

研究主題「総合的な学習の時間における、食育のカリキュラム開発」

東京都教職員研修センター研修部教育経営課
国立市立国立第八小学校 教諭 野田 喜嗣

I 研究のねらい

現在、食をめぐる社会環境の変化の中で、栄養バランスの偏りや不規則な食習慣等、食生活に関する課題がある。こうした現状に対し、平成17年7月に「食育基本法」が施行され、平成18年3月には、「食育推進基本計画」が策定された。また、東京都では、平成18年9月に「東京都食育推進計画」が策定された。

こうした中、学校や家庭等で食育を推進し、健全な食生活を実践することができる人間を育成することがより一層求められることとなった。学校における食育を効果的に推進していくためには、児童の実態や地域の特性等を考慮した上で発達段階に応じた指導内容を明確にし、計画的に行うことが必要である。このように指導計画に基づいた食育を推進することで学校教育のねらいである「健全な心と体を培い、豊かな人間性をはぐくむこと」にもつながると考える。

そこで本研究では、「様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること」という食育の意義を踏まえ、「主体的に判断し、課題解決する資質や能力等を高め、自己の生き方を考えること」をねらいとする総合的な学習の時間において、食育についてのカリキュラムを開発することとした。

II 研究の内容・方法

1 基礎研究・先行研究

「食育基本法」「東京都食育推進計画」等、食に関する法令等や厚生労働省・農林水産省決定の「食事バランスガイド」、平成17年度東京都教育研究員「総合的な学習の時間部会」研究報告書等の分析から、以下のことが明らかになった。

(1) 発達段階に応じた食育の必要性

国民の食生活の実態等から、発達段階に応じた食育は早急に取り組むべき課題であること。各ライフステージの重点テーマに沿って食育を推進することが大切であること。また、各学校において食育の全体計画に基づいた指導が必要であること。

(2) 体験学習の必要性

児童に対する食育の取組の方向性として、食に関する体験学習の機会が必要であること。また、厚生労働省・農林水産省決定の「食事バランスガイド」が、1日に「何を」「どれだけ」食べたらいかがが分かる食事の目安となるものであり、健康的な食習慣定着のための一つの食育ツールであること。

(3) 振り返りを行う学習活動の必要性

学習の中で継続的に「自己を振り返る学習活動」に取り組むことが、自己を見つめ、よりよい方向へ改善しようとする態度をはぐくむことに有効であること。

2 研究仮説

上記の基礎研究・先行研究を基に、以下の研究仮説を立てた。

自己の食生活に対して興味・関心をもたせ、食生活改善への意識を高めるような学習活動を取り入れたカリキュラムを実践すれば、児童が食に関して主体的に判断し、よりよい食生活を送ろうとするであろう。

3 目指す児童像

上記の研究仮説から、本研究で目指す児童像を次のように考えた。

自己の活動を振り返り、よりよい食生活を送ろうとする子

4 仮説に迫るための手だて

仮説に迫るために、「体験的な学習活動」と「自己を振り返る学習活動」の二つの手だてを学習過程の中に取り入れ、それぞれ三つの具体的な学習活動（下表参照）を重点とした。これらの学習活動により児童が自らの食生活に対して興味・関心をもち、食生活改善への意識が高まることで、児童の食生活改善への行動変容につながっていくと考える。なお、食育のカリキュラム（補助資料参照）を開発する際には、「東京都食育推進計画」における各ライフステージの重点テーマを参考にして「中・高学年」のねらいを定め、各学年の内容を構成した。

(1) 手だて1「体験的な学習活動」

<p>食生活を見つめる活動</p> <p>○「食事バランスガイド」を活用することで、日常の食事バランス等、自己の食生活に興味・関心をもち、ことをねらいとする。</p> <p>○給食の食材・栄養素調べや栄養士等給食に携わる方との交流を通して、学校給食の工夫等に興味・関心をもち、ことをねらいとする。</p>	<p>食に関する情報を収集する活動</p> <p>○家庭や地域等でインタビューすることで、食に関する専門的な内容や昔の食生活に関すること、家族の思い等を知ることにより、食に対する興味・関心をもち、ことをねらいとする。</p>	<p>食の体験をする活動</p> <p>「育てる・選ぶ」→「考える」→「作る」→「食べる」</p> <p>○上記の一連の活動を、学校・家庭で行うことで、感謝の気持ちをもつことや、自己の食生活に対する興味・関心をもち、ことをねらいとする。</p>
---	---	---

