

# 教科・特別活動等における学習指導案

【教科等のカリキュラムと関連した取組】

市町名	いなべ市
-----	------

小学校第1学年 生活科学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)  
 場 所 多目的ホール  
 指導者 教諭 〇〇 〇〇 (T1)  
 学校栄養職員 〇〇 〇〇 (T2)

1 題材名 「きゅうしょくができるまで」

2 題材について

(1) 児童観

本校の児童は家庭に配布した献立表を見てきて「今日の給食は〇〇や」と給食を楽しみにしている子が多く、「肉じゃが」や「五目大豆」など和食を好む傾向がある。

(2) 題材観

給食室の立ち入りは厳しい規制があり、児童の「給食室見学」が難しくなっている。給食室で調理員さんがどのように衛生に気をつけているか、いなべ市産の旬の野菜が生産者から届けられていること、それをおいしく調理するために様々な工夫がなされていること、などを児童が知らないまま給食を食べていることが気になっていた。そこで、調理員さん達の給食室での仕事を写真に撮り「給食室の1日」という資料をパソコンで作成し、授業を進めることとした。

(3) 指導観

子どもたちに、安全でおいしい給食がどのようにして作られていくかを知らせ、調理員さんたちの苦勞や願いに共感できるように指導していきたい。

3 本時の指導

(1) 目標

- 給食ができるまでには、調理員さんやいろいろな人々が関わっていることに気づく。

(2) 食育の視点

- 給食を作ってくれる人達の苦勞や願いを知り、食べ物を大切にしようとする。〈感謝の心〉

(3) 学習過程 (45分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (5分)	1 全校330人分の給食を何人の調理員さんで作っているか知っている？	○ わずか4人で330人分を作っていることを知り、たいへんな仕事量であることに気づく。	パワーポイント(自作教材「給食室の1日」)
展開 (30分)	2 給食室の1日を見てください。	○ みんながお腹が痛くならないように気をつけていること(安全・衛生面) ○ おいしく作る工夫 ○ 調理員さんたちの願い	

まとめ (10)分	3 今日の話を聞いて思ったことを発表する。		
--------------	-----------------------	--	--

(4) 評価

- ・ 給食を作ってくれる人たちの苦勞や願いを知ることができたか。
- ・ 食べ物やそれを作ってくださる人たちに「感謝の心」を持つことができたか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
いなべ市産納豆	いなべ市産納豆
ハチクのきんぴら	ハチク (いなべ市産)
鶏肉のバーベキューソース煮ポイルキャベツ添え	たまねぎ (いなべ市産) キャベツ (いなべ市産)
新じゃがいも入りホタテのスープ	じゃがいも (いなべ市産)

5 授業の感想から

児童は「調理員さんは、お腹が痛くならないように気をつけてくれたり、おいしく作るためにいろいろなことをしたりしていることを初めて知っておどろいた。これからは感謝して残さず時間内においしく給食を食べたい」という感想を言っていた。

児童にきちんと給食がどのように作られていくかを知らせていくことが大切であると感じた。

市町名	四日市市
-----	------

## 小学校第5学年 家庭科学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)

場 所 家庭科教室

指導者 教諭 〇〇 〇〇

1 題材名 「元気な毎日と食べ物 ～ごはんのみそ汁をつくろう～」

### 2 題材について

#### (1) 児童観

祖父母同居家庭で育っている児童と核家族で育っている児童と半々ぐらいの家庭環境である。通学距離が長いため起床時間も早く、朝ごはんをしっかりと食べてくる児童が多い。朝ごはんか夕ごはんに味噌汁が付いている児童は7割ほどで、味噌汁を飲まない児童も数人いる。

家庭は協力的で、夏休みのお手伝い調べでは「手伝ってくれてありがとう」「助かるよ」などのメッセージを書いてくれていた。

#### (2) 題材観

この頃の朝食は、パンを食べると言う子が増えてきているが、ここでは古くから親しまれている和の食文化の中心であるごはんのみそ汁の調理を行う。小学校の家庭科では、調理基礎力として米飯及びみそ汁の調理を必ず指導することになっている。技能を身につけるためだけでなく、伝統的な日常食であるごはんのみそ汁を通して、子どもたちなりに食卓を整えることに関心を持たせていく。「いかに食べるか」という食育の視点から発展させ、「いかに整えるか」を考えさせていく機会としたい。中でもみそ汁は、ごはんを食べやすくするとともに多く栄養素を補えること、各家庭でダシ・味噌・具やそれらの切り方等それぞれ違っていることにも気付けるだろう。インスタントのみそ汁の活用も食卓を整える一つの方法として肯定していくことにする。

#### (3) 指導観

5年生では、1学期に初めてのクッキングとしてサラダ作りをした。野菜などを簡単に茹でて作るサラダに挑戦した。2学期には五大栄養素を学習してから1週間の味噌汁調べをする。味噌の種類は赤味噌が多く、具材については大根・豆腐などが多かった。ダシにこだわる家庭も少ないと思われる。そこで、色々な味噌の味を知ったり各家庭の具材を出し合ったりして味噌汁の幅を広げていきたい。また、インスタントのダシで作ることもよしとするが、煮干・鰹節・昆布のそれぞれのだしを作り、それぞれの本来の味を味あわせたい。具材については、自宅の畑でできた野菜を入れる家庭も多くあると思われるので、五大栄養素を絡めながら不足しがちなビタミンやたんぱく質を取っていることに気づかせたい。

調理実習は、グループで具や味付けなどを話し合った上でごはんのみそ汁を作る。ごはんは、ガラス鍋を用いて炊き上がる様子を観察もさせる。(指導用ガス台では土鍋で炊飯し、児童に提示して少しずつ試食させることを考えている。)今回は、5年生児童一人ひとりがバケツ稲で収穫した米「ミルクキーン」を使ってごはんを炊かせたい。

調理実習の後は、各家庭のみそ汁作りを実践するようにする。そして、保護者からの感想を聞き、子どもたちなりに日常の食事の大切さに気付き、食事を整えることの励みとしたい。また、家族のために作るという「生活をよりよくする楽しみ」を育てていきたい。

