時では、学習用タブレット端末を使い、Jamboard を使用してそれぞれの絵が健康か健康ではないかを考える。グループごとに一枚のシートを使用することで、他のグループの考えもすぐに見ることができ、自分たちの考えをより深められるようにする。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○日常の取り組み

体育の学習を中心に、「いつでも どこでも だれとでも」を合言葉に活動を行っている。また、ペアやグループでの活動を多く行うことで、男女でのペアや今まで組んだことのなかった児童同士のペアが多く見られた。

#### ○学習に意欲的ではない児童への働き掛け

それぞれの健康課題に対して、グループで考えを共有する活動を行うことで、自分の考えをもつことに苦手意識がある児童も他者の考えに共感したり新たな発見に気付いたりすることで、自分の考えをもちやすくなる。

2時以降は、「元気さん」の生活の様子から健康課題を考え、自己の生活の仕方を振り返る。児童によって生活経験は異なることが予想されるので、「元気さん」の生活の様子を例にあげて考えることで、全員が同じ土台で思考できるようにする。終末では、自己の生活を振り返り、改善策を考えられるようにする。

## 7 学習過程

### < 第3学年 保健領域 「健康な生活」 >

時	1 (本時)	2	3	4	
段階	保健の学習との出会い	自己の生活を振り返り、健康課題を見付け、取り組む			
学習内容・活動	1 「健康」という言葉からイメージすることを考える。 2 学習課題を確認する。 3 絵を見て、健康かそうでないかを考える。 4 考えを全体で共有し、健康とはどのような状態であるかをまとめる。 5 学習を振り返る。	1 前時の学習を振り返る。 2 学習課題を確認する。 3 具合の悪い元気さんへアドバイスを考える。 4 健康な生活の仕方を養護教諭から聞き、理解を深める。 5 自分の生活を振り返り、生活改善の方法を考え、考えたことをグループで発表する。 6 学習を振り返る。	1 前時の学習を振り返る。 2 学習課題を確認する。 3 元気さんがより健康になるように生活の仕方の課題と解決策を考える。 4 解決策の根拠を考え、元気さんにアドバイスを発表する。 5 健康な生活の仕方を養護教諭から聞き、理解を深める。 6 自分の生活を振り返り、生活改善の方法を考え、考えたことをグループで発表する。 7 学習を振り返る。	1 元気さんの家の様子を確認する。 2 学習課題を確認する。 3 元気さんがより健康になるように、家の様子の課題と解決策を考える。 4 解決策の根拠を考え、元気さんへのアドバイスを発表する。 5 健康な生活の仕方を養護教諭から聞き、理解を深める。 6 自分の生活を振り返り、生活改善の方法を考え、考えたことをグループで発表する。 7 学習を振り返る。	

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1 (本時)	2	3	4
知	①	②	③	④
思・判・表		①		②
態度	①			②

9 本時の指導（1/4時）

(2) 本時の目標（◎は重点評価）

○健康の状態には、1日の生活の仕方などの主体の要因や身の回りの環境の要因がかかわっていることを理解することができるようにする。

【知識及び技能】

◎健康な生活について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動にすすんで取り組もうとしている。

【学びに向かう力、人間性等】

(3) 本時の展開

学習活動・児童の反応 【】思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
<p>1 児童に「健康」であるかを問い、「健康」という言葉からイメージすることを共有する。</p> <p>2 学習課題を確認する。</p>	<p>●児童にとって健康は当たり前のことであり、意識しづらい。その当たり前にはどんなことがかかわっているかを意識するようにする。</p>
<p>健康とは、どんなことだろう？</p>	
<p>3 いろいろな情報が描かれた、たくさんの絵を見て、どの絵が健康で、どの絵が健康ではないかを話し合う。【多面的・多角的に見る】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・けがや病気をしてるのは、健康じゃない。</li> <li>・たくさん食べているから健康だよ。</li> <li>・食べすぎはダメ。</li> <li>・体は元気でも、心が悲しいのは健康じゃない。</li> </ul> <p>4 考えを全体で共有し、健康とはどのような状態であるかをまとめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動。</li> <li>・食事。</li> <li>・明るさなど照明。</li> <li>・手洗いなど清潔。</li> <li>・すいみん・休養</li> </ul>	<p>●骨折、虫歯、寝不足、発熱、泣いている様子など多くの情報を取り上げる。健康かそうでないかについて理由も含めて考えることで健康への視野を広げながら議論を深める。</p> <p>●個人で考える時間を設けた後、グループでJamboardを使って話し合う。</p> <p>◎健康な生活について、考えたことを話し合ったり発表したり、学習活動にすすんで取り組もうとしている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>●グループで得た気付きや深めた考えを全体で共有する。根拠や理由を発言することで健康に大切なことは何かを共有し、明らかにしていく。</p> <p>●健康とはどのような状態かを全体で話し合う中で、必要な知識を伝えたり正しい知識に気付かせたりする役割を養護教諭が担当する。</p>
<p>5 学習の振り返りをワークシートに書く。 【振り返る】</p>	<p>●本時の学習で分かったことや気が付いたことを振り返る。また、健康でいるとどのようなよいことがあるのか、という視点についても考えることで、健康に気を付けて生活しようとする意欲を高める。</p> <p>◎健康の状態には、1日の生活の仕方などの主体の要因や身の回りの環境の要因が関わっていることをワークシートに書いている。</p> <p>【知識・技能】</p>

小学校第6学年 体育科保健領域 学習指導案  
三鷹市立第六小学校 6年4組

1 単元名 「 病気の予防 ～100年 Smile ているために～ 」

2 単元の目標

知識及び技能	病気の起こり方、病原体が主な要因となって起こる病気の予防、生活行動が主な要因となって起こる病気の予防、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康、地域の様々な保健活動の取組について、理解することができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	病気の予防について、健康や安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復にすすんで取り組むことができるようにする。

3 単元の評価規準

	単元の評価規準
知識・技能	① 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などがかわりあって起こることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ② 病原体が主な原因となって起こる病気の予防には、病原体の発生源をなくしたり、移る道筋を断ち切ったりして病原体が体に入るのを防ぐことや体の抵抗力を高めておくことが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ③ 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、全身を使った運動を日常的に行うこと、糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる偏った食事や間食を避けたりすることなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ④ 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、口腔の衛生を保ったりすることなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ⑤ 喫煙は、呼吸や心臓のはたらきに対する負担などの影響がすぐに現れることや受動喫煙により周囲の人の健康にも影響を及ぼすこと、飲酒は、判断力が鈍る、呼吸や心臓が苦しくなるなどの影響がすぐに現れることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。
思考・判断・表現	① 病気の予防について、病気の起こり方に関わる事象から課題を見付けている。 ② 病原体が主な原因となって起こる病気の予防について、学習したことを活用して、予防の方法を考えたり、適切な方法を選んだりしている。 ③ 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防について、学習したことを自分の生活と比べたり、関連付けたりするなどして適切な解決方法を考えている。 ④ 喫煙・飲酒が健康を損なう原因となることについて、なぜ健康への影響があるか、考えたことを学習カードに書いたり、友達に説明したりしている。
主体的に学習に取り組む態度	① 病気の予防について、課題の解決に向けての話合いや発表などの学習や、教科書や資料を調べたり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。

4 基礎研究

内容の系統性

小学校体育科保健領域、中学校保健体育科保健分野、高等学校保健体育科「科目保健」の学習は、生涯を通じて自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成することを目標として学習内容が体系的に位置付けられている。本単元「病気の予防」は、中学校「健康な生活と疾病の予防」、高等学校「現代社会と健康」「健康を支える環境づくり」の単元につながる内容である。(改訂「生きる力」を育む小学校保健教育の手引、平成31年3月文部科学省) また、教科横断的な視点で組み立て、カリキュラム・マネジメントに努めることが求められており、道徳における心身の健康の増進を図ろうとする心の育成、特別活動における基本的な生活習慣の形成及び心身ともに健康で安全な生活態度の形成、総合的な学習の時間における福祉・健康などの横断的・総合的な課題を解決する探究的な学習等との関連を図っていく必要がある。(中央教育審議会答申、平成28年12月21日中央教育審議会)



## 5 児童の実態

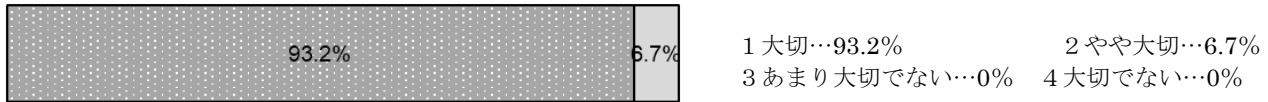
### 《主観》

自分の意見を伝えたり、仲間と協力して何かを成し遂げたりすることはあまり得意ではない集団であった。しかし、学年テーマである「突破」を意識し取り組み、最高学年として、活躍の場面を多くいただき、成長を感じる集団である。自分の意見を伝えることも増え、仲間と協力することのよさは全員が感じることができている。「健康」ということに関しては、まだ自分ごととして捉えられていないのが実態である。そして「睡眠時間」「スクリーンタイム」「食生活」や「運動の二極化」が6年生の健康課題であると考えている。

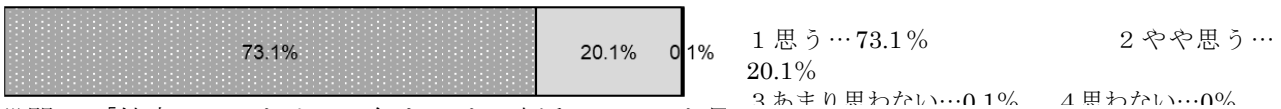
### 《客観》

令和5年5月に、全校児童を対象に行った「健康に関する調査」のうち、健康に対する意識に関する項目では以下の結果が得られた。(6年生119名の有効な回答を抽出)

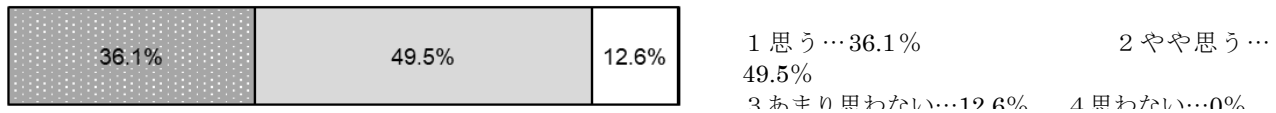
設問21「健康であることは大切である。」



設問22「もっと健康になりたいと思う。」



設問23「健康であるために、気をつけて生活していると思う。」



### 《考察》

上記の結果から、健康であることに対する価値は高くもっている児童が多い一方で、健康であるための生活の仕方について、自信をもって生活できている児童は少ない。そのため、病気を予防するための正しい知識をもつことはもちろん、実践することができる、またそれを続けていくことができるということに対して、意欲や自信をもって卒業できるようにしたい。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にした学習過程

