

1 研究主題

望ましい生活習慣を身に付ける食育指導の工夫

～ICT 等を利活用した「食育タイム」と「食育ノート作り」の実践を通して～

2 主題設定の理由

近年、朝食の欠食や偏った栄養摂取等、児童の食生活の乱れはますます顕著になり、体力の低下や肥満の増加といった健康問題が深刻化している。本来、児童の心身の成長と将来の望ましい食習慣形成には、家庭が担う役割が大きい。さらに、外食産業の発展等、児童の食生活を取り巻く社会構造が変化しつつある現在、学校・家庭・地域が連携・協力して食育指導を行うことは不可欠である。そこで、上述した状況を踏まえ、国は平成 22 年 3 月に「食に関する指導の手引」（文部科学省）を改訂し、食に関する指導の目標を以下のように示している。

- 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。
- 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。
- 正しい知識・情報に基づいて、食物の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
- 食物を大事にし、食物の生産等にかかわる人々へ感謝する心をもつ。
- 食事マナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。
- 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。

本校は、今年度、文部科学省より「スーパー食育スクール（以下 S S S で示す。）」事業の指定を受けた。本校はこれまで、給食の時間を 5 校時給食と設定した全校的な指導や栄養教諭の専門的な知識を生かした望ましい食習慣を身に付ける指導を行い、給食残菜 0 % である。朝食の摂取率も 100% に近く、家庭を含めた意識改革も進んでいる。しかし、バランスのとれた朝食の内容とはいえ、望ましい食習慣を自ら管理したり正しい知識を身に付けたりしている児童は多くない。

そこで、ICT 等を利活用するとともに、これからの我が国の食育教育を推進するためにも「わかきっ子食育ノート」を作り、それを通して国が望む児童の生活習慣について発展的な取り組みを S S S と連動していく必要があると考え、本主題を設定した。

3 研究の目標

健康に関する正しい知識と望ましい生活習慣を身に付けさせるために、ICT 等を利活用した「わかきっ子食育ノート」作りを通して、食育指導の在り方を探る。

4 研究の仮説

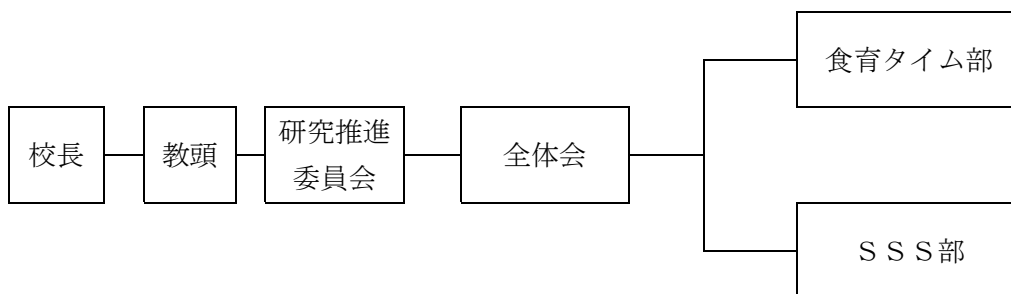
教育課程での食育指導において、以下のような手立てを講じれば、食習慣・生活習慣を改善した児童が育つであろう。

- (1) 児童一人一人が自ら管理していくことができる「わかきっ子食育ノート」を作成する。
- (2) ICT を利活用し、児童の生活習慣を把握、分析、検証する。

5 研究の内容と方法

- (1) 「わかきっ子食育ノート」作りによる研究
 - ア 月1回の「食育タイム」の指導内容・方法の工夫
 - イ 「食育タイム」の教材開発・教材作り
 - ウ 「食育ノート」のワークシート作成
 - エ 「食育タイム」の指導内容に関連した校内環境の整備（掲示物、選書など）
 - オ 家庭との連携と家庭への食育の推進
- (2) ICTを活用した児童の生活習慣の把握、分析、検証による研究
 - ア タブレットを活用した児童一人一人の食習慣の実態把握
 - イ 歩数計や体組成計等の測定機器を活用した児童の健康状態や運動量の把握
 - ウ 企業と連携した身体測定や運動量等の客観的データによる分析と検証

6 研究組織



研究会	主な活動内容	担当	
全体会	・研究推進委員会を受けての研究内容についての検討	○坂口 全職員	
食育タイム部	・「食育タイム」の内容提案、教材作成、指導 ・「食育ノート」のワークシート作成 ・各月の指導内容に関連した校内環境整備	6月	福山、中島、丸井、坂口
		7月	福山、校長、幸尾、市丸
		9月	福山、北川、菖蒲、藤瀬
		10月	福山、教頭、小川、土井
		11月	福山、中島、丸井、北川
		12月	福山、土井、市丸、藤瀬
		1月	福山、小川、幸尾、菖蒲
SSS部	・SSS事業全般に関すること	○福山、北川 全職員	

7 年間計画

4月	5月	6月	7月	夏期休業	9月
研推	全体会 部会	部会	部会	部会	部会 指導案検討
10月	11月	12月	1月	2月	3月
指導案検討 部会	部会 研究授業(11日)	部会 リーフレット作成	研究のまとめ リーフレット作成	研究のまとめ	次年度研究について