(2) 手だて2「自己を振り返る学習活動」

<p>1 単位時間に行う活動</p> <p>○「学習の意味」「学習したことの確認」「学習方法の点検」「見通し」の4観点を基に、1 単位時間の学習を振り返ることで、食に対する気づきを意識化することをねらいとする。</p>	<p>各学習段階に行う活動</p> <p>○各学習段階において今までの学習を振り返ることで、自己の食生活に対する気づきを整理する。その際、文章で表現することにより、食生活改善への意識化を図ることをねらいとする。</p>	<p>これからの生活に生かす活動</p> <p>○学習したことをこれからの食生活に生かすための具体的な行動目標を作成し、単元終了後に振り返ることで、食生活改善への意識を高めることをねらいとする。</p>
--	--	--

III 検証授業の実施と考察

1 検証授業の実施と研究の結果

第4学年総合的な学習の時間において、「健康を見つめてー食事バランスを考えようー」の授業実践を行った。この実践において、仮説に迫るための手だてである、手だて1「体験的な学習活動」、手だて2「自己を振り返る学習活動」を各学習段階に沿って取り入れた。これらの手だてによる児童の気づきや行動変容について、以下のように分析した。

(1) 「つかむ段階」

給食の食材調べや「食事バランスガイド」の実施により食生活を見つめさせる。こうした体験的な学習活動と自己を振り返る学習活動を基に、学習課題を決定することをねらいとする。

○食生活を見つめる活動（手だて1「体験的な学習活動」）

	重点とする手だて	児童・保護者の気づき
	<p>「食事バランスガイド」・1 回目</p> <p>「食事バランスガイド」を活用することで、自己の食生活に対する課題に気づき、そのことにより、日常の食事バランス等、自己の食生活に興味・関心をもち、ことをねらいとする。</p> <p>なお、保護者には調査活動の協力を依頼した。</p>	<p>○図に表してみると、栄養（素）が取れていたり取れていなかったり今まで分からなかったことがたくさん分かった。</p> <p>○毎日調べるのは大変だったけど、何が不足しているのかが分かった。</p> <p>○バランスよくとれていたけど、果実や牛乳は給食の時以外は食べないことが分かった。牛乳は特にそうだった。</p> <p>○バランスガイドを1週間実施したことにより、食生活に気を配り、見直すことができ、たいへんよかった。</p> <p>○表にしてみると、食事の偏りが分かってバランスよく食べようという意識が高まるのでいい。家族みんなで考えられたよい機会だった。</p>
行動変容	<p>「食事バランスガイド」を実施したことで、「今まで分からなかったことが、たくさん分かった。」等、日常の食事バランスを客観的に知ることができた。そのことで、自己の食生活に対する課題をもつことができ、課題を解決しようとする意欲につながった。また、保護者に協力を依頼したことで、家族で「食事バランスガイド」に取り組む姿勢が見られ、児童の食生活に対する意識を高めることにもつながった。</p>	

(2) 「追究する段階」

情報の収集・整理・交換や調理等の体験を行うことで、課題に対する意識を高めることをねらいとする。特に、家族と一緒に調理等の体験をすることは、課題に対する意識を高めるとともに、食生活改善への意識をもつことにもつながると考える。

○食に関する情報を収集する活動（手だて1「体験的な学習活動」）

重点とする手だて	児童の気付き
<p>「家庭や地域でのインタビュー」 身近な家族等にインタビューすることで、本やインターネットでは知ることができなかった情報を知ること、食に対する興味・関心をもつことをねらいとする。</p>	<p>○インタビューして、さらに課題について分かった。インタビューも大切な学習の一つなのだと思う。 ○牛乳のことがもっと知りたいので、インタビューした。私のイメージと違って、もっとカルシウムが含まれていることが分かった。 ○昔と今と比べるとすごい違いだった。インタビューしてよかった。</p>
<p>行動変容 家族等身近な人へのインタビューにより、本やインターネットでは知ることができなかった課題に対する新たな情報を直接的に得ることで、学習に対する興味・関心を高めることにつながった。また、食生活についての今昔を比較し、相違点や共通点に気付くことで、課題に対する意識を高めることにもつながった。</p>	