本単元の内容は、望ましくない生活習慣を数年続けていないとかがからない病気だったり、20歳以上になったときに直面する生活の仕方だったりすることから、遠い未来のこととして片付けてしまいがちであり、自分にとっての課題や自分事として捉えにくい。病気の予防、その学びの必要性については、児童一人ひとりの自己実現や未来に対して夢や希望をもつことと関連させながら、誰にも当てはまる課題として実感させていけるようにする。また、この学習を学ぶ必要性を児童と確認しながら進めていくことを大切にす。

#### ○カリキュラム・マネジメント

学校目標の一つである「健康な子ども」の達成を目指すよう、教科横断的な視点をもち学んでいくことが大切だと考えた。今回は、総合的な学習の時間との連携を図りながら、大きな目標として「よりよい生き方」について学んで行けるような学習を展開していく。

#### ○反転学習

「授業で学習し、家庭で復習する」という流れを反転させ、「家庭で予習し、授業でさらに学習する」という学習スタイルで学習過程を進めていく。学習の順序を反転させることで、学んだことをアウトプットする場を確保できる。また、予習の中で、疑問点を解消することができ、一人ひとりの理解度をより深めることができる。この時に、子どもの「学びたい」「学ぶ意味がある」という思いを引き出せるようなしかけをして、課題を出すことを心掛ける。

### (2) ICT 機器の利活用

学習課題を調べるためのツールとして活用する。また、調べたことを整理しながらスライドにまとめていく。そして、一人ひとりがまとめたものを、共有して学校でも家でも見られる状態にする。「いつでもどこでも」学びたいときに学べる環境をつくる。また、教師が適切に評価をし、児童の学びの修正を行っていくことでより深い学びにつながられると考える。



## 9 本時の指導（5/8時）

### （1）本時の目標（◎は重点評価）

- ◎ 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防について、理解することができるようにする。【知識及び技能】
- 生活行動が主な要因となって起こる病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】

### （2）本時の展開

学習内容 ・ 児童の反応 【】 思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
<p>1 前時に学んだことを振り返る。 ・生活習慣病についてみんなで確認したよね。</p> <p>2 平均寿命のグラフと健康寿命のグラフから、今日の学習課題を考える。</p>	<p>●前時にまとめた健康によい生活習慣について（運動、食事、休養・すいみんや口腔の衛生を保つこと）振り返らせて、確認する。 ◎生活行動が主な要因となって起こる病気の予防について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【知識・技能】</p> <p>●2つのグラフの差から、生活習慣病の影響の大きさについて感じさせ、自分たちが健康であり続けることを考えるきっかけにする。</p>
<p>自分の生活を見直し、健康であり続けるためにできることを考えよう。</p>	
<p>3 自分自身の生活を振り返り、課題を見付ける。【関係・関連付ける】 ・自分は、睡眠不足だから、もっと寝るのを早くしたほうがよいな。 ・運動不足だから、休み時間はもっと外遊びをしよう。</p> <p>4 課題の解決方法を考える。 （個人→グループ）</p> <p>5 健康によい生活習慣を続けることが現実的にできそうか考える。 ・確かに理想はあるけれど、現実的にずっとそんな生活はできないな。</p> <p>6 体験者の話を聞く。 ・いつ誰が病気になるかは分からないんだな。こわいな。</p> <p>7 振り返りを行う。 <span style="float: right;">【振り返る】</span></p> <p>8 次回への架け橋を行う。</p>	<p>●自分自身の生活を客観的に振り返るために、生活チェックシートや保護者からの意見などを活用する。 ●自分の課題を見付けることができない児童には、より健康になるためにはどうすればよいかと問い掛ける。</p> <p>◎生活行動が主な要因となって起こる病気を予防するために、課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現している。 【思考・判断・表現】</p> <p>●養護教諭から、自分たちがたてた計画は現実的かを問うことにより、理想を実現することが難しいことを感じさせ、より現実的な計画を考えるようにする。</p> <p>●体験者の話を聞くことにより、自分事として考えることがよりできるようにする。</p> <p>●児童の言葉と教師の言葉で今日の学びを価値付ける。</p> <p>●今回はストーリー仕立てにして、「学びたい」「学ぶ意味がある」という思いを引き出して、次回までに家庭で行ってくる課題を出す。</p>

小学校第6学年 総合的な学習の時間 学習指導案  
三鷹市立第六小学校6年2組

1 単元名 「 情報とうまく付き合おう 」

2 単元の目標

知識及び技能	インターネットの利便性や危険性を知ったり、「情報モラル」に関する知識を正しく理解したりするとともに、「情報モラル」に係る技能を身に付けることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	インターネットに潜む危険への対処法やトラブルを未然に防ぐための適切な方法を考えとともに、考えたことを表現する力や課題を解決しようとする力を高めることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	ネットワーク社会を生きる一員としての自覚をもたせ、よりよいネットワーク社会の実現のため、ルールやマナーを守って情報社会にかかわろうとする態度を養おうとすることができる。

3 単元の評価規準

	単元の評価規準
知識・技能	① 現代の情報化社会についての正しい知識を身に付け、身の回りの多くの情報と関わりながら生きていることを理解している。
思考・判断・表現	① 身の回りのインターネット上の問題を見いだして課題を設定し、さまざまな解決方法を考え、課題を解決する力を身に付けている。
主体的に学習に取り組む態度	① 「情報モラル」について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習、資料を調べたり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。 ② 学んだことを今後の自分の生活に積極的に取り入れ、実践しようとしている。

4 基礎研究

(1) 「情報モラル」及び「情報モラル教育」とは

「情報モラル」とは、「情報社会で適正に活動するための基となる考え方や態度」のことであり、その範囲は、「他者への影響を考え、人権、知的財産権など自他の権利を尊重し情報社会での行動に責任をもつこと」、「危険回避など情報を正しく安全に利用できること」、「コンピューターなどの情報機器の使用による健康とのかかわりを理解すること」など多岐にわたる。（情報教育の推進に向けて～小学校プログラミング教育と情報モラル教育～ 東京都教育委員会）より）

「情報モラル教育」とは、上記の「情報モラル」を児童生徒に身に付けさせる指導である。「情報モラル教育」で取り扱う内容は以下のように2領域5分野に分かれている。

「領域① 心を磨く領域」では、「情報社会の倫理」、「法の理解と遵守」を取り扱う。これらは日常生活におけるモラル（倫理）の延長線上にあるため、特別活動としての「情報モラル教育」でのみ指導を実施するのではなく、道徳科をはじめとする各教科等との連携や、生徒指導との連携を図りながら実施することが重要である。

「領域② 知恵を磨く領域」では、「安全への知恵」、「情報セキュリティ」を取り扱う。これらは情報に関する危険に適切に対応する態度を育てたり、情報機器の使用が及ぼす健康への影響を理解させたりするなど、情報を正しく安全に利用するための知識や技能を身に付けさせることを目的としている。

この2つの領域を通して学んだことを踏まえ、「公共的なネットワーク社会の構築」に積極的に参画する態度を育てていく。



## (2) 「情報モラル教育」の必要性

多くの児童はインターネット上の危険に対して無防備な状態で、しかも、自分が危険な目に遭いかねない状態であることを十分に理解せずに利用している可能性がある。インターネット上のトラブルに関係する被害者や加害者も低年齢化している状況にある。したがって、情報モラル教育には、即座に出遭うかもしれない危険をうまく避けることができるように指導するとともに、一方では、情報社会の特性についての理解を進め、自分自身で的確に判断する力を育成することが求められる。(「情報教育の推進に向けて ～小学校プログラミング教育と情報モラル教育～」 東京都教育委員会より)

## (3) 「情報モラル教育」の内容の系統性

情報モラル教育の内容の系統性					
第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
<b>心を磨く領域</b>					
道徳科を中心とした各教科等の指導、および生徒指導による日常的なモラル(倫理)についての指導					
<b>知恵を磨く領域</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>タブレットの基本的な操作方法を学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>タブレットの基本的な操作方法を学ぶ。</li> <li>インターネット検索の仕方を学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キーボードを使用してローマ字入力を身に付ける。</li> <li>インターネット上での適切なコミュニケーションについて知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プレゼンテーションアプリの操作方法を学ぶ。</li> <li>インターネット上での被害について知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>表計算アプリの操作方法を学ぶ。</li> <li>インターネット依存の危険性について知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プログラミングアプリを使用する。</li> <li>インターネットを扱う上での問題点やトラブルについて考える。</li> </ul>

## 5 児童の実態

令和5年12月に第6学年の全児童121名を対象に行った実態調査では、自分が自由に扱うことができるスマートフォンやタブレットなどの情報端末デバイスを持っていると回答した児童は7割を超えた。学校生活上における学習用タブレット端末の主な使用用途である「調べものをする」「写真や動画をとる」などに加え、「電話やSNSでやりとりをする」「LINEをする」「YouTubeを見る」「SNSを利用する」など、他者とつながったり、インターネット上のあらゆる情報を取り入れたりする目的で情報端末デバイスを使用している児童も多い。また多くの児童が「情報端末デバイスの使い過ぎ」を現在の課題として挙げ、その他にも今後起き得る課題に対して興味・関心が高いことが分かる。現在の課題の解決方法や、今後インターネットを利用していく上でのトラブルの対処方法を知りたいという児童の願いをかなえるためにも、インターネットの利便性や危険性について調べたり友達同士で話し合ったりする時間を十分に確保し、「情報モラル」について正しく理解できるようにしたい。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にしたい学習過程

本単元で取り扱う内容は、トラブルが身近に発生したことがなかったりまだ情報端末デバイスを日頃から使用していなかったりする児童がいることから、インターネット上の危険性を自分事として捉えにくい面がある。しかし、現代またはこれからさらに加速する情報化社会を生き抜いていくためにはこうした端末を使用することは必要不可欠である。事前アンケートでは、「情報モラルの授業を受けたいですか。」の設問に、「受けたい」と回答していた子どもが多く、子どもにとっても正しく情報端末デバイスを使用し、情報と上手に付き合うことに対して必要感がある。また、中学進学時からスマートフォンを携帯させたいと考えている保護者が多く、情報の取り扱いについて不安が生まれやすい時期である。将来、児童が自分の責任で情報端末デバイスやインターネットを扱うようになるとき、自分の判断でトラブルを回避したり、対処したりできるようになりたいという子どもや保護者の思いや願いを取り入れながら学習を展開していくようにする。

#### ○家庭との連携

保護者へアンケートを行い、今後子どもがインターネットを活用していく上で心配していることについて聞き出しておく。そうすることで、子どもが課題を発見する際、子どもの目線だけでなく、視野を広くもって課題に気付くことができるようにする。また、調べてまとめた内容については保護者にも伝え、単元終了後には家で1週間ほどスマートフォンやタブレットの扱いに注意する取り組みを行い、その様子から助言をもらう。学んだことが授業内だけでなく今後の生活に生かされるように、学校と家庭が連携して指導していくようにする。

## (2) ICT 機器の利活用

○児童の実態を把握し、児童がより自分事として考えられるような授業づくりをするツールとして

今回は、課題をより身近に感じさせるために、インターネット上で公開されているデータではなく、本校第6学年の児童121名を対象に実態調査アンケートの内容から課題を発見させるようにする。