### 3 本時の指導

#### 【指導計画】

・「我が家のみそ汁」調べをする。(家庭における事前学習)

〇「我が家のみそ汁」を紹介する。(2時間・本時1/2)

・我が家のみそ汁について調べてきたことをグループの中で伝える。

- ・みそ汁について交流したことをもとに、違いに気づいたり同じところを見つけたりする。
- ・調理実習にむけて、グループで作るみそ汁について考える。
- ごはんとみそしるを調理する。(4時間)
  - ・ごはんの炊き方とみそ汁の作り方を知る。(1)
  - ・調理実習の計画を立てる。(1)
  - ・調理実習と試食、まとめ(2)
  - ・「家族のためにみそ汁を作ろう」(学校での実践を生かした家庭での実践)
- 家庭での実践交流会(1時間)

(1) 本時の目標

- ・ 我が家のみそ汁について調べてきたことをグループの中で交流し、違いに気づいたり同じところを見つけたりすることができる。
- ・ 調理実習にむけて、栄養バランスのよいみそ汁の調理計画を考えることができる。

(2) 食育の視点

- ・ だしやみその違いに気付くこと。その家の味や具材の工夫や特徴があること。〈食文化〉
- ・ 旬の食材を具にしたり、家族のために食卓を整える人への感謝の気持ちをもったりすることができる。〈感謝の心〉

(3) 学習過程(45分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (2分)	1 本時の課題を知る。 みそ汁について調べたことを出し合って、「おいしいみそ汁」を1つ考えよう!		
展開 (30分)	2 調べてきたことを発表する。 ☆「自分は、ちょっと違うよ。」と思うことやお家の人のこだわりなどを発表する。 ・味噌は、赤(白,合わせ)味噌だよ。 ・だしは〇〇〇でとっているよ。 ・具は、絶対大根が入るべきだよ。 ・ねぎは入れるよ。 3 調べてきたみそ汁を交流し合う。 ☆違いをはっきりさせて話し合う。 ☆少数意見も大切に聞く。 4 どんなみそ汁か発表する。	○ みんなに伝えたいと思うことを中心に話すように指示をする。 ○ 児童の事前調査をもとに合間に指名発言もさせる。 ○ それぞれの意見に対して他の児童の反応や驚きなども出させて考え合う。 ○ 各班を巡視して、交流が進まない班の支援をする。 ○ 時間を十分とり、交流することを大切にする。 ○ 自分たちの班のみそ汁がどのようなものか、聞き手に想像できるように工夫して話すようにさせる。併せて決まった理由も発表させる。 ○ 自分の班との相違点を考えながら聞かせる。	家庭学習のプリント(資料1)  各班に1枚A3サイズの計画書(資料2)

	5 各班のみそ汁を比べて発表する。 ・ 赤みそが多いなあ。 ・ 今は、里芋がおいしいと言っていた。 ・ 畑で採れた野菜を使ってる家もあるんだって。	○ みそ・だし・具材に注目させ、地方・季節独特のものに気付かせる。	
まとめ (13)分	6 みそ汁の具材について考える。	○ 「まこもだけ」の写真を見せて近日の献立の中のみそ汁の中に入っていたことや、菰野の語源になっていることなどを知らせる。 ○ 身近な食材を使うことや五大栄養素の中で足りないものを補うために、みそ汁にいろいろな具材を入れることがわかる。	拡大した「まこもだけ」の写真

(4) 評価

- ・ 各家庭の味噌汁について交流することで、各家庭のこだわりや特徴に相違点があることに気付いているか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
まこもたけと油あげのみそ汁	まこもたけ 油あげ

(資料1)

# わが家の味噌汁

5年 組

名前

日付	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
味噌の種類							
だし							
具							
こだわり							

今日から1週間 自分のお家のお味噌汁を調べてみましょう。

晩御飯の味噌汁でも朝御飯の味噌汁でもどちらでも結構です。

味噌汁がない日があると思います。ない日は書かなくてもいいです。

インスタントの味噌汁でもOK。

種類やだし・具など わからなかったら、お家の人にたずねてみましょう。

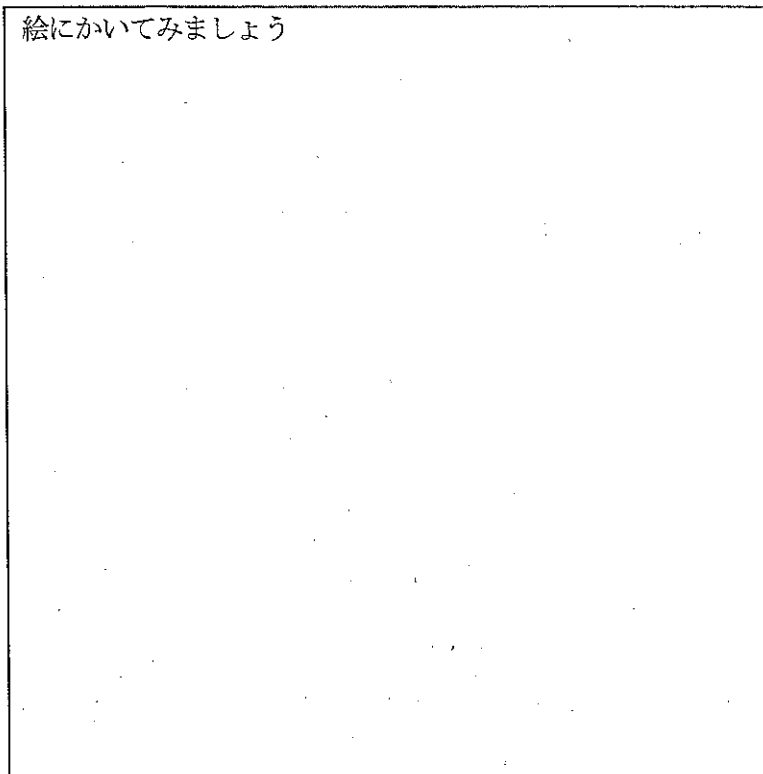
(本当は、自分でわかるといいのですが・・・)