○食生活を見つめる活動（手だて1「体験的な学習活動」）

重点とする手だて	児童の気付き
<p>「食事バランスガイド」・2回目 1回目と比較することで、自己の食生活に対する意識の高まりや行動の変化に気付き、成長を実感することがねらいである。 本研究では、2回目は夏季休業中に行い、日常生活の中で食生活改善への意識を確かめた。 なお、保護者には再度調査活動の協力を依頼した。</p>	<p>○前よりバランスがよくとれた。野菜や主菜等いろいろ食べられた。 ○学校では牛乳が出るけど、家ではあまり飲まないから、(食事バランスガイドの)マスの埋まらないのか。ぼくは牛乳をもっと飲んだほうがいいみたい。 ○夏休みは給食はないので、自分で(食事バランスガイドの)マスが埋まるよう、朝昼夜と工夫して食べられるので楽しい。 ○バランスガイドをつけることがだんだん楽しくなってきた。 ○最初の頃と比べると主菜と副菜の品数が増え、ごはんを食べる時も「あ、今日はこれが入っている」と、よく見てよく考えた。</p>

行動変容	グラフ 1	表 1																							
	<p>「食事バランスガイド」2回の実施における比較</p> <p>□ 7月平日給食あり □ 7月土日給食なし □ 8月給食なし</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>7月平日 給食あり</th> <th>7月土日 給食なし</th> <th>8月 給食なし</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>主食</td> <td>73</td> <td>74</td> <td>76.8</td> </tr> <tr> <td>副菜</td> <td>64.8</td> <td>61.7</td> <td>66.8</td> </tr> <tr> <td>主菜</td> <td>77.3</td> <td>75.8</td> <td>78.5</td> </tr> <tr> <td>乳製品</td> <td>84</td> <td>63.5</td> <td>68.5</td> </tr> <tr> <td>果物</td> <td>53</td> <td>50</td> <td>45.5</td> </tr> </tbody> </table> <p>「食事バランスガイド」の規定における1日の摂取必要量に対する、摂取量の割合（単位は%）</p> <p>上のグラフ1は、「食事バランスガイド」を2回実施した結果をまとめたものであり、右側の表1は、グラフ1の数値をまとめたものである。これらのデータから児童の食生活改善の実態として次のようなことが考えられる。 なお1回目は「7月、給食がある平日と給食のない土日」、2回目は「8月、給食のない夏季休業中」に実施した。 ① 主食・副菜・主菜に関し、7月よりも8月の方が、いずれも摂取量の割合が増加している。特に副菜は、7月土日に比べ、8月の摂取量の割合の増加が顕著であり、家庭においてバランスのよい食事をとろうという意識の高まりがうかがえる。 ② 乳製品・果物に関して、7月よりも8月の方が、摂取量の割合が減少している。特に乳製品の数値が顕著である。これは牛乳が配膳される給食の有無が影響しているからだと考えられる。しかし給食のない7月土日と8月を比較すると、8月の方が摂取量の割合が増加しており、家庭での意識の高まりがうかがえる。</p>		7月平日 給食あり	7月土日 給食なし	8月 給食なし	主食	73	74	76.8	副菜	64.8	61.7	66.8	主菜	77.3	75.8	78.5	乳製品	84	63.5	68.5	果物	53	50
	7月平日 給食あり	7月土日 給食なし	8月 給食なし																						
主食	73	74	76.8																						
副菜	64.8	61.7	66.8																						
主菜	77.3	75.8	78.5																						
乳製品	84	63.5	68.5																						
果物	53	50	45.5																						

○食の体験をする活動（手だて1「体験的な学習活動」）

重点とする手だて	児童の気付き
<p>「家族と共に料理作り」 家族と共にバランスを考えながら料理作りを実践することで、バランスを考えて料理を作ることの苦勞に気付くとともに、料理に対する興味・関心をもつことをねらいとする。</p>	<p>○包丁を使って料理をすることが楽しかった。家族がこういう料理を毎日作ってくれているということが分かった。 ○栄養のバランスを考えながら、メニューを作り、料理を作ってみて苦勞したけどできたうれしかった。また、料理を作りたい。 ○自分で料理すると、嫌いな物でも好きになるのだと思った。</p>
<p>行動変容 家族と一緒に料理をすることで、料理することの楽しさに気付くことができた。また、普段何気なく食べている食事が、今まで考えていた以上の時間をかけて作られていることを知る等、作ることの大変さに気付くとともに、家族への感謝の気持ちをもつことができた。また、自分で苦勞して作ったものだから、嫌いなものでも食べようという思いをもち、実行する姿が学習カードからうかがえた。</p>	