○学習内容を伝え合うツールとして

学習用タブレット端末を活用して調べ学習や全体共有をする。個人で調べた内容をグループ内で即座に共有したり、共有の準備の進捗をグループ全体で把握したりすることができるなど、計画的に学習を進めることができる。

## (3) 学びに向かう集団づくり

○日頃のモラル問題

日頃から、道徳科を中心とした各教科や生活指導において、日常生活におけるコミュニケーションの不全によっておこる問題や公共心・公德心について考える活動を行い、モラルに対する意識を高める。

○学習に意欲的ではない児童への働き掛け

これまでにインターネットを使用する上での危険に遭ったことのない児童やスマートフォンやタブレットなどの端末を持っていない児童は課題を自分事として捉えづらい。その場合は、実態調査のアンケート結果から考えさせたり、友達と意見を共有させたりすることで、まだ自分にはそうした経験がなくても自分の身近にはたしかに存在しているということを知れるように働きかける。

## 7 学習過程

< 第6学年 「情報モラル教育」 >

時	1	2	3 (本時)	4	5
段階	①情報モラルについて知る ②課題発見・課題解決		②課題発見・課題解決		③学習内容の共有 ④振り返り
学習内容・活動	1 現在とこれからの社会とインターネットの関係について考える。 2 「情報モラル」について知る。 3 子どもたちのアンケートの中から課題を見つける。	1 前時を振り返る。 2 前時で見つけた課題について調べる。 3 調べた内容について共有する。 4 調べたことの他に課題がないか考える。	1 前時を振り返る。 2 保護者のアンケートの中から課題を見つける。 3 調べたい課題を決定しグループを作る。 4 調べ方について話し合い、調べ始める。	1 前時を振り返る。 2 課題について調べ、スライドにまとめる。 3 共有の仕方を考える。	1 前時を振り返る。 2 調べた内容を全体で共有する。 3 共有した内容やこれまでの学習を振り返り、これからどのようにインターネットと関わるか考える。

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3 (本時)	4	5
知・技	①				
思・判・表		①	①		①
態度			①	①	②



## 9 本時の指導（3/5時）

### （1）本時の目標（◎は重点評価）

◎身の回りのインターネット上の問題を見いだして課題を設定し、さまざまな解決方法を考え、課題を解決する力を身に付けることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】

### （2）本時の展開

学習内容 ・ 児童の反応【】 思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
<p>1 前時に学んだことを振り返る。【振り返る】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・使いすぎること視力が落ちたり、姿勢が悪くなったりするなど健康被害がある。</li> <li>・スマホに依存してしまう。</li> </ul> <p>2 前時まで調べた課題を解決していれば安全にインターネットを活用できるか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・これだけでは安心できない。</li> <li>・SNS上のいじめや個人情報の流出についてきいたことがある。</li> </ul>	<p>●前時にまとめた「使いすぎによる影響」について振り返り、確認させる。</p>
<p><b>安全にインターネットを使用するために、課題を新たに発見して調べよう。</b></p>	
<p>3 保護者のアンケート結果から新たな課題を発見する。【関係・関連付ける】</p>	<p>◎身の回りのインターネット上の問題を見出して課題を設定している。【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●家庭に対して事前にアンケート調査を行い、テキストマイニングを活用して主な課題をまとめておく。</li> <li>●保護者の立場から考える課題を示すことで児童の視点では気づきにくい課題を発見できるようにする。</li> </ul>
<p>4 自分が調べたい課題を決めて、グループを作る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●想定する課題についてもれなく調べるようにグループ編成を行う。</li> <li>●課題に対して興味関心がない児童に対して個別の声掛けを行ったり、資料を提示したりする。 例：「今スマホを持っていなくても今後必ずそういう機器やインターネットを使うことになるから今から調べてみよう。」 「小学生のインターネットトラブルの相談件数は毎年増えていて、その中でも高学年の割合は多いみたいだよ。」</li> </ul>
<p>5 全体共有までの道筋をグループで話し合い、調べ始める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●共有のツールとして「Googleスライド」「Keynote」を使用することを伝える。</li> </ul>
<p>6 次の時間の見通しをもつ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●全体共有までの時程を伝えることで、計画的に調べたりまとめたりできるようにする。</li> </ul>



# 食育

—

- 第1学年 「すききらいせずなんでもたべよう」  
第2学年 「わくわくおやさい大へんしん」  
第4学年 「〇〇な給食メニューを考えよう」  
第5学年 「食べて元気！ご飯とみそ汁」  
ふじみ学級 「食文化を広げよう  
～和菓子の魅力を見つけよう～」

## 小学校第1学年 学級活動 学習指導案

### 三鷹市立第六小学校 1年2組

#### 1 単元名 「すききらいせずなんでもたべよう」

#### 学級活動(2)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

#### 2 単元の目標

知識及び技能	食事の重要性や栄養バランス、食文化等についての理解を図り、健康で健全な食生活に関する知識や技能を身に付けるようにする。
思考力, 判断力, 表現力等	食生活や食の選択について、正しい知識・情報に基づき、自ら管理したり判断したりできるようにする。
学びに向かう力, 人間性等	主体的に、自他の健康な食生活を実現しようとし、食や食文化、食料の生産等に関わる人々に対して感謝する心を育み、食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を養う。

#### 3 単元の評価規準

単元の評価規準	
知識・技能	① 食べ物を分類することを通して、三つの種類の栄養(赤：血や肉になる、黄：熱や力の元になる、緑：体の調子を整える)があることを理解している。
思考・判断・表現	① いろいろな種類の栄養をとるために、自分に必要な食べ物を考えようとしている。
主体的に学習に取り組む態度	① 学校給食や食に関心を持ち、いろいろな栄養を取り入れた食事を選ぼうとしている。

#### 4 基礎研究

##### (1)本校の食育の系統性

本校では給食の残飯が多く見られ、偏食の多い児童も見られる。食育を通して、より健康な児童になってほしいと考えている。そのためには、系統的な学習が必要だと考えた。低学年では体験的な学習、中学年では食への関心を高める学習、高学年では内容を深めていく学習を大切に、学習内容を考え、配列した。

第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
「すききらいせずなんでもたべよう」 ・いろいろな食材を食べる。 ・自分の食事(給食)を振り返る。	「野菜のパワーの秘密を探れ」 ・自分で育てた野菜を食べる。 ・食事が元気な心と体を作る。	「枝豆博士になろう」 ・地域の野菜を収穫して味わう。 ・地域の農家の人たちを知る。	「〇〇なメニューを考えよう」 ・食への興味・関心を広げる。 ・健康になるための料理をつくる。	「食べて元気～ご飯とみそ汁～」 ・和食の良さを知る。 ・オリジナルの味噌汁をつくる。	「Smile プロジェクト～給食でも Smile～」 ・栄養バランスを考えた献立をつくる。 ・食の理想と現実の違いを知る。 ・家庭で実践する。

## (2) 今回の学習で大事にする食育の視点

### 【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。

### 【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。

### 【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。

### 【④感謝の心】

食べ物を大事にし、食品の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。

### 【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。

### 【⑥食文化】

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。

(「食に関する指導の手引き—第二次改訂—」より)

今回の学習では、「①食事の重要性」の視点を大切にする。三つの種類の栄養(赤：血や肉になる、黄：熱や力の元になる、緑：体の調子を整える)を知ること、毎日食べている食事が自分の体をつくり上げていることに気付かせ、好き嫌いせず、何でも食べようとする思いを高めていきたい。ただし、今すぐに好き嫌いをなくして食べることを目指すのではなく、自分の食生活を見直し、生涯にわたって望ましい食習慣を将来的に形成できる児童の育成を目指したい。本単元では、自分の食生活を見直すために、授業日より前の日の給食後の写真を撮り、自分がどれだけ必要な栄養を摂取することができたか振り返る活動を設定している。写真を見返すことで自分の課題や成果を見だし、児童一人ひとりが目標をもつことで、食べることに前向きな思いをもてるようにすることが目的である。

## 5 児童の実態

本学級の児童は、給食の時間が近付くと「お腹すいた。」「早く給食の時間にならないかな。」といったように毎日の給食の時間を楽しみにしている。また、「今日の給食は何かな。」と献立に関心を示す児童の様子も見られる。しかし、一方で、少食の児童や好き嫌いが多い児童が多く、給食の残飯は多くなっている。最初に盛られた量を完食して、さらにおかわりをする児童は1日1～3人程度で10%以下である。完食できる児童は1～15人と、給食の献立によって、大きく変わる。7月頃に「好きな給食は何ですか。」といったアンケートをしたところ、「カレーライス」「フルーツポンチ」「揚げパン」「野菜チップス」が人気だった。反対に、普段の給食の様子を見ると、野菜や魚の人気が低く、中には一口も食べられない児童もいる。今回の食育の授業で、野菜や魚を中心とした児童の「きれい」な食べ物にも他の食べ物では、摂取することができない栄養が含まれていることを知り、自分の食生活を見つめ直すことで自分事と捉えられるようにしたい。今すぐに改善をさせようとするのではなく、将来に通じる食育の入り口として、生涯を通して食べられるように言葉掛けをしていく。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にしたい学習過程

第2時で決めた学習課題に向けて実践するために、授業後1週間の給食後の写真を撮り、記録を残す。自分のめあて達成に近付けた児童だけでなく、実現できなかった児童に対しても、担任や児童同士で取組みを称賛したり、励まし合ったりし、児童が意思決定したことを前向きに取り組めるようにしたい。また、1週間取り組んだことを振り返り、これからの食生活に生かそうという思いをもつようにする。

#### ○ゲストティーチャーの活用

児童は、栄養士が教室に来て授業をする日を、とても楽しみにしている。1学期、2学期に引き続き、栄養士からの話を聞くことで、学習への意欲を高めていく。また、食べ物には、成長や健康な体を作るのに必要な栄養が含まれていることを知る。そして、その栄養は、バランスよく取ることが大切であることの理由を考えたり、栄養士から話を聞いたりすることで、自分に必要な食べ物を選ぶ学習に生かしていく。

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○給食の写真記録

第2時の授業日前に、教師は給食の盛り付けを、児童は喫食後の給食を写真で記録する。記録した写真を学習用タブレット端末で見返すことで、普段の給食にもいろいろな栄養が入っていることに気付くことができるようにする。児童が「自分は何でも食べることができているな。」「野菜が苦手だと思っていたけれど、やっぱり残してしまっていたな。」といったように、自分の食生活を振り返ることもできる。より良い食生活について、自分事として考えられるように活用していく。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○学級の雰囲気づくり

発達段階を考慮して、分からないことや困ったことがあったときに、友達同士で相談できる関係づくりを日々の学級経営で力を入れてきた。普通の授業では、ペア活動やグループ活動を積極的に取り入れて、助け合いや教え合いをする経験を積んでいる。本単元の学習では、「栄養について知っていることを伝え合おう。」「考えた献立について、お互いの良いところを見つけて伝え合おう。」などの活動内容を指示し、話し合う視点を明確にすることで、自分たちの食生活について考えを深められるようにする。

