



小・中・高等学校と段階的な指導は、  
どのように行なえばよいのでしょうか？

児童生徒の実態に合わせて、「食べる力」の４つの視点から、  
到達目標を設定し、題材例一覧表を作成しました。

題材例一覧表を作成する際に考慮したことは？

- 児童生徒の実態をよく知っている学級担任が中心となって指導できる内容とし、１時間程度で取り組めること
- 各題材は「食べる力」の４つの視点に分けて挙げ、偏りなく「食べる力」がはぐくまれるようにすること
- 重要な学習内容は、児童生徒の実態に合わせてねらいを変化させ、繰り返し学べるようにすること  
(例：「朝食」や「おやつ」、「食べ物への感謝」にかかわる題材)
- 教科の学習との区別や関連性をもたせること

授業づくりのポイントは？

- 主体的に課題解決できるようにする  
( 実態調査 導入での「問題意識」 学級活動では実践力 道徳では心情面 )
- 体験的に学ぶことや学んだことを生かす場を設定できるようにする  
( 自ら気付く活動 諸感覚を使う 教科指導との関連 家庭との連携 保護者への授業公開 )



研究で目指す「食べる力」とは

- マナーを身に付け、人と一緒に楽しく食べることができる【マナー・共食】
- 自分の健康を考えて、安全な食べ物を栄養バランスよく食べることができる 【健康で安全な食事】
- 食べ物の流れについて知り、食べ物に感謝して食べることができる 【食糧・感謝】
- 伝統的な食文化について知り、自分の食事に取り入れようとする 【食文化】



( ) 内には、キーワードを示しています。

題材例一覧表 : 学級活動(ホームルーム活動), ○: 道徳の時間, : 総合的な学習の時間を示しています。  
下の欄には、関連する教科【教科名】の指導項目を短いことばで示しました。

|          | 到達目標                                                                                                                                       | マナー・共食                                    | 健康で安全な食事                                    | 食糧・感謝                                                         | 食文化                              |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| 小学校(低学年) | ・マナーを知り、望ましい食べ方を身に付ける。<br>(手洗い、姿勢)<br>・好き嫌いなく、何でも食べようとする。<br>・自分で進んで、朝食を食べる。<br>・食事の時、自分のできることをする。<br>・食べ物が自然の恵みであることを知り、食べ物や作った人に感謝して食べる。 | 給食のマナーと食べ方(手洗い・姿勢・歯磨き)<br><br>はしの持ち方は大丈夫？ | 早寝、早起き、朝ごはん(生活リズム)<br><br>何でもおいしく食べよう(歯の健康) | 給食を作ってくれる人にありがとうを伝えよう<br><br>○「ごはんのにおい」<br>資料:「におい」(副読本)4-(2) | はしの持ち方は大丈夫？(「はし」の文化とマナー)<br><br> |
|          |                                                                                                                                            | ・家庭と自分(家庭の役割)【生】                          | ・家庭と自分(規則正しい生活)【生】                          | ・自分たちの生活を支えてくれる人【生】<br>・動植物の飼育と栽培【生】                          | ・地域と自分(地域の行事)【生】                 |
| 小学校(中学年) | ・望ましい食習慣を身に付ける。<br>(朝食をとる、望ましいおやつのととり方、感謝して食べる)<br>・友達と楽しく給食を食べる。<br>・自分の食べている食べ物に関心をもつ。<br>・食事作りに関する仕事に関心をもつ。<br>・自分の住む地域の特産物や食料品の流れを知る。  | 給食時間の過ごし方<br><br>地域の料理を知ろう<br><br>        | 大切な朝ごはん(朝食の働き)<br><br>おやつのととり方(時間・量・マナー)    | ○「いただきます・ごちそうさま」<br>資料:絵本「いただきます〜す」2-(4)<br>麦作り体験、麦の利用        | 地域の料理を作って食べよう<br><br>麦作り体験、麦の利用  |
|          |                                                                                                                                            |                                           | ・体の発育・発達(食事、運動、休養及び睡眠)【体】                   | ・地域の人々の生産や販売【社】<br>・特色ある地域の人々の暮らし【社】                          | ・地域の人々の生活【社】                     |