(3) 「広げる段階」

追究した学習課題や食生活に対する考え方を伝え合ったり、学校で育てた食材を利用して調理実習を行ったりすることで、食生活改善への意識を高めることをねらいとする。そこで、こ

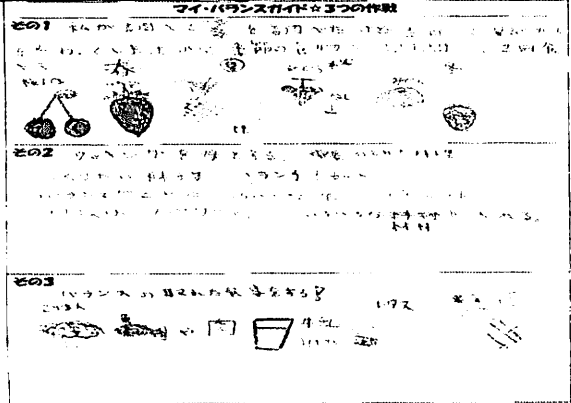
れからの自分の食生活に、今まで学習したことを生かすための行動目標を、絵や文章で表現する活動（「マイ・バランスガイド」の作成）を取り入れた。

単元終了後も、作成した「マイ・バランスガイド」を振り返ることにより、よりよい食生活を送ろうとする態度を継続してはぐくんでいこうと考えた。

○各学習段階に行う活動（手だて2「自己を振り返る学習活動」）

重点とする手だて	児童の気付き
<p>「学習を振り返り、文章表現する」 今までの学習を振り返り、自分の考えがどう変わり、それによってどう行動できたかを自分の言葉で文章表現することにより、よりよい食生活を送ることへの意識化を図ることをねらいとする。</p>	<p>○主食や主菜などの見分けが付くようになり、自分の体の栄養について気を付けることができた。なぜかという、見分けるために、バランスガイドをたくさんしたからです。 ○この学習をして学校の牛乳を全部飲む努力をするようになった。それは牛乳にカルシウムがたくさん入っていて、体を動かすにはたくさんカルシウムが必要なので、たくさん飲もうと思ったからです。</p>
<p>行動変容 食べるということと、健康な生活を送るということが、この学習を通して児童の中でつながってきている様子が学習カードからうかがえた。どうしてバランスよく食べないといけないのかということが、自分で調べたこと等を根拠に、自分の言葉で説明することができ、食生活改善への意識化が見られた。また、嫌いなものでも健康を考えて意識的に食べるようになるなど、自己の食生活の課題を行動に移す姿も見られた。</p>	

○ これからの生活に生かす活動（手だて2「自己を振り返る学習活動」）

重点とする手だて	児童の気付き		
<p>「マイ・バランスガイド」の作成</p> 	<p>A児童</p> <p>1か月後 季節の果物はいっぱい食べました。クッキングは、ゴーヤチャンプルーを作りました。もっと健康を見つめていきたいです。</p> <p>3か月後 今は冬です。みかん、イチゴをいっぱい食べています。クッキングはもちを作って、大根おろし、あんこで味付けしました。</p>	<p>B児童</p> <p>1か月後 この1か月ががんばったことは、パンよりごはんが多くなったことと嫌いなものも少しずつ食べられるようになったことです。</p> <p>3か月後 3か月前に比べバランスがよくなりました。理由は前よりも少しずつ野菜が食べられるようになったからです。</p>	<p>C児童</p> <p>1か月後 残さず食べる事ができるとうれしかった。この1か月サラダを2回もおかわりした。</p> <p>3か月後 今では食べられない野菜もほとんどなくなった。「マイ・バランスガイド」は、やっているうちに嫌いなものでも食べられるようになるのがすごいと思った。</p>
<p>行動変容 単元終了後に、自分で作成した「マイ・バランスガイド」を振り返ることが、食生活に対する気付きや自身の成長を実感することにつながった。実行できたことに満足したり、うれしさを感じたりする等、健康的な食習慣の定着に向け、児童の意欲的な姿が見られた。また、なかなか実行できなかった児童も自分が作成した「マイ・バランスガイド」について継続して振り返ることで、食生活改善への意識をもつことができた。</p>			