「こだわり」の項目は、お家の人に聞いてあれば書いてください。

# みんなに紹介したいみそ汁 班

(資料2 ; A3に拡大)

絵にかいてみましょう



みその種類		
	具	きり方
だしについて		

1番こだわったところ・こだわった理由

---



---



---



---



---



---



市町名	亀山市
-----	-----

小学校第3学年 総合的な学習の時間学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)  
 場 所 3年 教室  
 指導者 教諭 〇〇 〇〇(T1)  
 栄養教諭 〇〇 〇〇(T2)

1 題材名 「大豆はかせになろう」

2 題材について

(1) 児童観

本学級の児童は、新しいことに対して意欲的に取り組むことができる。3年生で初めて学習する内容について、休み時間などに自分で調べたり、家庭でも詳しく話を聞いてきたりなど、意欲的な姿が見られた。しかし、ひとつの物事を深く探求することについては、今までそのような学習経験があまりなく、戸惑う児童がいた。そのため、教師から課題を設定し、調べ方を学習する機会をもっていった。1学期の総合的な学習の時間では、「食べもの新聞」づくりに取り組んだ。栄養教諭の授業では、3つの食品群（赤・黄・緑）について学習をした。その後、子どもたちが自分の好きなもの、嫌いなものをあげ、クラスの「好きなもの・嫌いなものランキング」をつくった。その結果、嫌いなものには、ゴーヤやピーマン、シイタケなど、緑に属する食べものが多くあげられていることがわかり、子どもたちは「自分がきらいなものがみんなと一緒にびっくりした。」「嫌いなものが、緑でそろっている。」と感想を述べていた。食材に関心を持ったことをきっかけに、自分が調べたい食べ物について本やインターネットで調べ、新聞にまとめ、学級で発表した。ゴーヤを調べた児童は、「今までは苦手やったけど、ゴーヤを食べられるようになりたい。」と言っていた。

毎日の給食時間では、友だちと楽しく給食を食べることができる。しかし、なかには「野菜が苦手。」「豆が苦手。」など、給食に苦手意識をもっている子もいる。子どもたちにどうして給食を残してはいけないのか尋ねると、「もったいないから。」「一生懸命作ってもらっているから。」と答える。しかし、どのように給食が作られているのか、どこから食材がやってくるのかなどは、身近に感じることができず実感がわかないようであった。そこで、自分たちが毎日食べる給食に、どれだけの人々が関わっているのかを知るために、学校の給食にもたくさん使われている大豆の栽培を始めた。秋になり、大豆にたくさんの実がついたので、子どもたちは収穫を楽しみにしている。

(2) 題材観

豆類は、古くから重要な作物として栽培され、伝統行事や地域の食文化と結びつき、身近な食物として親しまれてきた。近年、各種栄養素をバランスよく含むことから生活習慣病の予防や長寿の秘訣と言われ、健康食品として注目されている。その中でも大豆は、『畑の肉』と呼ばれているように、たんぱく質が多く含まれ、昔から重要なたんぱく源となってきた。そのため現代でも大切な栄養食品であり、成長期の子どもたちにとって、とりわけ重要な食べ物である。

学校給食でも、児童の健康と成長に果たす豆類の役割が明確に位置づけられ、「標準食品構成表」(文部科学省)の中で、「豆製品類」と「豆類」の摂取目安量が設けられている。

本校の給食では、毎月目安量の70%以上の豆類が摂取できるよう積極的に豆料理を取り入れている。その中でも大豆や大豆製品を多く取り入れている。本校児童の喫食状況は、大豆を揚げて調理したフライビーンズや豆腐ハンバーグが、人気メニューとなっている。その他にも、みそ汁や麻婆豆腐などの料理についても、進んで食べられている。しかし、一方で日本の伝統料理である煮豆や五目豆になると苦手意識をもつ児童も多く、残食が増える傾向にある。また納豆やおからなども、日本の伝統食に欠かせない食材であるが、食べる機会が少ない傾向であり、給食に出ると「初めて食べる」「苦手」と声を出す児童も見られ、食べる前から抵抗を感じる児童が見られる。

そこで今回、大豆のよさをもう一度見つめなおすことをテーマとし、3年生で、大豆について学習に取り組むことにした。3年生の国語科教材の中に「すがたをかえる大豆」という教材がある。この教材では、大豆やその加工食品について学習するため、自分の食生活や日本の食文化を見つめなおすことになるため、食育にもつながる。

また、子どもたちが大豆を身近に感じるために、地域の方に協力をお願いし、大豆栽培をする。食べるものを自分たちで育てることで、今まで何気なく口にしていた食材について、どうやって育てられるのか、どこから届けられるのかなど、興味関心をもつことができる。また、収穫したあと、大豆で豆腐を作ることで、食材を加工調理することの大変さや面白さに気付き、さらに地域で作られている食材や自分たちが毎日食べる給食について知ることができる。そして、どれだけの人々が自分たちの食にかかわっているのかを知ることによって感謝をすることができる。と考える。

### (3) 指導観

第1時では、身の回りにある大豆食品について知る。家庭で、食べている食品やスーパーマーケットに売られている食品にどれだけの大豆食品があるのかを調べ、大豆がさまざまな食べ方をされている事に関心をもたせたい。

第2時(本時)は、担任と栄養教諭が連携をすることによって、子どもたちの様々な力を高め、いくチームティーチング形式で行う。大豆の加工食品についてふり返ることから始め、大豆そのものへの興味関心を持たせたい。見ただけでは大豆からできていると気付にくい大豆食品は、写真を提示する。次に、給食の献立表から、どれだけ大豆食品が使われているのかを調べる。そこから、たくさん大豆食品が使われていることに気付かせたい。そしてなぜ大豆製品がたくさん使われているのかを話し合わせる中で、大豆の栄養や働き、調理面について知り、大豆のすばらしさに気付かせたい。最後に、学校の大豆づくりでお世話になっている人が栽培した大豆が実際の給食でも使用されていることを伝え、より身近な食べものであることを実感させたい。

その後、収穫した大豆で豆腐を作ることで、大豆を加工調理することの大変さや面白さを体験させたい。また最後に、グループで学習した内容をまとめて発表し、お世話になった人々に感謝の気持ちを伝えるふれあい給食をしたい。