— 各題材の実践の様子や指導案・資料は、当研究委員会webページ「授業の実践」で見ることができます。 —

|          | 到達目標                                                                                                                                                   | マナー・共食                                        | 健康で安全な食事                                                                                          | 食糧・感謝                                                                                                | 食文化                                                        |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 小学校(高学年) | ・望ましい食習慣を身に付ける。<br>(規則正しく、量や質を考えて食べる)<br><br>・家族やいろいろな人と楽しく食べる。<br><br>・食事作りに関する仕事にかかわる。<br><br>・自分の住む地域や他の地域の食糧生産や食文化に関心をもつ。                          | 思い出に残る会食をしよう<br><br>～さんを招いて会食をしよう             | 元気の出る朝ごはん<br>(朝食の内容)<br>おやつを選び方(脂質・糖分・添加物)<br>自分の食生活を見直そう                                         | 食べ物を買えなくなったら(食糧問題)<br>○「いただきます」を考えよう<br>資料:詩「大漁」<br>米作り体験、米の利用                                       | ALTの先生の国の料理を作ろう<br><br>米作り体験、米の利用<br>(チャレンジ米料理、餅つき、外国の米料理) |
|          |                                                                                                                                                        | ・家庭の仕事や家族との触れ合い、団らんの工夫、調理【家】                  | ・食品の3つの働き、食事の組み合わせ(1食分)、簡単な調理【家】<br>・病気の予防(病原体、生活習慣病)【体】<br>・体のつくりと働き(消化、排泄)【理】                   | ・わが国の農業や水産業、食糧生産、食糧の輸入、食糧生産物、食糧生産に従事している人、生産地と消費地を結ぶ運輸【社】<br>・植物の成長、動物の発生や成長【理】<br>・生物と環境(養分のとり方)【理】 | ・「ご飯・みそ汁」日本の食事のよさ【家】<br>・農耕の始まり【社】<br><br>                 |
| 中学校      | ・食生活の自立ができる。<br>(自分の生活にあった食事、健康を考えた食事ができる)<br>(簡単な食事を自分で整えることができる)<br><br>・食事の役割を理解して、楽しく食事をしようと工夫する。<br><br>・いろいろな地域の食文化への関心をもち、尊重する。                 | 楽しい昼食時間にしよう<br>(弁当の給食)<br><br>思い出に残る会食をしよう    | 自分の生活に合わせた食事の仕方<br>「スポーツや生活時間と食事」<br>「受験期の食事対策」(夜食、風邪対策、集中力)<br>あなたの理想は？健康的な食事(ダイエット・サプリメント)      | 食べ物はどこから来る？食糧問題(自国の現状と改善策)<br>○食べ物の命<br>資料:詩「鯨法会」3-(2)<br>食卓からみた世界(いろいろな地域の暮らし)<br>「国際理解教育」          | 郷土を知ろう(食について)<br><br>修学旅行先の食文化調査、体験                        |
|          |                                                                                                                                                        | ・食事の役割。会食の計画・実践【家】<br>・日常食の調理【家】              | ・中学生の栄養と食事、食品の選択、食品添加物、1日分の献立、日常食の調理【家】<br>・食生活と健康、調和のとれた生活と生活習慣病【保体】<br>・動物の体のつくりと働き～消化、呼吸、循環【理】 | ・食糧自給率、環境を配慮した食生活【家】<br>・自然界における生物相互の関係やつり合い【理】<br>・世界と比べた日本の農業、林業、漁業の特色【社】                          | ・地域の食文化、郷土料理、行事と食事【家】<br>・佐賀県の農産物【社】<br>・日本や世界の国々の食文化【社】   |
| 高等学校     | ・食に関する管理能力を身に付ける。<br>(将来にわたる健康、家族の健康と食事)<br><br>・食事を通して、コミュニケーションを図ろうとする。<br><br>・社会的な視野に立った食生活の態度を身に付ける。(適切な食事マナー、食環境を考える)<br><br>・安全な食に対する行動力を身に付ける。 | コンビニ食文化について考えよう<br>～伝統や家族とコンビニ～<br><br>       | 自分の食生活、高校生の食生活の課題を考える<br>あなたの理想は？健康的な食事(ダイエット)                                                    | 食糧問題について考えよう(世界や自国の現状と改善のために)                                                                        | コンビニ食文化について考えよう<br>～伝統や家族とコンビニ～<br><br>                    |
|          |                                                                                                                                                        | ・心の健康と食事(人間と食べ物)【家】<br><br>・乳幼児の食事【家】<br><br> | ・家族の食事と栄養、食品と調理、食生活の安全と衛生【家】<br>・生活習慣病と日常の生活行動、環境と食品の保健【保体】<br>・環境と動物の反応、タンパク質と生体内の機能【理・生物】       | ・食品の生産流通、消費行動と環境とのかかわり【家】<br>・生物と環境とのかかわり、人の活動と地球環境の変化【理】                                            | ・食生活の管理(地域の伝統食)【家】<br><br>                                 |

— 各題材の実践の様子や指導案・資料は、当研究委員会webページ「授業の実践」で見ることができます。 —