2 考察

(1) 手だて1「体験的な学習活動」

「食事バランスガイド」や調理等の体験等、体験的な学習活動を取り入れることで、児童が自己の食生活の課題に気付き、食生活への興味・関心に高まりが見られた。

(2) 手だて2「自己を振り返る学習活動」

1 単位時間や各学習段階に行う振り返り活動等、自己を振り返る学習活動を取り入れることで、児童が自己の食生活に対する意識の高まりや行動変容を実感することができた。

これらの様子から、食育のカリキュラムの中に、「体験的な学習活動」と「自己を振り返る学習活動」の二つの手だてを意図的に取り入れることが、児童によりよい食生活を送ろうとする態度をはぐくむ上でも有効であることが分かった。

IV 今後の課題

- 総合的な学習の時間における、「中・高学年」の食育カリキュラムのさらなる改善と検証
- 食生活改善の意識を高める体験的な学習活動や教材のさらなる開発
- 家庭とより一層連携を深めた学習展開や効果的な連携の仕方の工夫

1 総合的な学習の時間における、「中学年」の食育のカリキュラム

中学年の食育のカリキュラムで目指すこと 基礎的な食習慣、食の基本的な知識・食行動をはぐくむ (東京都食育推進計画・ステージ1)									
3年					4年				
「食べ物を見つめて」—食べ物の旬を見つけよう—					「健康を見つめて」—食事バランスを考えよう—				
時数	段階	学習活動	指導のポイント	食の体験	時数	段階	学習活動	指導のポイント	食の体験
1	つかむ段階	オリエンテーション 学習内容の確認	何を学習するのかを知らせる。 ☆本来の食材の姿(旬等)が視点	栽培	1	つかむ段階	オリエンテーション 学習内容の確認	何を学習するのかを知らせる。 ☆健康と栄養のバランスが視点	栽培
2		給食調査	給食に旬の食材や地域の食材が使われていることに気付かせる。	オクラ	2		給食調査	給食が栄養のバランスを考えて毎食作られていることに気付かせる。	ゴーヤ
3		地域の農家の方の話 畑の見学 旬の話 質問タイム	野菜や果物の育ち方や安全な食材作りなど、食材を育てる上での苦労や工夫等について知らせる。 旬の食材が一番おいしいことを知らせる。	生産 畑を知る	3		「食事バランスガイド」 1週間チャレンジ	「食事バランスガイド」の使い方を伝える。1週間取り組ませる。	
4		課題設定 旬の食べ物探し	食べ物が一番おいしい季節のことをもって知りたいという思いをもたせ、課題設定ができるようにする。		4		1週間の振り返り	1週間の食事の中で、足りているもの・足りないもの等、栄養素のバランスの視点で課題を考えさせる。	
5		学習の仕方の確認	図書室やパソコン室の使い方や調べ方を知らせる。		5		課題設定 ウェビングマップ 課題の具体化	課題を「食事バランスガイド」の5分類の中から決めさせ、決めた理由をはっきりとさせる。	
6	追	学習の仕方の確認	図書室やパソコン室の使い方や調べ方を知らせる。		6	学習の仕方の確認	図書室やパソコン室の使い方や調べ方を知らせる。		
7		調べ活動	調べたことを学習カードにまとめていくことを伝える。その際、自分の言葉でまとめるように指導する。		7	調べ活動	調べたことを学習カードにまとめていくことを伝える。その際、自分の言葉でまとめるように指導する。		
8		☆視点	☆調べる視点を毎回確認する。		8	☆視点	☆調べる視点を毎回確認する。		
9		旬・実のでき方・味	☆調べる視点を毎回確認する。		9	健康・栄養素	調べたことを学習カードにまとめていくことを伝える。その際、自分の言葉でまとめるように指導する。		
10		1分間スピーチ準備	スピーチをする際のキーワードを学習カードに記入させる。		10	1分間スピーチ準備	スピーチをする際のキーワードを学習カードに記入させる。		
11	究	1分間スピーチ 質問タイム	調べたことや調べ方の情報交換を行い、友達の良いところを見付けさせる。		11	1分間スピーチ 質問タイム	調べたことや調べ方の情報交換を行い、友達の良いところを見付けさせる。		
12		家庭での学習の確認	何を学習するのかを知らせる。	収穫	12	家庭での学習の確認	何を学習するのかを知らせる。		
13		調べ活動	家族との料理体験や家族・地域の方へのインタビューなど、いろいろな体験活動を行うように促す。	選択 献立 調理 食事	13	調べ活動	家族との料理体験や家族・地域の方へのインタビューなど、いろいろな食材を入れた料理「食事バランスガイド」1週間チャレンジ	選択 献立 調理 食事	