今回、日常生活の中で身近な食材の原料である大豆を取り上げ、大豆の栄養や加工品について学んだことで、大豆や大豆製品への関心が高まり、進んで食べようとする気持ちを養いたい。

## 3 本時の指導

### (1) 目標

- 大豆に含まれる栄養やはたらきを知り、自分の体や食生活を考えようとする。

### (2) 食育の視点

- 給食にたくさん大豆が使われていることがわかり、大豆の必要性について知る。

<食事の重要性>

- 大豆を進んで食べようとし、健康的な生活を送ることに意識を持つことができる。

<心身の健康、食品の選択>

(3) 学習過程 (45分)

	学習活動	指導上の留意点
導入 (5)分	1 学習のねらいを確認する。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: fit-content;">大豆はかせになろう！</div>	
	2 大豆の加工品について復習する。 (豆腐、納豆、しょうゆ、みそ等)	○ 大豆を使った食べものには、どのような食べものがあるのかを確認する。(T1) ○ 出にくいものについては、写真を提示する。
展開 (3)分	3 給食の献立から大豆や大豆食品を探し、発表する。 ・9月：15個 ・10月：18個 ・11月：15個 ・12月：12個  ☆評価	○ 給食の献立表を半分に切ったものを各班に配布し、大豆食品を探させる。(T2) ○ 見つけた大豆を発表する時には、話の聞き方を確認する。(T1) ○ 発表時に、全員が視覚的にもわかるように実物投影機に献立表を写し出す。 ○ 発表を聞く中で、給食ではたくさんの大豆が使われていることに気付かせたい。
	4 大豆がたくさん使われる理由について考え、知る。 《りょう理》 ・いろいろな料理になる ・味つけ 《えいよう》 ・体をつくるもとになる ・おなかのそうじ 《かめやまっ子給食》 ・地域の農産物	○ 大豆が使われる理由について考えさせ、大豆の必要性について知らせる。(T2) ○ 大豆食品の多さから、調理面にも便利な点が多いことに気付かせたい。  ○ 3つの食品群を思い起こさせることで、働きについて確認させたい。  ○ 大豆栽培でお世話になっている人の大豆が実際『かめやまっ子給食』で使用されていることを伝え、より身近な食べものであることを実感させたい。
まとめ (5)分	5 本時について振り返り、ワークシートに書く。  ☆評価	○ 学習した内容を振り返ることで、大豆のよさに改めて実感し、自分の生活に生かそうとする。(T1)

(4) 評価

- ・ 給食で使われている大豆・大豆製品を見つけることができたか。
- ・ 大豆の栄養や働きに気付くことができたか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
「かめやまっ子給食」 フライビーンズ	・大豆

市町名	津市
-----	----

小学校第5学年 家庭科学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)  
 場 所 5年 教室  
 指導者 教諭 〇〇 〇〇 (T1)  
 栄養教諭 〇〇 〇〇 (T2)

1 題材名 「地元の野菜を知ろう」

2 題材について

(1) 児童観

高学年になっても野菜料理を苦手とする児童が多く、給食でも残しがちである。健康のためにバランスよい食事は不可欠なものであることに気づかせ、野菜料理も残さず食べることの大切さを知らせたい。

(2) 題材観

津市では、多くの種類の食材が生産されており、野菜も生産量が高いものがある。児童はふだん何気なく野菜を食べているが、地元の野菜を食べるとどんなよいことがあるか考えさせ、地産地消のよさについて気づかせ、自分の食生活について考える機会としたい。

(3) 指導観

「みえの産地マップ」や身近な給食献立をとりあげて、自分たちの食生活や健康について興味を持ち、よりよく生活しようとする態度を育てたい。

3 本時の指導

(1) 目標

- ・ 地元の野菜について興味を持ち、地元の野菜を食べるとよいことや旬の野菜について考える。
- ・ 給食がバランスよく作られていることに気づき、野菜料理もすすんで食べようとする意欲を持つ。

(2) 食育の視点

- ・ 地産地消について知り、どのように食品を選んだらよいかを考える。  
 <食品を選択する能力>
- ・ バランスよく食べることの大切さに気づき、野菜料理も取り入れようとする意欲を持つ。  
 <心身の健康>
- ・ 地元でとれる野菜を知り、生産者の思いに気づく。<感謝の心>

(3) 学習過程 (45分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入 (2)分	1 本時の課題を知る。	○ 本時は栄養教諭と学習することを知らせる。(T1) ○ 本時の課題を知らせる。(T2)	

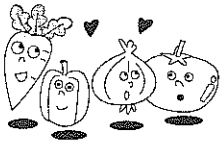
<p>展開 (30)分</p>	<p>2 地元でとれる野菜には何があるか考える。</p> <p>3 地元でとれる野菜を食べるとよいことについて考える。</p> <p>4 健康を保つための食事バランスについて考える。</p>	<p>○ 津市内でたくさんとれる野菜には何があると思うか予想させる。(T2)</p> <p>○ でてきた野菜を「みえの産地マップ」にはる。</p> <p>○ 津市内で生産量の多い野菜について説明する。</p> <p>○ 地元の野菜を購入できる小売店などを知らせる。</p> <p>○ 購入する際、生産地の見方について説明する。</p> <p>○ 地元でとれる野菜を食べるとよいことについて考え、ワークシートに書かせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 安い</li> <li>・ 新鮮である</li> <li>・ 生産者の顔が見えて安心</li> <li>・ おいしい</li> <li>・ 栄養価が高い</li> <li>・ 旬の野菜が食べられる</li> <li>・ コストが安くなり、環境にも良い</li> </ul> <p>○ 収穫後の日数がたっていない近くでとれたものが栄養価が高く、味もよいことを知らせる。</p> <p>○ 旬の野菜は他の時季にとれるものより栄養価が高いことに気づかせる。</p> <p>○ 地産地消が食料自給率を高めることに気づかせる。</p> <p>○ 給食献立を例に、主食、主菜、副菜をそろえた食事のバランスを知らせる。</p> <p>○ 給食献立を主食、主菜、副菜に分け、ワークシートに書かせる。</p> <p>○ 健康のため、副菜（おもに体の調子を整える）が不足しないように食べることの大切さに気づかせる。</p> <p>○ 「みえ地物一番給食の日」について知らせる。</p>	<p>みえの産地マップ</p> <p>野菜カード</p> <p>小売店の写真 野菜の包装容器、店の広告等の実物</p> <p>ワークシート</p> <p>生産者の写真</p> <p>栄養のグラフ</p> <p>給食の写真</p> <p>ワークシート</p> <p>献立表</p>
<p>まとめ (13)分</p>	<p>5 今日の学習をふりかえり、わかったことやこれからの食生活で気をつけたいことについて書く。</p>	<p>○ 地産地消についてまとめ、健康のためにバランスよく食べることの大切さを確認する。(T2)</p> <p>○ 今日の学習でわかったことや今後の食生活で活かしたいことを書かせる。(T1)</p>	<p>ワークシート</p>