#### ○学習に意欲的ではない児童への働き掛け・食生活に課題のある児童への配慮

本学級では給食の残食が多く、特に野菜や魚の残しが多い。個人に着目してみると、一口も食べられない日がある児童、毎日完食している児童が混在している状況である。このような学級の実態を踏まえ、まずは教師がどうしても食べられない、食べたくないという考えを理解し、「苦手なものもあるよね。」「たくさん食べられないときもあるよね。」と、児童の思いを受け止める姿勢を心掛ける。様々な食生活を送ってきた児童同士が、栄養について考えることに前向きになれるように、お互いを認め合う言葉や態度が広がるように働き掛けていく。

学習に意欲的ではない児童が少しでも楽しく授業に取り組めるように、出てくるキャラクターや栄養の種類分け、食べ物カードにイラストをつけて工夫する。

## 7 学習過程

### < 第1学年 「すききらいせずなんでもたべよう」 >

時	1	2 (本時)
段階	食べ物の栄養について興味をもつ	自分事で考える
学習内容・活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食べ物をもつ栄養について知っていることを話し合う。</li> <li>○栄養士の話聞いて、食べ物には三つの栄養(赤:血や肉になる栄養、黄:熱や力になる栄養、緑:体の調子を整える栄養)があることを知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○好き嫌いをしすぎて具合の悪い六ちゃんを示し、元気になる方法を考える。</li> <li>○三つの栄養がとれる献立を考える。</li> <li>○どんな献立を考えたのか友達と交流する。</li> <li>○給食に三大栄養素が含まれていることを知り、給食で自分が十分な栄養をとれているか振り返る。</li> <li>○今後自分がバランスよく食べるために頑張ることをワークシートに書く。</li> </ul>

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2 (本時)
知・技	①	
思・判・表		①
態度		①

※知・技・・・知識・技能  
 思・判・表・・・思考・判断・表現  
 態度・・・主体的に学習に取り組む態度



## 9 本時の指導（2/2時）

### （4）本時の目標（◎は重点評価）

- ◎バランスよく栄養をとるために、自分に必要な食べ物を選んでいる。【思考力、判断力、表現力等】
- 学校給食や食に関心をもち、バランスのとれた食事を考えようとしている。【学びに向かう力、人間性等】

### （2）本時の展開

学習内容・児童の反応 【】思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
1 前時の授業を振り返る。 2 本時の学習課題を確認する。	●三つの種類の栄養が視覚的に捉えられるように、さまざまな食べ物を赤グループ、黄グループ、緑グループに分ける。
六ちゃんをげん気にするこん立てをかんがえよう。	
3 好き嫌いをしすぎて具合の悪い六ちゃんを示し、元気になる方法を考える。 ・野菜まったく食べてない ・六ちゃん大丈夫かな…	●具合が悪くなっている原因を多く考えさせるために、すぐには六ちゃんの食べたメニューを提示しない。 ●元気であるためには食事が関係していることに気付かせるために、極端に偏ったメニューを提示する。
4 三つの種類の栄養がとれる献立を考える。	●三種類の栄養を分かりやすくするために、考える献立は3品に指定する。 ●ハンバーグのようにいろいろな色の栄養が混ざっているメニューは、混乱を防ぐために「お肉たっぷりのハンバーグ」として、主な食材になっている栄養の色で統一する。 ◎学校給食や食に関心をもち、いろいろな栄養を取り入れた食事を選ぼうとしている。【主体的に学習に取り組む態度】
5 どんな献立を考えたのか友達と交流する。	●ペア活動で行う。 ●どうしてその献立にしたのか理由もセットで友達に伝えられるようにする。 ●3色の栄養が含まれているか確認できるようにする。
6 給食に三大栄養素が含まれていることを知り、給食で自分が十分な栄養をとれているか振り返る。【関係・関連付ける】【振り返る】	●学習用タブレット端末で撮った自分の給食の写真を確認させ、自分が給食でどのような栄養を取れているのか振り返ることができるようにする。 ●ただ残してしまっている、完食できなかったということだけではなく、何を残してしまっているのか確認できるようにする。 ●自分が食べた給食で、3種類の栄養が取れているのか確認できるようにする。
7 今後自分がバランスよく食べるために頑張ることをワークシートに書く。	◎いろいろな種類の栄養をとるために、自分に必要な食べ物を考えている。【思考・判断・表現】 ●今後の給食や食生活で意識したいことが書けるように、今日の授業を振り返る。 ●明日からすぐにとというわけではなく、少しずつ意識して食べられるものを増やしていくことが大切だと伝えていく。 ●普段完食できている児童も、自分の体に必要なものであることを今後も取っていきたいという意欲を高められるように言葉掛けする。



**小学校第2学年 特別活動 学習指導案**  
**三鷹市立第六小学校2年3組**

- 1 単元名 「わくわくおやさい大へんしん」  
学級活動(2)エ 食育の観点で踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

2 単元の目標

知識及び技能	冬野菜を栽培したり、食べる方法を考える活動を通して、それぞれの冬野菜に合った食べ方や旬の食材に関する知識を身に付けるようにする。
思考力、判断力、表現力等	旬の野菜に合った食べ方や、美味しい食べ方について考えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	主体的に、自分の健康な食生活を実現しようとし、農家の方に対して感謝する心を育み、野菜をしっかりと食べようとする態度を養う。

3 単元の評価規準

	単元の評価規準
知識・技能	① バランスの取れた食事をとることの意義や、旬の野菜は栄養素が高いことを理解している。
思考・判断・表現	① 健康な自分であるために旬の野菜の働きを知り、冬野菜を食べるための工夫について考えて、自分にできる範囲で実践しようとしている。
主体的に学習に取り組む態度	① 冬野菜には健康に過ごすために大切な働きがあることを理解し、自分の生活や食生活を振り返りながら学習活動に取り組もうとしている。

4 基礎研究

(1) 本校の食育の系統性

本校では給食の残飯が多く見られ、好き嫌いの多い児童も見られる。食育を通して、より健康な児童になってほしいと考えている。そのためには、系統的な学習が必要であると考えた。低学年では体験的な学習、中学年では食への関心を高める学習、高学年では内容を深めていく学習を大切に、学習内容を考え、配列した。

本学年では、年間を通して食に関する指導を重視し、食生活における課題意識を醸成してきた。1学期に学んだことを基に、家庭でオリジナル野菜スープを作ったり、学校農園での栽培活動を行ったりしてきた。その過程でできた野菜への興味・関心や課題意識を活かし、本学習活動を設定した。

第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
「すききらいをせずなんでもたべよう」 ・いろいろな食材を食べる。 ・自分の食事(給食)を振り返る。	「野菜のパワーの秘密を探れ」 ・自分で育てた野菜を食べる。 ・食事が元気な心と体をつくる。	「枝豆博士になろう」 ・地域の野菜を収穫して味わう。 ・地域の農家の人たちを知る。	「〇〇なメニューを考えよう」 ・食への興味・関心を広げる。 ・健康になるための料理をつくる。	「食べて元気～ご飯とみそ汁～」 ・和食の良さを知る。 ・オリジナルの味噌汁をつくる。	「Smile プロジェクト～給食でも Smile～」 ・栄養バランスを考えた献立をつくる。 ・食の理想と現実の違いを知る ・家庭で実践する。

(2) 今回の学習で大事にする食育の視点

【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。

【感謝の心】

食べ物を大切に、食品の生産等に関わる人に感謝の心をもつ。

## 5 児童の実態

本学級は、男子14名、女子14名、計28名である。生活科の学習において年間を通じて栽培活動を行っている。野菜ができるまでの苦労や、実践を通して収穫したときの喜びを理解している。また、1学期には特別活動で「野菜のパワーの秘密をさぐろう」の学習を行い、野菜には体の調子を整えたり、肌の調子を整えたりするなど心身の健康に欠かせない栄養が含まれていることを知った。学習で学んだことを活かして「オリジナル野菜スープ」を作って苦手な野菜にチャレンジするなど家庭と連携しながら食に関しての関心を高めている。

また、年間を通して学校農園と協力し、様々な野菜の収穫や栽培を手伝わせていただいている。1学期にはゲストティーチャーとして野菜の育て方を教えていただいたり、ジャガイモの収穫体験をさせていただいたりした。また、2学期には大根の種まき、間引き、収穫をさせていただき、自分たちがとった大根を料理することで野菜の調理についても関心が高まっている。さらに学校で育てていたサツマイモを保護者の協力のもと、調理し、実際に食べることで野菜のおいしさについても体験することができた。このように1年間、様々な体験活動を通して食に関しての関心を高めている。

事前アンケートでは、「学校の給食を残さず食べられるか」という質問では、「たまに残す」が62%、「いつも残す」が10%と給食を残す児童が多い。また、野菜に限定すると30%の児童が残してしまうことがあるという結果だった。その中でも特に緑色の野菜が苦手という児童が多かった。しかし、「好き嫌いをせずに食べることの重要性」の項目では、95%の児童が重要性を理解し、そのうちの60%が重要性を理解していても苦手なものがあるという回答だった。そのため、誰もが「好き嫌いなく食べられるようになりたい」という願いをもっていることがわかる。家庭での食事について尋ねた項目では、「残さず食べられる」と回答した児童が、学校の給食に比べて30ポイント高いため、各家庭では、好き嫌いなく食べられるように工夫していることがわかる。

そのため、本単元では、生活科とのカリキュラムマネジメントの一つとしての食育単元を設定し、今までの栽培経験や、学校農園の協力、家庭での工夫を生かして、今学校で育てている「小松菜」をおいしく食べる方法を調べ、実際に食べる体験を通して、食に関する関心を更に高めていきたいと考える。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にしたい学習過程

アンケートを活用し、子どもの思いと経験から現状の食生活への問題意識をもつようにする。また、大根の収穫体験やサツマイモの調理体験から「野菜を料理するとおいしい。」「ほかの野菜でも食べてみたい。」という思いを引き出し、実際に自分たちが育てた野菜を食べる喜びを感じられるようにする。

#### ○オリジナルキャラクターを使用した資料提示

旬の食材についての知識を、1学期に使用した「野菜レンジャー」を活用し、「小松マン」という小松菜のキャラクターを登場させ、興味をもって活動に入れるようにする。

#### ○生活科と特別活動のカリキュラムマネジメント

本校では、2年生の生活科「大きくそだて私のやさい」の学習で、野菜の栽培活動を行っている。夏野菜を育てる中で野菜への関心が高まり、特別活動「やさいのパワーのひみつをさぐれ」で、自分たちが育てている野菜の栄養について知ることができた。そこから冬野菜に関心をもち、栽培活動を続けた。生活科の栽培活動と特別活動での食育の両輪で学びを深めることで、食についての関心を1年間を通じて維持し、高めることができるようにした。

### (2) ICT 機器の活用

#### ○「Padlet」を活用した情報の共有

家庭で調べてきた調理の工夫を Padlet という web アプリで共有する。写真や文字から友達の料理を見て、「いいね」機能を使って評価する。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○学校農園（地域）・家庭と連携した課題解決