14	すすめる段階	家庭での学習の確認	何を学習するのかを知らせる。		14	家庭での学習の確認	何を学習するのかを知らせる。		
15		家庭での学習の振り返り	調べたことの情報交換をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。		15	家庭での学習の振り返り	調べたことの情報交換をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。		
16		発表会の仕方の確認	調べたことの中から、何を中心に伝えていくかを焦点化させる。		16	発表会の仕方の確認	調べたことの中から、何を中心に伝えていくかを焦点化させる。		
17		発表準備	要点を提示するようにさせる。		17	発表準備	要点を提示するようにさせる。		
18		調べ活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		18	調べ活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		
19	広げる段階	発表準備	要点を提示するようにさせる。		19	発表準備	要点を提示するようにさせる。		
20		発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		20	発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		
21		発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		21	発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		
22		発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		22	発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		
23		発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		23	発表活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		
24	広げる段階	プレ発表会	発表方法の確認をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。 友達の調べた内容を知る。		24	プレ発表会	発表方法の確認をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。 友達の調べた内容を知る。		
25		発表会	プレ発表との成長の比較をさせる。 友達の調べた内容を知る。		25	発表会	プレ発表との成長の比較をさせる。 友達の調べた内容を知る。		
26		栄養士さんの話 秋の味覚の話	季節の野菜を食べることのよさを伝える。		26	メニュー作り	栄養素のバランスを考えさせた案を出させる。		
27		秋野菜料理	保護者の協力を呼び掛ける。 安全に気を付け、実習させる。 「いただきます」の意味を知らせる。	献立 調理 食事	27	ゴーヤ料理	保護者の協力を呼び掛ける。 安全に気を付け、実習させる。 「三角食べ」の意味を知らせる。	収穫 選択 献立 調理 食事	
28		旬カレンダー作り	家庭で使うことを想定し作らせる。		28	「マイ・バランスガイド」作り	家庭で使うことを想定し作らせる。		
29	すすめる段階	まとめの作文	今までの学習を振り返らせ、観点に基づき文章にまとめさせる。		29	まとめの作文	今までの学習を振り返らせ、観点に基づき文章にまとめさせる。		
30		まとめの作文	今までの学習を振り返らせ、観点に基づき文章にまとめさせる。		30	まとめの作文	今までの学習を振り返らせ、観点に基づき文章にまとめさせる。		

*「課外の活動」について・・・この部分の活動については、学校でも家庭でも調理等の体験的な学習活動を行うことで、児童が自己の食生活に対し興味・関心をもつことができると考えた上で取り入れた。なお、本研究の第4学年での実践授業ではこれらの活動を夏季休業中に行った。