(4) 評価

- ・ 地産地消について理解を深め、地域の食材に関心を持つことができているか。
- ・ 自分の食生活をふりかえり、健康のためにバランスよく食べようとする意識が高まったか。

4 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
麦飯	米
牛乳	牛乳
白菜と大根のみそ汁	白菜、大根
小女子の佃煮	小女子
大里みかん	大里みかん



# 地元の野菜について知ろう

## 5年 組 名前

1. 地元の野菜を食べるとどんなよいことがありますか。


2. 給食の献立を主食、主菜、副菜、牛乳、果物に分けてみましょう。

主食・・・( )  
 主菜・・・( )  
 副菜・・・( )  
 みそ汁 ( )  
 牛乳  
 果物・・・( )

3. 今日の学習でわかったことやこれからの食生活にいかしたいことをかきましょう。


市町名	多気町
-----	-----

中学校第2学年 英語科学習指導案

日 時

第1時 平成〇〇年〇〇月〇〇日(〇)

第2時 平成〇〇年〇〇月〇〇日(〇)

場 所

第1時 第2学年 教室

第2時 調理室

指導者 教諭 〇〇 〇〇 (T1)

ALT 〇〇 〇〇 (T2)

栄養教諭 〇〇 〇〇 (T3)

1 単元 「ヘルシーハンバーガーを作ろう～地物食材を使って～」

2 単元の目標

- ・ ハンバーガーに興味・関心を抱き、生涯の健康を考えた、地物食材を使ってのヘルシーハンバーガーを作ろうとする。 (関心・意欲・態度)
- ・ ハンバーガーの特徴から課題を見だし、地物食材を使ってのヘルシーハンバーガーを考える。 (見方や考え方)
- ・ 食育などの情報から地物食材を選び、ヘルシーハンバーガーを作る。 (処理・表現)
- ・ ハンバーガーの特徴を理解し、生涯の健康を考えた地物食材を使っての、ヘルシーハンバーガーの作り方を身につける。 (知識・理解)

3 指導上の考察

(1) 教材について

英語科の授業でALTと英語をやりとりする中で英語を学び、ALTの出身国であるアメリカの食文化に触れ、その料理について「食育」(主に健康面)の観点から考えることで、生徒の食生活をよりよいものにしたい。

そこで、典型的なアメリカの料理でもあり、生徒が好むハンバーガーを選び調理することにした。

さらに、ハンバーガーは人気のある食べ物ではあるが、健康面から見た場合、問題点もたくさんある。このことから、「食育」の観点から生徒が考える余地がたくさんあり、自分たちの食生活をよりよいものにしていくためと、地物食材も活用することで、地域の産物を知ることにもなり生徒にとっても、興味深い題材である。

以上のように、生徒が生涯の健康を考えた食生活を送れるように育成したいと考える。

(2) 生徒について

家庭の食生活は地物食材が豊富にあるにも関わらず、それらを余り使わない洋風料理に変化していると思われる。

学校給食の献立も、野菜を中心とした和風の和え物は残食が多く、洋風献立の方に人気があり、中でもハンバーガーは最も人気のある献立である。

また、私生活においてもファーストフードなどでハンバーガーを買い求めている生徒も少なくはないようである。

(3) 指導について

現在の生徒の実態を踏まえ、食生活が地物食材を余り使わない洋風料理に変化することにより栄養のアンバランスなどが原因で、生徒の生涯における健康面も心配される。

また、この地域には農業も盛んでヘルシーな地物食材も豊富にあると思われるので、それらを使った料理を考え、調理技術も指導していきたい。



4 指導計画 (全3時間)

- ・ オースドックスハンバーガーと地物食材ヘルシーハンバーガー・・・1時間
- ・ 地物食材ヘルシーハンバーガークッキング・・・・・・・・・・・・・・2時間

5 本時1の学習

(1) 目標

- ・ ALTの説明を聞き、ハンバーガーの作り方について理解する。(英語科)
- ・ アメリカの料理としてのハンバーガーについて知識を得る。(英語科)
- ・ 栄養教諭から食物としてのハンバーガーの特徴について知る。(食育)
- ・ ハンバーガーによる健康面での課題を知り、栄養教諭の助言をもとに自分たちの作るハンバーガーが地物食材を使って、どのように改善すればよいか考える。(食育)

(2) 食育の視点

- ・ 生涯における健康を考えて、地物食材を活用しての、ヘルシーハンバーガーを考えようとする。  
 <食事の重要性><食品を選択する能力><食文化>

(3) 準備物

写真、チャート、単語カード、絵、資料1、資料2、ワークシート

(4) 指導計画 (50分)