地域の学校農園との1年間の栽培経験や、家庭での調理の実践など、自分たちの学習に様々な人が関わっていることを知り、当事者としての意欲を高める。

#### ○学習に意欲的ではない児童への働き掛け・食生活に課題のある児童への配慮

小松菜が苦手かどうかにかかわらず、すべての児童が同じ気持ちで学習に向かえるように学習課題を設定をした。家庭で調べてきた様々な小松菜料理からレシピ本を作ろうとすることを本時の課題とすることで、明確な視点をもって学習に入ることができる。

## 7 学習過程

### < 第2学年 特別活動 学級活動(2) 「わくわくおやさい大へんしん」 >

	1学期 生活科 【大きく育てわたしのやさい】			2学期 生活科 【冬の野菜を育てよう】	3学期 特別活動 【旬の食材の食べ方を考えよう】	
時	1～4	5～7	8～10	1～4	1～2	3 (本時)
段階	【育てたい野菜を選ぼう】	【野菜を育てよう】	【野菜を紹介しよう】	【冬野菜を育てよう】	【ワクワクおやさい大へんしん】	
学習内容・活動	1 これまでの学習経験を振り返り、植木鉢に植えたい野菜について話し合う。 2 どの野菜を育てたいか考える。 3 野菜名人に話を聞く。 4 自分が育てる野菜を決める。	1 苗を植える。 2 自分が育てている野菜について詳しく調べる。 3 野菜の成長を観察する。 4 野菜を収穫する。	1 野菜作りを振り返る。 2 発表会をして、聞いたり、伝えたりする。 3 野菜について学習したことをまとめ、もってみたいことや調べたいことを見付ける。	1 前学期の学習を振り返り、冬野菜について調べ、育てたい野菜を決める。 2 種を植える。 3 育てている野菜を調べ、より大きく育つ方法を考える。 4 収穫したらどんな食べ方をしたいかを話し合う。	1 今までの学習やアンケートを振り返り、問題意識をもつ。 2 以前収穫した大根の食べ方を紹介し合い、野菜にはいろいろな食べ方があることを知る。 3 「旬のお野菜大変身」の資料を見て、野菜には旬があること、旬の野菜にはそれに合わせた料理があることを知り、学習課題を話し合う。 4 家庭へのインタビューの計画を立てる。	1 学習課題を振り返る。 2 家庭でインタビューしたり、実践し合ったりして松菜料理を紹介し合う。 3 自分が収穫した小松菜で食べてみたい、やってみたい小松菜料理を決める。 4 実際に小松菜を使った料理を試食し、感想を伝え合い、野菜の良さやこれからの野菜との食生活を考える。
	<b>特別活動 (野菜のパワーを探ろう)</b> 1 野菜を栄養ごとに分類し、野菜のもつ栄養について知る。 2 「オリジナル野菜スープ」を作る。			<b>特別活動 (野菜と仲良し)</b> 1 三大栄養について知り、バランスよく食べることや野菜には様々な食べ方の工夫があることを知る。		
栽培体験	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 学校農園を見学しよう</li> <li>○ ジャガイモ掘り体験をしよう</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 大根の種を植えよう</li> <li>○ 大根の間引きをしよう</li> <li>○ 大根の収穫をしよう</li> <li>○ サツマイモを収穫して食べよう</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 冬野菜を育てよう ・小松菜、ニンジン、ラディッシュ、ブロッコリーなどの冬野菜を育てる。</li> <li>○ 小松菜を収穫しよう ・学校農園で小松菜を収穫する。</li> </ul>

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3 (本時)
知・技	①		
思・判・表		①	①
態度			①

## 9 本時の指導（3／3時）

### （2）本時の目標（◎は重点評価）

◎主体的に、自分の健康な食生活を実現しようとし、農家の方に対して感謝する心を育み、野菜をしっかり食べようとする。【学びに向かう力、人間性等】

○小松菜を食べるための工夫について、自分に合った方法を考えることができる。【思考力、判断力、表現力等】

### （2）本時の展開

学習活動 ・ 児童の反応 【】 思考スキル	● 指導上の留意点 ◎ 評価
<p>1 前時を振り返り、課題の確認をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ サツマイモや大根など、自分たちが育てた野菜はすごくおいしかった。</li> <li>・ 小松菜にはすごいパワーがあることがわかった。</li> <li>・ 意外といろいろな食べ方があった。</li> <li>・ 食べてみたけどおいしかった。</li> <li>・ 牛乳が苦手だけど小松菜には牛乳の3倍のカルシウムが入っているなんて驚いた。</li> </ul>	<p>● 前時の学習で使った資料を見て、小松菜は旬の食材であること、苦手な人が多い食材であることを確認する。</p>
<p>こまつなの食べ方を紹介し合い、「オリジナルこまつな大変身レシピ」を作ろう</p>	
<p>2 家庭で調べてきたおすすめの小松菜の食べ方を紹介する。</p> <p>【多面的・多角的にみる】【比較する】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 味付けを甘くしたらおいしく食べられた。</li> <li>・ 他の物と混ぜたらおいしかったよ</li> <li>・ 他の家の食べ方もおいしそうだな。</li> <li>・ ●●さんのメニューは好きな味付けだから食べてみたいと思いました。</li> <li>・ ○○さんのメニューは簡単だから自分も作れそう</li> <li>・ 小松菜の味が苦手だから●●さんの食べ方なら食べられそう</li> </ul> <p>3 レシピ本に入れてみたいと思った友達のメニューを発表する。【比較する】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ●●さんのメニューは好きな味付けだから食べてみたいと思いました。</li> <li>・ ○○さんのメニューは簡単だから自分も作れそう</li> </ul>	<p>● Padlet を使い、インタビューしてきた内容や、実際に作ってきた写真を使い、紹介させる。</p> <p>● どんな人におすすめか明確にして紹介させる。</p> <p>● 4人の小グループで紹介し合い、その中でもおすすめのを全体で紹介する。</p> <p>● それを選んだか理由を明確にする。</p> <p>● 友達の発表を聞き、自分が考えていたよりもたくさんの食べ方があることを知り、野菜の食べ方が色々あることを確認させる。</p> <p>◎ 小松菜を食べるための工夫について考えて、自分にできる範囲で実践しようとしている。</p> <p>【思考・判断・表現】（話し合い、ワークシート）</p>
<p>4 小松菜料理を食べて、感想を交流しよう。 【試す】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ すごくおいしかった。</li> <li>・ 苦手だったけど食べられた。</li> <li>・ いろいろな食べ方があることがわかった。</li> </ul>	<p>● 保護者の協力を得て、実際に作ってもらった小松菜料理を試食する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ こまつなのナムル</li> <li>・ こまつなのにびたし</li> <li>・ こまつなの天ぷら</li> <li>・ こまつなのオイスターソース炒め</li> </ul> <p style="text-align: right;">} 内2品</p> <p>● アレルギーのある子への配慮</p>
<p>5 これからの野菜との食生活について考え、ワークシートに記入する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 苦手な野菜もあるけど、食べ方を工夫して食べられるようになりたいと思った。</li> <li>・ 今育てているブロッコリーやニンジン食べ方も調べてみたい</li> <li>・ 他の旬の食材の食べ方も調べてみたい</li> </ul>	<p>● 事前に保護者と養護教諭が使う食材、調味料の確認と許可を取り、安全に活動を行えるように配慮する。</p> <p>◎ 食事に興味・関心をもち、健康な生活を支えるために自ら食べたいものを選んだり、調理して食事の準備をしたり、バランスに配慮した食生活を実践しようとする態度を養う。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</p>

小学校第4学年 総合的な学習の時間 学習指導案  
三鷹市立第六小学校 4年2組

1 単元名 「〇〇な給食メニューを考えよう」

2 単元の目標

知識及び技能	学校給食にはいろいろな食品が使われていること、日常で食べている食品、料理の名前、栄養素や栄養バランスについて理解できるようにする。
思考力, 判断力, 表現力等	食品に含まれる栄養素やそのはたらきを考え、適切な選択ができるようにする。
学びに向かう力, 人間性等	食事に興味・関心をもち、健全な日常生活の基盤を支えるために、自ら給食の献立を考えたり、全校に広めたりして栄養バランスに配慮した食生活を実践しようとする態度を養う。

3 単元の評価規準

単元の評価規準	
知識・技能	⑤ 食事の重要性や栄養素、栄養バランスなどについて調べて分かったことを、献立作りに活かそうとしている。 ⑥ 友達と協力しながらグループでテーマに沿った献立を作ろうとしている。
思考・判断・表現	④ 献立作りについて、健康な生活や健全な食生活を送るために、適切な食を選択しようとしている。 ⑤ 活動をして学んだことを、全校に向けて様々な方法で表現し、発信しようとしている。
主体的に学習に取り組む態度	⑥ 学校給食や食事、食材に関心をもち、栄養バランスに配慮した給食の献立作りにすすんで取り組もうとしている。 ⑦ 学習や体験を通して得た知識や栄養士の意見、自分と異なる友達の考えを生かしながら、協働して課題解決に取り組もうとしている。

4 基礎研究

本単元にかかわる内容の系統性

本校では給食の残飯が多く見られ、偏食の多い児童も見られる。食育を通して、より健康な児童になってほしいと考えている。そのためには、系統的な学習が必要だと考えた。低学年では体験的な学習、中学年では食への関心を高める学習、高学年では内容を深めていく学習を大切に、学習内容を考え、配列した。

第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
「すききらいせずなんでもたべよう」 ・いろいろな食材を食べる。 ・自分の食事(給食)を振り返る。	「野菜のパワーの秘密を探れ」 ・自分で育てた野菜を食べる。 ・食事が元気な心と体をつくる。	「枝豆博士になろう」 ・地域の野菜を収穫して味わう。 ・地域の農家の人たちを知る。	「〇〇なメニューを考えよう」 ・食への興味・関心を広げる。 ・健康になるための料理をつくる。	「食べて元気～ご飯とみそ汁～」 ・和食の良さを知る。 ・オリジナルの味噌汁をつくる。	「Smileプロジェクト～給食でもSmile～」 ・栄養バランスを考えた献立をつくる。 ・食の理想と現実の違いを知る。 ・家庭で実践する。

この系統性を踏まえ、4年生では、食への興味・関心を広げるために、身近な学校給食のメニューを考えることを活動に入れることとした。高学年では家庭科を中心に知識・技能の習得が求められる。そのためより意欲的に学習内容を深めていけるよう、児童が前学期に学習したことを活用して、栄養士からの助言と共に、「食べる人にこんな健康な姿になってもらいたい」という願いや思いをもって給食のメニュー作りをしていく学習過程を考えた。

## 5 児童の実態〈実態調査 対象：4年122名 質問調査実施時期：令和5年12月20日〉

### ①給食は好きですか。

- ① 好き・・・89% ②好きではない・・・11%

### ②給食で好き嫌いがありますか。

- ① ある・・・69% ②ない・・・31%

### ③給食で好きな食べ物は何か。

- ・揚げ物（野菜チップス、イカの竜田揚げ、唐揚げなど）
- ・メイン料理（丼物、ラーメン、揚げパン、うどん、カレーライスなど）
- ・果物（いちご、みかん、りんご、フルーツポンチなど）