2 総合的な学習の時間における、「高学年」の食育のカリキュラム

高学年の食育のカリキュラムで目指すこと 食を大切に作る心、食に関する自己管理能力をはぐくむ (東京都食育推進計画・ステージ2)													
5年 「食べ物を見つめて」—食べ物の大切さを考えよう—					6年 「健康を見つめて」—理想の朝食を考えよう—								
時数	段階	学習活動	指導のポイント	食の体験	時数	段階	学習活動	指導のポイント	食の体験				
1	つかかむむむむ	オリエンテーション 学習内容の確認	何を学習するのかを知らせる。 ☆食べ物を大切にすることが視点	栽培	1	つかかむむむむ	オリエンテーション 学習内容の確認	何を学習するのかを知らせる。 ☆理想の朝食が視点	栽培				
2		栄養士の話 学校給食の残菜量	食材選びや調理方法等、給食作りの上での安全性を保つための苦勞や材料費・残菜量等について知らせる。	インゲン	2		2	2	2	栽培			
3		残菜削減会議 1週間チャレンジ	話し合い活動をして、方策を立てさせる。1週間取り組ませる。	収穫	3		3	3	3	栽培			
4		1週間の振り返り ウェビングマップ	食べ物を大切にすることは、どういうことか、イメージを広げさせる。	献立	4		4	4	4	栽培			
5		課題設定	課題を決定する際に、理由などをしっかりとめさせる。	調理	5		5	5	5	栽培			
6	追 究 す る 段 階	学習の仕方の確認 調べ活動	文献やインターネットでの調べ方や著作権、取材方法等を知らせる。	家庭科でおかず作り	6	追 究 す る 段 階	学習の仕方の確認 調べ活動	文献やインターネットでの調べ方や著作権、取材方法等を知らせる。	家庭科でみそ汁作り				
7		☆視点	調べたことを学習カードにまとめていくことを伝える。その際、自分の言葉で内容を要約しながら分かりやすくまとめるように指導する。		7		7	7		7	☆視点		
8		食べ物の大切さ 廃棄・保存	☆調べる視点を毎回確認する。		8		8	8		8	自作可能なもの 栄養バランス		
9		中間発表準備	要点を提示するようにさせる。		9		9	9		9	中間発表準備		
10		中間発表	調べたことや調べ方の情報交換を行い友達の良いところを見付けさせる。		10		10	10		10	中間発表		
11		家庭での学習の確認	何を学習するのかを知らせる。		11		11	11		11	家庭での学習の確認		
12		調べ活動 おかず作り	家族との料理体験や家族・地域の方へのインタビューなど、いろいろな体験活動を行うように促す。 ○店・家庭・昔の対策(保存食等)		選択 献立 調理 食事		12	12		12	調べ活動 朝食作り 「食事バランスガイド」 1週間チャレンジ	選択 献立 調理 食事	
13		家庭での学習の振り返り	調べたことの情報交換をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。		13		13	13		13	家庭での学習の振り返り	調べたことの情報交換をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。	
14		発表会の仕方の確認	調べたことの中から、何を中心に伝えていくかを焦点化させる。		14		14	14		14	発表会の仕方の確認	調べたことの中から、何を中心に伝えていくかを焦点化させる。	
15		発表準備	要点を提示するようにさせる。		15		15	15		15	発表準備	要点を提示するようにさせる。	
16		調べ活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。		16		16	16		16	調べ活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。	
17		広 げ る 段 階	プレ発表会		発表方法の確認をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。 友達の調べた内容を知る。		17	広 げ る 段 階		23	プレ発表会	発表方法の確認をねらいとし、友達の良いところを見付けさせる。 友達の調べた内容を知る。	選択 献立 調理 食事
18			発表会		プレ発表との成長の比較をさせる。 友達の調べた内容を知る。		18			24	発表会	プレ発表との成長の比較をさせる。 友達の調べた内容を知る。	
19			残菜削減計画 宣伝準備		何を中心に伝えていくかを焦点化させる。伝える学年により、伝える内容を考えさせる。		19			25	メニュー作り	自分で作ることができ、バランスを考えたメニューを考えさせる。	
20	残菜削減計画の宣伝 1週間チャレンジ		活動の効果を振り返らせる。 (前回との比較等、栄養士からの情報提供を得る)	20	26	朝食作り	家庭科と関連させて行う。 安全に気を付け、実習させる。						
21	宣伝活動の振り返り		家庭で使うことを想定し、作らせる。	21	27	朝食メニューブック 作り	家庭で使うことを想定し、作らせる。						
22	食べ物ルールブック 作り	今までの学習を振り返らせ、観点に基づき文章にまとめさせる。	22	28	まとめの作文	今までの学習を振り返らせ、観点に基づき文章にまとめさせる。							
23	発表準備	要点を提示するようにさせる。	23	29	発表準備	要点を提示するようにさせる。							
24	調べ活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。	24	30	調べ活動	調べたりないことについての情報収集をする時間を確保する。							

*「課外の活動」について・・・この部分の活動については、学校でも家庭でも調理等の体験的な学習活動を行うことで、児童が自己の食生活に対し興味・関心をもつことができると考えた上で取り入れた。なお、本研究の第4学年での実践授業ではこれらの活動を夏季休業中に行った。