	学習活動	指導上の留意点	評価・手立て
導入 (5分)	1 ALTのアメリカの典型的な食べ物であるハンバーガーについての説明を聞き、これからハンバーガーを作ることを知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ハンバーガーがアメリカの典型的な食べ物であることを知らせる。(T1) (T2)</li> <li>○ ALTの説明をもとに、ハンバーガーの特徴やアメリカでどのように食べられているかを知らせる。(T1) (T2)</li> <li>○ ALTの説明をもとに、そのハンバーガーをこれから作ることを知らせ、ALTの英語を注意して聞く心構えをもつようにする。(T1) (T2)</li> </ul>	ALTの説明(英語)を注意深く聞くことができるか。 (関心・意欲・態度)
展開 (40分)	2 ALTの出題するハンバーガーに関するクイズに答える。  <ul style="list-style-type: none"> <li>・Where is a hamburger from?</li> <li>・What is the image of a hamburger?</li> <li>・How many countries have a MacDonald hamburger shop?</li> <li>・What DON'T we eat with a hamburger?</li> <li>・Where is a kimchi&amp;ginger</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 英語を聞き取らせるとともに、ハンバーガーの歴史やアメリカでの状況を知らせ、ハンバーガーに関する興味関心をもつようにする。(T1) (T2)</li> <li>○ 四択クイズで、答えやすくする。(T1) (T2)</li> </ul> 解答 <ul style="list-style-type: none"> <li>・Germany</li> <li>・Summer</li> <li>・123</li> <li>・Fruit Salad</li> </ul>	ALTのクイズを聞き取り、積極的に答えられるか。 (思考・判断)

	<p>hamburger eaten?          • Where is a teriyaki sauce&amp;pineapple hamburger eaten?          • Where is an avocado&amp;salsa hamburger eaten?          • Where is a tzatziki sauce (yogurt&amp;cucumber&amp;mint) hamburger eaten?</p> <p>3 一般的なハンバーガーの材料と調理用具についてALTの説明を聞く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>材料 (1班6人分)  <b>【For Patties】</b>            • Ground beef(牛挽肉) 600g            • Flour(パン粉) 3/4cups            • Egg(卵) 1            • Chopped Onion(葱) 6 Teaspoons(大さじ6杯)            • Seasoning(調味料)              Salt(塩) 6 Teaspoons(大さじ6杯)              Black Pepper(黒胡椒) 1.5 Teaspoons(大さじ1.5杯)              Italian spice(イタリアンスパイス) Some              Garlic(にんにく) Some  <b>【For Buns】</b>            • Hamburger Buns(パン) 6  <b>【For Topping】</b>            • Lettuce(レタス) Some            • Tomato(トマト) Some            • Ketchup(ケチャップ) Some</p> </div> <p>調理用具          Bowl(ボウル) 1          Frying Pan(フライパン) 1          Flip(返し) 1          Measuring Spoon</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Korea</li> <li>• Hawaii</li> <li>• Mexico</li> <li>• Greece</li> </ul> <p>○ 一般的なハンバーガーを作る際の材料と調理用具について、ALTの英語を聞いて知り、理解するようにする。          (T1) (T2)</p> <p>○ FlourやSalt、(Black)Pepper、Onion、Mustard等身近な材料名については、単語カードを示し、何のことか確かめるようにする。</p> <p>○ frying pan等身近な調理用具についても、適宜、単語カードや絵を示し、何のことか確かめるようにする。(T1) (T2)</p>	<p>• ALTの英語を聞いて、ハンバーガーを作る際の材料と調理用具について理解できるか。          (知識・理解)</p>
--	--	---	--

	<p>4 一般的なハンバーガーの作り方についてALTの説明を聞く。</p> <p>1) Make Patties</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beat an egg.</li> <li>• Then add flour and chopped onion, and beat it again.</li> <li>• Mix ground beef with it, and add seasoning (salt &amp; black pepper &amp; Italian spice &amp; garlic).</li> <li>• Divide it into 6 pieces and make them round-shaped.</li> <li>• Put them on a frying pan and fry the both sides of them.</li> </ul> <p>2) Finishing</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sandwich the patty into the toasted bun.</li> <li>• Dress the buns with ketchup.</li> </ul> <p>5 食物としてのハンバーガーの長所と短所について、栄養教諭の話聞く。</p> <p>○長所</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 食べやすく消化がよい</li> <li>• 蛋白質が豊富</li> </ul> <p>○短所</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 塩分が多い</li> <li>• 動物性脂肪を多量に含み高カロリー</li> <li>• ビタミン類が少ない</li> <li>• 植物性繊維がない</li> <li>• 地物食材が余り使われていない。</li> </ul> <p>6 次時で、ハンバーガーの短所を改良した「地物食材ヘルシーバーガー」を作ることを聞き、栄養教諭やALTの助言をもとに、班別にどのような「改良」ハンバーガーを作るか考え、ワークシート【資料1】に記入する。</p>	<p>○ 一般的なハンバーガーの作り方についてALTの説明を聞き、理解するようにする。(T1) (T2)</p> <p>○ 各段階に対応する絵を見せ、ALTの説明の理解を助ける。(T1) (T2)</p> <p>○ 泡立てる (beat)、混ぜる (mix)、入れる (put)、フライパンで炒める (fry) 等の料理用語については、単語カードや絵を示し、理解を助ける。(T1) (T2)</p> <p>○ 説明終了後、料理の仕方を生徒に適宜説明するようにし、手順を理解できているか確認する。(T1) (T2)</p> <p>○ 食物としてのハンバーガーの長所と短所を知らせる。(T3)</p> <p>○ 特に、ハンバーガーの食物としての短所を知らせ、「手軽さ」「おいしさ」のみにとらわれない食生活の改善につなげるようにする。</p> <p>○ ハンバーガーだけを1ヶ月間食べ続けたらどうなるかという映画の内容【資料2】にふれ、食生活の大切さを認識するようにする。(T3)</p> <p>○ ハンバーガーの短所を知り、その短所を補うヘルシーハンバーガーを、栄養教諭やALTの助言をもとに考えるようにする。</p> <p>○ 高塩分、高脂肪、高カロリー、ビタミン不足、繊維不足等すべてではなくてもよいので、ひとつでも短所を改善するには、地物食材を使って考えるように工夫する。(T3)</p>	<p>ALTの英語を聞いて、ハンバーガーの作り方が理解できる。 (知識・理解)</p> <p>ハンバーガーの長所と短所を知ることができるか。 (知識・理解)</p> <p>地物食材を活用したヘルシーハンバーガーを考えることができる。 (処理・表現)</p>
--	---	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 地物食材を使って「ヘルシーハンバーガー」を考えるようにする。(T3)</li> <li>○ 必要ならば、タイミングを見計らって栄養教諭やALTから、「助言」を出し参考にするようにする。(T2) (T3)</li> </ul>	
まとめ (5分)	7 班別にワークシートを清書し、提出する。	○ 考えがまとまらなかった班については、次時までに適宜指導を入れる。(T1) (T3)	意欲的にワークシートに取り組んでいるか。 (関心・意欲・態度)