### ④給食で嫌いな食べ物は何か。

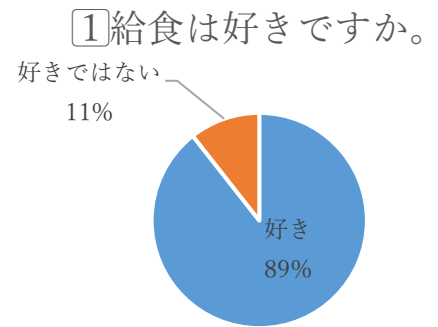
- ・きのこ類（しめじ、しいたけ、えのきなど）
- ・野菜類（大根、ゴーヤ、ナス、ほうれん草、トマトなど）
- ・果物（いちご、柿、など） ・牛乳
- ・魚介類 ・豆類 ・卵 ・レーズン

### ⑤2学期の学習で大切だと思ったことは何か。

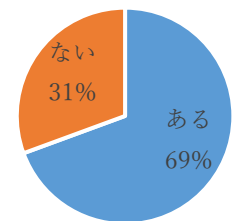
- ・栄養バランス ・栄養が多い食材を食べること
- ・残さずに食べること ・ご飯は食べる人のことを考えて作ること
- ・作ってくれている人に感謝の気持ちをもつこと

### ⑥給食で出してみたい理想のメニューはありますか。

- ・病気になるにくいメニュー ・みんなが好き嫌いなく食べられるメニュー
- ・スポーツが上手になるメニュー ・肌に良いメニュー ・疲れや寝不足を無くすメニュー
- ・体が温まるメニュー ・自分たちが考えたメニュー



### ②給食で好き嫌いがありますか。



この結果から、第4学年児童の約9割は給食が好きであるが、約7割は好き嫌いがあることが分かった。特に野菜チップスやイカの竜田揚げなどの揚げ物系、ラーメンや揚げパンなどのメイン料理が好まれる。それに対して、きのこ類や野菜、果物や魚などを苦手とすることも分かった。

2学期に行った前単元「〇〇なメニューを考えよう」では、身近な「食」に対する疑問を追究する活動として、栄養素そのものや栄養バランスについて考え、自分の理想のメニューを考える活動を行った。2学期の学習で大切だと感じたことを問うと、「栄養バランスを考えること」や「食べる人のことを考えてメニューを作ったり料理をしたりすること」などの回答が得られた。このことから、2学期に芽生えた「食」への興味・関心を、3学期は全校児童に広めることを目的にして給食に焦点を当てて考えていくこととした。そして、クラスで決めたテーマに合う魅力的な給食メニューを考える活動を通して、身近な「食」の在り方についてより考え、それを皆に伝えたり、学んだことを生活に活かしたりする態度を養っていきたい。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にしたい学習過程

導入では、2学期に学んだ「自分の好きな食べ物の栄養素について知りたい」「最近風邪を引いてしまったので、病気になるにくい栄養素を知りたい」「憧れているスポーツ選手のような、しっかりとした身体をつくるための栄養素について知りたい」といった課題解決学習を通して、食について学んだことを、校内にも広めていくという見通しをもつ。そして、身近な給食のメニューを作成し、実際に提供してもらった活動を通して、自分たちが学んだことを広めていく。さらに栄養士にインタビューをしたり栄養素についてより深く調べ、全校児童が食べるメニューを考えたりすることで、より食に対しての興味・関心が引き出され、深い学びにつながると考えた。

#### ○言葉掛け

児童が挙手や発言をしたり、自分の考えたメニューを意欲的にワークシートに書き込んだり、積極的に友達と意見を交流させたりする様子が見られたときには、その都度称賛の言葉掛けをして児童が自信をもって学習に取り組めるようにしていく。また、「給食のメニュー作りではどんなことを考えるとよかったかな?」「給食づくりで大切な要素はしっかり入っているかな?」など、具体的に思考を促す発問をすることで、児童が自ら深く考えることをねらう。



## (2) ICT 機器の利活用

### ○成果物の共有

学習用タブレット端末のスライドを活用し、グループで話し合いながら同時に作業することで、児童同士のコミュニケーションが生まれやすくなった。また、他の児童の作成中のメニューを共有し、いつでも見られるようにすることで自分たちのメニュー作りの参考にできるようにするだけでなく、お互いの良いところを取り入れたり、新しい視点をもてるようにしたりした。

## (3) 学びに向かう集団づくり

### ○日常生活とのつながり

自分で考えたメニューを実際に作って食し、その様子をまとめる活動を取り入れることで、より自分事として考えられるようにした。また、メニュー作りの時に、自分たちの身近な食事である給食が、何を意識してメニューを考えられているのかを栄養士にインタビューすることで、日常生活とのつながりをより意識するようになった。それぞれの実践の様子をグループで共有し、互いのメニューの良さを伝え合うことで、今後の学習により意識的に取り組めるよう考えた。

### ○学習に意欲的ではない児童への働き掛け・食生活に課題のある児童への配慮

メニュー作りを行う際、同じテーマを選んだグループで活動することで、メニュー作りに行き詰った時に同じテーマの友達同士で助け合えるようにする。また、メニュー作りができない児童には、「○○さんのまとめを見てみよう。」や「まずは○○を考えてみよう。」などと、メニュー作りにおける見通しがもてるような声掛けをする。そして友達とコミュニケーションをとりながらメニューを作成することで、自分の考えが整理されたり、より意欲的に学習に取り組めたりできるようにする。

## 7 学習過程

### < 第4学年 総合的な学習の時間 「○○な給食メニューを考えよう」 >

時	1	2	3	4	5	6	7 (本時)	8	9	10	11	12	
段階	課題の設定	情報の収集 調べたことをまとめる						調べたことから 考える	考えたことを 広める				
学習内容・活動	○前学期での学習を振り返る。 ○学習した内容を学校全体に広めるために、学校給食のメニューを考えていくという単元の見通しをもつ。	○クラスで、給食ではどんなメニューを取り入れたいかを話し合う。 ○前学期での学習についてまとめた作品を栄養士の高橋さんに見てもらい、分析してもらったお話を聞く。 ○高橋さんのお話をもとにして、給食のメニューはどのようにして決めているのか、どんな栄養を入れているのかについて知る。 ○グループで給食メニューを考えるために、書籍・インターネットで情報を収集する。 ○クラスの中でグループの提案をプレゼンできるように、発表準備をする。 ○グループ発表で選ばれたメニューについて、クラスで話し合う。						○栄養士の高橋さんの助言をもとに、提案したメニューの改善点を考える。 ○考えたことを共有し、さらに良いメニューができるように話し合う。		○自分達が考えた献立を学校全体に周知するための方法や内容をクラスで検討する。 ○学校全体で投票を行い、実際の給食に使われる献立を決める。 ○これまでの学習を振り返る。今後、自分にできることを考える。			

## 8 単元の指導と評価の計画

評価の観点	1	2	3	4	5	6	7 (本時)	8	9	10	11	12
知・技					① ②				①			
思・判・表					①				①		②	
態度	①				②							

## 9 本時の指導（7/12時）

### （5）本時の目標（◎は重点評価）

◎前時までで学習した献立作りのために集めた情報を整理し、健康な生活や健全な食生活を送るために、適切な食を選択できるようにする。  
【思考力, 判断力, 表現力等】

### （2）本時の展開

学習内容・児童の反応 【】思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
<p>1 前時を振り返り、クラスの給食のテーマを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・風邪に負けないみんなsmile給食</li> <li>・三鷹の野菜をたくさん食べよう給食</li> <li>・残飯ゼロ！みんな大好き給食</li> </ul> <p>2 各グループで検討したメニューの発表を行う。 【関係・関連付ける】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ぼくたちは、野菜たっぷりうどんを考えました。寒い時期にうれしいあったかうどんで、心も体も温まります。キャベツや玉ねぎのビタミンCは風邪を引きにくくする効果があります。（主食グループ）</li> <li>・私たちは、豚汁を提案します。豚汁に入っている豚肉は、体の熱や力のもとになる脂質が入っているからです。</li> <li>・ぼくたちは、デザートにみかんがいいと思います。ビタミンCがたっぷりて風邪予防になるし、みんな大好きだからです。</li> </ul> <p>3 各グループの主食・主菜・副菜のそれぞれのメニューの良さを確認し、感想を伝え合う。【多面的・多角的に見る】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・うどんだけで、野菜もとれるし、体も温まるからいいね。炭水化物も多く入っていて元気に活動できるよ。</li> <li>・体の熱を作る豚肉を使うのはいいね。</li> <li>・豚肉を使いたいなら、肉じゃがもおいしいよね。じゃがいもはお腹がいっぱいになりやすいし、午後も元気が出そう。</li> <li>・ビタミンCは、風邪を引きにくくするんだね。キウイフルーツにもたくさん入っているみたいだよ。</li> </ul> <p>4 次時以降の流れを確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●前時まで決めていたクラスの給食メニューのテーマを全体で確認する。</li> <li>●栄養士に聞いた献立作りの四つの視点を確認する。</li> <li>●必要があれば電子黒板にタブレットを繋ぎ、児童が説明できるようにする。</li> <li>◎献立作りのために集めた情報を整理し、健康な生活や健全な食生活を送るために、適切な食を選択しようとしている。 【思考・判断・表現】</li> <li>●グループで立てたメニューがバランスの良いものか、しっかりテーマに沿ったものなのか、献立作りの視点が考えられているかを確認させる。</li> <li>●これまで学習してきたことを活かして、感想やアドバイスを促す。</li> <li>●次時からは、さらにメニューを改善し、学校全体へ献立を広めていく方法を考えていくことを伝える。</li> </ul>

小学校第5学年 家庭科 学習指導案  
三鷹市立第六小学校5年1組

1 単元名 「 食べて元気！ご飯とみそ汁 」

2 単元の目標

知識及び技能	家族や家庭、衣食住、消費や環境などについて、日常生活に必要な基礎的理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。
思考力、判断力、表現力等	日常生活の中から問題を見出して課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなど、課題を解決する力を養う。
学びに向かう力、人間性等	家庭生活を大切にすることを育み、家族や地域の人々との関わりを考え、家族の一員として、生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を養う。

3 単元の評価規準

	単元の評価規準
知識・技能	⑦ 食品の栄養素やその働きを考えて、課題に合った適切な食品を選択している。 ⑧ 安全や衛生に気を付けて、美味しいご飯とみそ汁を調理している。 ⑨ 五大栄養素の種類や体内での主な働きにより、食品を3つのグループに分けている。
思考・判断・表現	⑥ どのようなみそ汁を作ると良いかを考え、栄養バランスを考え、課題を解決できるみそ汁の実の組み合わせを考えている。 ⑦ 食生活を振り返り、健康で美味しく食べるための食事について考えることができる。
主体的に学習に取り組む態度	⑧ 日常的にとっている米飯やみそ汁に関心を持ち、食事の役割を考えて、食事を大切にしようとしている。 ⑨ 日本の伝統食である米飯とみそ汁に関心を持ち、協力して計画的に調理しようとしている。