## 6 本時2の学習

### (1) 目標

- ・ ハンバーガーの健康面での課題を知り、地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを実際に作ることができる。(食育)
- ・ 自分たちの考えたヘルシーハンバーガーについて、英語でALTの質問に答え、説明することができる。(英語科)
- ・ ハンバーガーを作りにあたり、わからないところを質問する等、ALTとコミュニケーションを取りながら、ハンバーガーを作ることができる。(英語科)
- ・ 自分たちの作ったハンバーガーに対するALTの英語の講評を聞き、内容を理解することができる。(英語科)
- ・ 地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを作った体験をもとに、自己の食生活とその改善について考えることができる。(食育)

### (2) 食育の視点

- ・ ハンバーガーの健康面での課題を知り、地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを作ろうとする。＜食事の重要性＞
- ・ ヘルシーハンバーガー作りをもとに、自分の食生活の改善の中に地物食材を使おうとする。  
＜食事の重要性＞＜食品を選択する能力＞

### (3) 準備物

食材 (地物食材・・・豆腐、きのこ類、野菜類、肉類等)、調理器具、食器、ワークシート

### (4) 指導計画 (100分)

	学習活動	指導上の留意点	評価・手立て
導入 (5分)	1 本時の予定についてALTの指示を聞く。 ・ 自分たちの班で作る、地物食材を使ったヘルシーハンバーガーについて、1班から簡単に英語で説明する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ALTの英語で本時の予定を知らせる。(T1) (T2)</li> <li>○ 適宜、生徒を指名し、ALTの英語が理解できているかチェックするとともに、生徒にALTの英語を説明することにより、わからない生徒へのフォローとする。(T1) (T2)</li> </ul>	ALTの説明(英語)を注意深く聞くことができるか。 (関心・意欲・態度)
展開 (90分)	2 教室の前に班別に出てきて各班でどんなヘルシーハンバーガーを考えたか全員にわかるように英語で発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分たちの狙いを英語で簡潔に伝えるようにする。(T1) (T2)</li> <li>○ 他の班にもわかるように説明するようにする。</li> </ul>	考えたヘルシーハンバーガーのねらいを英語で伝えることができるか。(処理・表現)

	<p>3 班別に材料と調味料・器具を準備し、自分たちの地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを調理する。</p> <p>4 班ごとに、できあがった地物食材を使ったヘルシーハンバーガーについての、ALTの質問に答える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・What meat did you use?</li> <li>・What vegetable did you use?</li> <li>・What sauce did you use?</li> <li>・ALTのコメントを聞く。</li> <li>・Most interesting</li> <li>・Easiest to eat</li> <li>・Most colorful 等</li> </ul> <p>5 栄養教諭に自分たちの作った、地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを見せ、栄養教諭のコメントを聞く。</p> <p>6 調理用具を片付け、実際に自分たちの作った地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを食べる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 生徒の英語が理解できたかALTがコメントをする。(ひとり1文以上を担当した。)(T2)</li> <li>○ ALTは必要に応じて、生徒の発表に対し英語で質問をする。(T2)</li> <li>○ 地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを実際に作るようにする。また、その過程で、疑問に思ったところ等をALTや栄養教諭に質問し解決するようにする。(T2) (T3)</li> <li>○ 自分たちの計画した通りの材料がそろっているか確認するようにし、生徒からの質問があれば、それに答える。(T2) (T3)</li> <li>○ 地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを評価する。(T2) (T3)</li> <li>○ 自分たちのねらいを再確認し、ねらい通りの地物食材を使ったヘルシーハンバーガーができたか考えるようにする。(T1) (T2) (T3)</li> <li>○ 特に栄養教諭からは、前時で学習したハンバーガーの短所について、きちんと「改良」ができていたかについて評価したコメントをする。(T3)</li> <li>○ 後片付けと試食の指示をする。(T1) (T3)</li> </ul>	<p>ALTのコメントを理解できるか。 (知識・理解)</p> <p>ALTの発問に積極的に答えられるか。 (関心・意欲・態度)</p> <p>地物食材を使ったヘルシーハンバーガーを調理できるか。 (処理・表現)</p> <p>ALTの発問に積極的に答えられるか。 (関心・意欲・態度)</p> <p>栄養教諭のコメントを理解できるか。 (知識・理解)</p> <p>ねらい通りの地物食材を使ったヘルシーハンバーガーが作ることができるか。 (処理・表現)</p>
<p>まとめ (5分)</p>	<p>7 反省用紙に、自己評価や感想等を書く。</p> <p>8 各班のハンバーガーに対するALTのコメントを全員で聞く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分たちの活動を振り返り、自分たちの食生活について考えることができるようにする。(T1) (T2) (T3)</li> <li>○ 食べやすさや口当たりがよいというだけでなく、その食物の持つ特徴を考えて、地物食材も含めて、自分の食べるものを選ぶことの大切さを意識するようにする。(T1) (T2) (T3)</li> </ul>	<p>意欲的にワークシートに取り組んでいるか。 (関心・意欲・態度)</p> <p>ALTのコメントを理解できるか。 (知識・理解)</p>

7 参考

関連する「みえ地物一番給食の日」の献立及び食材	
献立名	食材名
ハンバーガー	豆腐・椎茸・エリンギ・鶏肉・豚肉

8 資料

【資料1】 ヘルシー・ハンバーガーを作ろう

2年 組 班 名前 \_\_\_\_\_  
 班員の名前 \_\_\_\_\_

1. ALTの先生の、ハンバーガーの説明を聞いて、わかったことを書きとめよう。

2. 栄養教諭の話聞いて、ハンバーガーのよくない点や、地元食材を使っのヘルシーハンバーガーについて書きとめよう。

3. 次の授業で、2.で考えた改良型地元食材ヘルシー・ハンバーガーを作ります。必要な材料や準備物・作り方を考えて書きましょう

ネーミング ( )

必要な材料：(地元食材は何?・・・ )

準備物：

※作り方(書ききれなければ、裏面に書きましょう。)



ルール(4)朝・昼・夜の3食全て残さず食べなくてはならない。

スパーロックはこの実験の間、内科医・胃腸科医・心臓専門医・栄養士の4人の医師に診察を依頼し、体の異変を数値と、彼自身の言葉によって実証していく。実験前のドクターの診断によると、糖尿の気もなく、血中塩分濃度・腎機能・肝機能も完璧。全体的に健康そのものだった。

1日目、意気揚々とマフィン バリュースセットのエッグマフィン&ソーセージビスケットを食べる。

2日目、スーパーサイズでチーズセット(ダブル・クォーター・パウンダー)を食べる。「カロリー天国だ。これをかぶりつく幸せ。」

3日目、「胃の調子が悪い」。

4日目、デリバリー(配達注文)する。「3日の我慢。つらいのは最初の3日。」

5日目、スーパーサイズのチーズバーガーセットを食べる。栄養士からカロリーの摂取過多を注意される。理想的な1日のエネルギー摂取量が20~30代男性2500Kcalのところ、1日平均4986Kcal摂取。実験前84.3kgだった体重が、88.5kgと、5日目にして5%増加。

6日目、初めてのナゲット。

7日目、胸苦しい感じがする。痛みはないけど、圧迫感がある。

8日目、フィレオフィッシュを食べる。

9日目、ダブル・クォーター バリュースセットを食べる。全てのメニュー制覇。「気分が悪い。体は平気だけど、気分がめいってる。食べてすぐまた食べたくなる。」

10日目、ケチャップについて言及。ベルトの穴を一つゆるめた。必要量の200%のカロリーを摂取していると注意される。血液検査1回目。

12日目、体重測定2回目。7.7kg増加し、92kgに。

18日目、「最悪。頭痛がする。目玉の後ろがズキズキと。」「車の中ではサイテーの気分だった。ドカンと落ち込んだ。でも食べたら気分はサイコーにハッピー。すげえクレイジーだ」。総コレステロールが大幅に上昇、肝臓は、炎症を起こしているか病気、酵素が血中に漏れているか特定はできないが異常をきたしていると診断される。

21日目、夜中の2時「何だか息苦しくて目が覚めた。ひどく呼吸が苦しくなって…とても暑いし、動悸も激しくなった感じがした。起きて居間を歩き回って、息を整えようとした。実験はやり抜くけど体のことは心配だ。」アイザック医師によると、尿酸値が上昇・高尿酸血症・痛風を起こす・腎臓結石・肝臓の状態も医者の想像よりもはるかにひどくなっている。

このままでは命が危ない、医師は「すぐにやめなさい」と忠告する。

しかしスパーロックは自らの体を張った実験だけに留まらず、全米20都市を旅し、学校給食の調理師、体育教師、弁護士など多彩な人物への取材を敢行。食生活がどれだけ人間形成に影響を与えるかを検証する。果たして、人はファーストフードのみで生きることが出来るのか？ 30日後のスパーロックのカラダにはいったい何が起きるのか？



市町名	玉城町
-----	-----

### 小学校第3学年 学級活動学習指導案

日 時 平成〇〇年〇〇月〇〇日 (〇)  
 場 所 3年 教室  
 指導者 教諭 〇〇 〇〇 (T1)  
 栄養教諭 〇〇 〇〇 (T2)

1 題材名 「大豆について知ろう」

2 題材について

(1) 児童観

給食を食べることが好きな子どもたちが多いクラスである。食べる量には個人により少し差がみられ、おかわりする子がいる反面、減らす子どももいる。これまでの食育の授業では、好き嫌いをなく食べることやご飯やパン、おかずを順番に食べることの大切さなど「食事の重要性」「心身の健康」について学習している。

また、1年生ではさつまいも、2年生ではミニトマトの栽培をおこない、食べ物を育てる経験を積んできている。しかし、実際に普段食べている給食を目の前にして、食べ物を粗末にする姿は見られないものの、食べられるまでに携わった人の苦労や気持ちを考えたり、食べ物自体への感謝の気持ちを表したりする子どもは多くない。

(2) 題材観

大豆は昔からいろいろな形に加工されて食べられてきた。しかし、現在、日本で食べられている大豆の多くが輸入されたものであり、枝豆を見たり、食べたりする機会はあるものの、子どもたちが畑で乾燥した大豆の様子を目にする機会はあまりない。栄養的にも優れており、保存の効く大豆のよさについて知り、給食をはじめとする食事で、進んで大豆・大豆製品をとろうとする意欲を高める機会としたい。

(3) 指導観

3年生では、国語科の単元で「すがたを変える大豆」について学習する。玉城町では、転作作物として、大豆が栽培されている。その多くが契約栽培で、一般に流通するものはほとんどないが、農協、農業法人の方の好意により、給食にこの大豆を使うことができるようになった。そこで、大豆について国語で学習する前に、みえ地物一番給食の日で使用している地元でとれた大豆について知ることにより、農業に携わる人や地域の恵みに対する「感謝の心」を育むことと地域の「食文化」について知ることを目標に本題材を設定した。

3 本時の指導

(1) 目標

- 昔から食べられてきた大豆のよさについて知る。
- 大豆を育つまでの様子について知り、育てた人の苦労や努力、思いについて知り、感謝の気持ちをもつ。

(2) 食育の視点

- 地域で育てられている大豆について知る。〈食文化〉
- 大豆を育てている人の苦労や努力、思いについて知り、感謝の気持ちを持って食べることできる。〈感謝の心〉

(3) 学習過程 (45分)

	学習活動	指導上の留意点	資料等
導入	1 「みえ地物一番給食の日」について思い出す。	○ 給食の献立 (3ヶ月分のみえ地物一番給食の日) と給食放送、給	献立表