4 基礎研究

(3) 本校の食育の系統性

本校では給食の残飯が多く見られ、偏食の多い児童も見られる。食育を通して、より健康な児童になってほしいと考えている。そのためには、系統的な学習が必要だと考えた。低学年では体験的な学習、中学年では食への関心を高める学習、高学年では内容を深めていく学習を大切に、学習内容を考え、配列した。

第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
「すききらいせずなんでもたべよう」 ・いろいろな食材を食べる。 ・自分の食事（給食）を振り返る。	「野菜のパワーの秘密を探れ」 ・自分で育てた野菜を食べる。 ・食事が元気な心と体を作る。	「枝豆博士になろう」 ・地域の野菜を収穫して味わう。 ・地域の農家の人たちを知る。	「〇〇なメニューを考えよう」 ・食への興味・関心を広げる。 ・健康になるための料理をつくる。	「食べて元気～ご飯とみそ汁～」 ・和食の良さを知る。 ・オリジナルのみそ汁をつくる。	「Smileプロジェクト～給食でもSmile～」 ・栄養バランスを考えた献立をつくる。 ・食の理想と現実の違いを知る。 ・家庭で実践する。

(2) 今回の学習で大事にする食育の視点

1学期に「おいしい楽しい調理の力」の学習では、簡単な調理を学習した。調理用具や食品の安全な取り扱い方を学び、ゆで野菜の調理実習をした。2回目の調理となる本題材の指導にあたっては、まず、普段の自分の食事内容を振り返り、健康的な生活を送るためには食品をバランスよくとることが大切であることに気付くようにする。次に、ご飯とみそ汁が日本の伝統的な日常食の中心であることを伝える。そして、五大栄養素の名称や働きを知らせて望ましい食生活を実践しようとする意欲を高め、ご飯とみそ汁の調理実習につなげる。米飯の実習では、ガラス鍋を用いて米から米飯に変わっていく様子を観察し、調理のよさを感じることができるようになる。みそ汁の実習では、だしが入ったみそ汁と入っていないみそ汁の飲み比べを行い、目に見えないだしの必要性を理解できるようにする。学習の最後に、家族のための料理の調理計画を立てる。家庭の協力を得て実践し、家族から喜ばれることで自信が付き、実践意欲が高まると考える。4年生での食への興味を、5年生では家庭科として学習した知識を活用してメニューづくりをすることで理解を深めつつ、自分で調理する楽しさや喜びを味わわせることにより、自ら家庭の食生活に関わろうとする実践力を身に付けさせたい。

## 5 児童の実態（男子：20人 女子：18人 計：38人）

質問内容	回答の様子
①食事は毎日、3食とっていますか	毎日とる 31人 とらない時がある 6人 全くとらない 1人
②食事面での自分の課題は何ですか	好き嫌いがある 食べる時と食べない時がある 野菜が少ない 量を食べられない 間食をしてしまう
③1学期の調理実習以降、家でも調理をしましたか？ →何を作りましたか	している 26人 していない 12人 →ハンバーグ カレー チャーハン お菓子 卵焼き
④和食は好きですか？ →それはなぜですか	好き 30人 → 美味しい ヘルシー 健康 苦手 8人 → 味が薄い 苦手な食材が多い
⑤和食について知っていることは何ですか	歴史 栄養素 調理の仕方 出汁の種類・すごさ 和食の種類 お米の種類 食べごろ 等

児童は5年生で始まった家庭科の学習を楽しみにしている。家庭科と言えば「調理」という印象を強くもち、調理実習を楽しみにしている児童が多い。夏休みの課題等でも調理に取り組むことで調理については関心が高いことが分かった。

アンケートより、和食の魅力を知る児童が大半を示している。しかし、実際の食事では好き嫌いをしてしまうことや野菜への苦手意識に課題を感じている児童が多かった。2学期の総合での「和食」の学習を活かし、授業を通じて栄養素やバランスの良い食事の面からさらに和食の魅力を伝えていく指導が必要であると感じた。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にしたい学習過程

児童が実践的・体験的に学習し、習得した知識や技能を活用して「家族へのオリジナルみそ汁」を考えるようにする。事前の聞き込みを通じて各家庭での食事への困りごとを明確にすることで、その解決に向けて児童一人ひとりが学習課題をもち、興味や関心をもつものに向かって意欲的に追究して学習が進められるようにする。

#### ○栄養士や家庭との連携

みそ汁の実を考える際、自分たちが毎日食べている給食の献立を、様々な面を考慮して作っている栄養士から指導・助言をもらうことによって、説得力のある助言により意欲的にみそ汁を考案できるようにする。また、家庭で料理を作る家族からも作る際の意識していることをインタビューして聞き出し、オリジナルみそ汁の参考にしていく。自身で立てた献立は家庭で実践し、実践後は改善点を出し合い試行錯誤を通して今後の実践意欲につなげていく。

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○デジタル画像の活用

調理実習前の授業で、米がご飯に変化していく過程をデジタル画像で見て、吸水や火加減、加熱時間、蒸らす等のポイントを理解しやすくする。また、調理実習当日も画像を繰り返し流すことで適切な技能を身に付けられるようにする。

#### ○学習用タブレット端末の活用

学習用タブレット端末を活用して、調べ学習や情報収集をする。学校の授業時間だけではなく、課題意識をもたせ家庭学習でも実施する。資料と対話することや、調べてきたことを学習用タブレット端末上で共有することなどで知的コミュニケーションを生み出していく。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○グループ活動による協働的な学び

学習の深まりに合わせて、個人で調べてきたことを同じテーマのグループや全体へ共有し合う時間を設定する。同じテーマの児童同士でグループをつくると、自分が調べていなかったことや気付かなかったことを発見し、新しい知識を得ることができる。また、自分とは違うテーマの児童と学んだことを発表して伝え合うことで、他の視点での食材の組み合わせや栄養バランスの整え方について知るとともに、共通点を見いだすこともでき、学びが深まっていく。

#### ○学習に意欲的ではない児童への働き掛け・食生活に課題のある児童への配慮

実際に食材に触れたり調理実習を行ったりするなど体験的な学びを活動の中で多く設けていく。児童が学習内容を実生活と結び付けられるように支援していきたい。食生活に課題がある場合も、まずは学習を通じて食への正しい知識を伝え、食に対する興味や感謝の気持ちをもつようにすることに重点を置いていく。

## 7 学習過程

### < 第5学年 食育 「 食べて元気！ご飯とみそ汁 」 >

時	1	2・3・4・5・6・7	8(本時)・9・10・11	12
段階	課題発見 毎日の食事を見つめよう	課題解決・実践活動(調理実習) 日常の食事のとり方を考えて、調理しよう。	課題解決・実践活動(献立作り) 日常の食事のとり方を考えて、調理しよう。	評価・改善 食生活を工夫しよう。
学習内容・活動	1 普段の食事を見つめなおし、めあての確認をする。 2 なぜ毎日食事をするのかについて考え、食事の大切さに気付く。 3 米飯とみそ汁から、今後の学習の見通しをもつ。 4 米飯とみそ汁の調べ学習を行う。(幅広い観点で、自分の調べたいものを調べる。) 5 調べて分かったことを共有する。	< 2時間目 > 1 食事の役割を考える。 2 五大栄養素表の確認・働きを知る。 3 身近な給食を使って仲間分けを行う。(栄養士との連携) < 3・4時間目 > 4 悩みを抱えたモデルを紹介し、改善に適した食材を使ったみそ汁を考える。(教科書を参照) 5 米飯とみそ汁の調理の流れを確認する。(動画視聴) 6 計画を立て、作る際の注意点を確認する。 7 調理実習での自分の活動を明確にする。 < 5・6時間目 > 8 米飯とみそ汁の調理を行う。 9 振り返りをする。 < 7時間目 > 10 米飯とみそ汁の実習を終えて感じたことを共有する。 11 次は身近な人へみそ汁を考えることを知る。 12 対象を決めて、みそ汁作りへの聞き取り・情報を集める。	< 8時間目 本時 > 1 課題や工夫を確認する。(掲示・学習から) 2 家族への聞き取りから分かったことを生かしてテーマを決める。 3 実や味噌、出汁を決める。(今までの既習学習と関連) 4 似たようなテーマで分かれて共有する。 5 今後取り組みたいことを考える。(栄養士への質問→献立で考えることや自分たちの献立の悩み) < 9・10時間目 > 6 栄養士からの助言をきく。(動画形式) 7 栄養士の話を受けて、自身のみそ汁の改善すべき点を考える。 8 改善点を解決するための方法を考える。 9 改善したところ・理由・何に変えたかを発表する。 < 11時間目 > 10 家庭で実践してみて感じたことをまとめる。献立を考える際に意識したことを振り返る。	1 単元の学習を終えて学んだことや感じたことを振り返る。 2 今後に向けて学習したことを生活に生かしていく。

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3・4	5・6	7	8・9・10 (本時)	11	12
知・技		③		②		①		
思・判・表			①			①	②	③
態度	①			②	②			①

## 9 本時の指導（8/12時）

### （6）本時の目標（◎は重点評価）

- 食品の栄養素やその働きを考えて、課題に合った適切な食品を選択することができる。【知識及び技能】
- ◎自分の家庭の実態からどのようなみそ汁を作ると良いかを考え、栄養バランスを考え、課題を解決できるみそ汁の実の組み合わせを考えることができる。【思考力、判断力、表現力等】

### （2）本時の展開

学習内容・児童の反応 【】思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
1 前時までを振り返る 2 本時の学習課題を知る	●前時で家庭に対し、健康に関する課題を聞き出す活動を行う。
○○家のオリジナルみそ汁を考えよう	
3 オリジナルみそ汁作りを行う ①各家庭から出た課題や悩みを出し合う →家庭でどんな課題や悩みが出たかな？ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">             &lt;家庭の課題や悩み&gt;              ・疲れがとれない・眠れない・風邪気味・好き嫌が多い・食欲がない・けがをした など           </div> ②みそ汁を作るうえでの工夫を考える →何を大切にしたい？どうしたら喜んでもらえる？ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">             &lt;調理面&gt;              ・家族の好み・色合い・切り方・栄養バランス              &lt;買い物面&gt;              ・地産地消・量・値段・旬のもの           </div> ③各自でみそ汁の実を考える（ワークシート） 家庭の課題や悩みにちなんだテーマをもとにみそ汁の実を選ぶ。家族が喜ぶような工夫をいくつか考える。 ④ グループで、各自が考えたみそ汁の共有をする【関係・関連付ける】 →友達のみそ汁に助言をしてよりよいものにする <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">             &lt;言語活動&gt;              友達のみそ汁を見て良いところや改善点を付箋に書き、貼り付ける。聞く視点は、自分の立てたテーマ（課題）の解決につながる・できそうか？家族が喜びそうか？自分なりの助言をする。（もっとよくするために）           </div> ⑤完成した人のみそ汁を紹介する。 →友達の発表を聞いて食べたくなった人？どこがよかった？ 4 本時の学習について振り返る 本時のまとめを行う。実の組み合わせについて分かったことや学んだことを記入する。【振り返り】 5 次時に向けて みそ汁作りをするうえで今後必要なことを出し合う。	●学習で得た知識をもとに家族へオリジナルのみそ汁を考えることを伝える ●オリジナルみそ汁を作るうえでの家庭の課題を出し合う。さまざまな課題があるため無理に発言は求めず、共感的に受け止める。 ●第4時でもモデルの例を活用し、児童が考える際の参考にする。 ●調理をするうえで「調理方法」や「献立」、「買い物」などさまざまなことを考えていることに気付くようにする。 ●事前に聞いてきた課題をもとにテーマ、実を選ぶという順で考える。課題を解決するためのテーマであることを徹底して指導する。 ●思いつかない児童への個別の声掛けを行う。 ◎自分の家族への思いと栄養面を踏まえたうえで、バランスの取れたみそ汁の実を工夫して考えている。【思考・判断・表現】 ●考えが途中でもよい。話し合いを通じて助言や考える上での悩みを共有する時間にする。 ●机間指導を行いながら、各班の発表を把握する。いくつか取り上げて実の選び方の良さを紹介する。 ◎食品の栄養素やその働きを考えて、課題に合った適切な食品を選択している。【知識・技能】 ●みそ汁は実を工夫することで様々なバリエーションのみそ汁を作ることができることをおさえる。 ●メニュー作りの観点で専門である栄養士の存在を紹介する。



**教育支援学級 生活単元学習 学習指導案**  
**三鷹市立第六小学校 ふじみ学級 第5学年**

**1 単元名 「食文化を広げよう ～和菓子の魅力を見つけよう!～」**

**2 単元の目標**

<b>知識・技能</b>	日本には独自の和菓子の文化があることに気付いている。
<b>思考・判断・表現</b>	和菓子の魅力を自分なりに考え、伝えることができるようにする。
<b>主体的に学習に取り組む態度</b>	和菓子について関心をもち、その魅力を見つけようとしている。

**3 単元の評価規準**

単元の評価規準	
<b>知識・技能</b>	① 小豆からどのようにあんこができるのか分かる。 ② 選んだ和菓子の作り方が分かる。 ③ 和菓子屋に売っている商品や職人へのインタビューから、和菓子の魅力が分かる。
<b>思考・判断・表現</b>	① 和菓子の魅力を自分なりに考え、伝えている。 ② 新聞を通して、和菓子の魅力をまとめている。
<b>主体的に学習に取り組む態度</b>	① 和菓子とはどのようなものか関心をもっている。 ② 和菓子に使われる小豆について関心をもっている。 ③ 関心をもって、作る和菓子を選ぼうとしている。 ④ 和菓子について関心をもち、その魅力を見つけようとしている。 ⑤ 和菓子作りに関心をもち、お店の人に聞きたいことを考えようとしている。

**4 基礎研究**

**(1)本校の食育の系統性**

本校では給食の残飯が多く見られ、偏食の多い児童も見られる。食育を通して、より健康な児童になってほしいと考えている。そのためには、系統的な学習が必要だと考えた。低学年では体験的な学習、中学年では食への関心を高める学習、高学年では内容を深めていく学習を大切に、学習内容を考え、配列した。

第1学年	第2学年	第3学年	第4学年	第5学年	第6学年
「すききらいせずなんでもたべよう」 ・いろいろな食材を食べる。 ・自分の食事(給食)を振り返る。	「野菜のパワーの秘密を探れ」 ・自分で育てた野菜を食べる。 ・食事が元気な心と体をつくる。	「枝豆博士になろう」 ・地域の野菜を収穫して味わう。 ・地域の農家の人たちを知る。	「○○なメニューを考えよう」 ・食への興味・関心を広げる。 ・健康になるための料理をつくる。	「食べて元気～ご飯とみそ汁～」 ・和食の良さを知る。 ・オリジナルの味噌汁をつくる。	「Smile プロジェクト～給食でもSmile～」 ・栄養バランスを考えた献立をつくる。 ・食の理想と現実の違いを知る。 ・家庭で実践する。

ふじみ学級では、夏野菜を育て、観察、収穫する学習を全学年が毎年継続して行っている。3年生は、より良い食習慣の形成と食材への理解をねらって、収穫した夏野菜を各家庭に持ち帰り、自分の好きな方法で調理して食べる学習を行っている。高学年は、収穫した夏野菜を皆で美味しくいただくため、1学期の終わりにカレーの調理学習を行っている。

## (2) 今回の学習で大事にする食育の視点

豊かな自然に恵まれた我が国では、四季折々の食材が豊富であり、地域の農林水産業とも密接にかかわった豊かで多様な和食文化を築き、「和食；日本人の伝統的な食文化」はユネスコの無形文化遺産に登録された。和食文化は、地域の風土を活かしたものであり、その保護・継承は、国民の食生活の文化的な豊かさを将来にわたって支えるうえで重要である。また、和食は栄養バランスに優れ、長寿国である日本の食事は世界的にも注目されている。(第4次食育推進基本計画 令和3年3月より)

本学級も洋食を好んで食べている児童が多く、「和食」という言葉に聞き馴染みがなかった。おやつにおいても洋菓子への偏りが大きく、和菓子を好んで食べる児童は少なかった。

児童に和食文化への興味をもたせるために、まずは児童にとって親しみの湧くおやつに視点を置き、和菓子を通して児童の食文化を広げることをねらっていく。

## 5 児童の実態

5年生は男子5名の学年である。食事に関心が薄く、朝食を食べてこない児童や強い偏食がある児童がおり、給食をおかわりする姿もほとんど見られない。普段の食事については洋食を好んで食べている児童が多く、「和食」や「洋食」という言葉についても聞いたことがあるが具体的な違いについてはよく分からないという認識であった。おやつについては圧倒的に洋菓子を口にしていることが多く、ポテトチップスやチョコレート等を好んで食べている様子である。「洋菓子」「和菓子」という言葉についても聞き馴染みがなく、「和菓子」というものは聞いたことはあるが、どのようなものかよく分かっていない児童がほとんどであった。洋菓子と和菓子どちらが好きかという問いに対しては、全員が洋菓子の方が好きと答えた。その理由は、洋菓子の方がおいしいから、あんこが苦手だからというものがあつた。

食への関心が薄い児童たちであるが、自分や友達がかかわった食については興味を示すことがあつた。例えば、1年生が皮を剥いたトウモロコシが給食で出たときは、苦手でも食べようとしてみたり、宿泊学習で皆でカレー作りをしたときは、ニンジンやじゃがいも等の野菜もすすんで口にしたりしていた。夏に学級の畑で夏野菜を育てたときには、その成長に関心をもって、水やりをこまめに行ったり、「実がなっていた!」と嬉しそうに報告しに来たりする姿もあつた。

和菓子への苦手意識がある児童も、小豆を育ててみたり、自分の気になる和菓子を作ってみたりすることで、食べてみようとするのではないかと考える。本単元を通して、児童が自分の食文化を広げ、これからも和菓子を選んで口にしようとするきっかけとなることをねらっていく。

## 6 研究主題に迫るための手だて

### (1) 問題解決的な学習

#### ○子どもの思いや願いを大切にした学習過程

和菓子の魅力を調べたり考えたりして、友達に紹介する時間を設けることで、課題を自分事として捉え、問題解決的な学習につなげる。

#### ○体験的な問題解決

和菓子の魅力を見付けるために、地域の和菓子屋への見学やインタビューをすることで、課題に対する考えをより深めていく。

### (2) ICT 機器の利活用

#### ○学習用タブレット端末

あんこ(小豆)を食べると体にどんないいことがあるかをインターネットで調べることで、多くの情報を得ようとする力を養う。

#### ○視覚支援

作った和菓子の作り方や魅力をスライドにまとめ、プロジェクタに映し出したり写真を見せたりと、ICTを効果的に使うことでより伝わりやすい紹介にする。

### (3) 学びに向かう集団づくり

#### ○協働的な学習活動

あんこの原料となる小豆がどのように育って収穫されるのか、皆で協力して種から育ててみることで、学びに向かう集団をつくっていく。

#### ○学習に意欲的ではない児童への働きかけ・食生活に課題のある児童への配慮

それぞれが作った様々な和菓子を食べ合うことでお気に入りの和菓子を見付け、今後の食生活でも和菓子を手に取ってみようとする意識につなげていく。

## 7 学習過程

< ふじみ学級第5学年 生活単元学習「食文化を広げよう ～和菓子の魅力を見つけよう!～」 >

時	1	2		3	4	5 6	7 (本時)	8	9 10	11 12
段階	課題をつかむ			体験する				深める		まとめる
学習内容・活動	普段食べているおやつを振り返る。 和菓子の良さを知る。		小豆を育てて収穫する。	小豆からあんこを作る。	あんこを使った和菓子を作る。		作った和菓子を味わう。	和菓子屋へ見学、インタビューに行く。	和菓子の魅力を伝える新聞を書く。	

## 8 単元の評価計画

評価の観点	1	2	3	4	5	6	7 (本時)	8	9	10	11	12
知・技				①		②				③		
思・判・表							①					②
態度	①	②	③				④	⑤				

## 9 本時の指導（7／12時）

### （1）本時の目標（◎は重点評価）

- ◎和菓子の魅力を自分なりに考え、伝えることができる。【思考力,判断力,表現力等】
- 和菓子について関心を持ち、その魅力を見付けようとしている。【学びに向かう力,人間性等】

### （2）本時の展開

学習活動・児童の反応【】思考スキル	●指導上の留意点 ◎評価
1 前時までの学習の振り返りをする。 小豆の収穫、あんこ作り、和菓子の調理等、これまでの学習を振り返る。  2 学習課題の確認をする。	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">             作った和菓子の魅力を伝えよう、見つけよう！           </div>	
3 作った和菓子の紹介をする。 (プロジェクタ) ・作り方 ・その和菓子の好きなところ(形・色・食感・味等)  4 それぞれが作った和菓子を食べる。 【比較する】  5 食べてみた感想や次に作ってみたい和菓子をワークシートに書き、発表する。 【振り返る】 ・〇〇くんの作った和菓子がおいしかった。 ・あんこは苦手だったけれど、〇〇と組み合わせるとおいしく食べられた。 ・ぼくも、〇〇を作ってみたい。	●紹介前に実物の和菓子をそれぞれに配る(切り分けたもの)。切り分ける前の写真を黒板に貼る。 ◎和菓子の魅力を自分なりに考え、伝えようとしている。【思考・判断・表現】  ●感想を聞きながら楽しい雰囲気食べられるようにする。 ◎和菓子について関心を持ち、その魅力を見付けようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】  ●和菓子の良さを皆が感じられるように、プラスな意見を意識的に取り上げていく。
6 街には、和菓子だけを売っている和菓子屋があり、和菓子を作る職人がいることを知る。	●和菓子屋へ行って、売られている和菓子を見たり和菓子職人へインタビューをしに行ったりすることを予告する。次回は、和菓子職人にどんなことを聞いてみたいか考えることを伝える。







