

# 校内研究計画

## 1 研究主題

### 『望ましい生活習慣を身に付ける食に関する指導の工夫』（2年次）

～ICT等を活用した「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。さらに、外食産業の発展等、児童の食生活を取り巻く社会環境が変化しつつある現在、学校・家庭・地域が連携・協力して食に関する指導を行うことは不可欠である。このような状況を踏まえ、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。
- 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、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、給食残菜が0%であった。また、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。

昨年度から、文部科学省より「スーパー食育スクール事業（略称：SSS）」の指定を受けている。そこで、校内研究では食に関する指導とSSSを連動しながら取り組んできた。株式会社タニタと連携し、タブレットを活用して毎日の食事記録をとったり、歩数計を使った運動量の測定、体組成計を使った体位・体格の測定を定期的に行ったりした。さらに、本校独自の「わかきっ子食育タイム」を特設し、全校一斉の指導を行ったり、「わかきっ子食育ノート」を作成して、測定結果の蓄積や、食育に関する知識習得をしたりしてきた。これらの取り組みから、主菜・副菜・果物の摂取回数が増え、食事内容の改善が見られた。また、児童の自分の運動量や体位・体格への関心が高まり、児童の肥満度が減った。しかし、季節の影響により運動量の増加が予測以下であった。

また、これまでの「わかきっ子食育タイム」では、食に関する指導の目標（6観点）を細かいところまで深めることはできなかった。正しい知識等の習得へつなげることのできる「わかきっ子食育ノート」の作成や活用にも課題が残っている。

そこで、今年度はICT等を活用しながら、昨年度に続き、「わかきっ子食育タイム」と「わかきっ子食育ノート」を充実させ、さらに望ましい生活習慣を身に付ける取り組みを継続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

望ましい生活習慣を身に付けさせるために、ICT等を活用した「わかきっ子食育タイム」の実践と「わかきっ子食育ノート」作りを通して、食に関する指導の充実を図る。

## 4 研究の仮説

教育課程での食に関する指導において、以下のような手立てを講じれば、望ましい生活習慣を身に付けた児童が育つであろう。

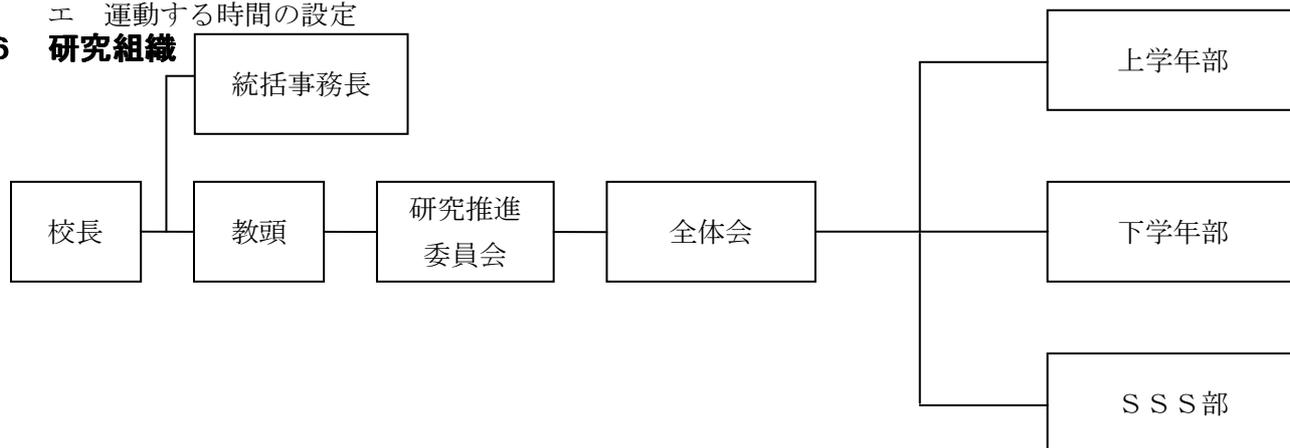
- (1) ICT等を活用した「わかきっ子食育タイム」を設定する。
- (2) 食習慣に関する興味・関心を高め、正しい知識を習得することができる「わかきっ子食育ノート」を作成する。
- (3) 教育課程に位置づけた食に関する指導を行う。
- (4) 「5校時給食」を充実させる。

## 5 研究の内容と方法

- (1) 「わかきっ子食育タイム」の実践
  - 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・教材作成
  - ウ 「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、食に関する指導面での推薦図書充実）
- (2) 「わかきっ子食育ノート」作成

- ア 「食育ノート」のワークシートの作成
- イ タブレットを活用するワークシートの作成
- (3) 食に関する指導の実践
  - ア 年間計画の作成
  - イ 栄養教諭・養護教諭等によるTT授業
- (4) 「5校時給食」の充実
  - ア 「5校時給食」の月目標の指導と振り返りの工夫
  - イ 栄養教諭による指導
  - ウ 「食の日通信」による食に関する情報発信
- ※ SSSとの連動
  - ア タブレットによる食事入力
  - イ 歩数計を使った運動量の測定
  - ウ 体組成計を使った体位・体格の測定
  - エ 運動する時間の設定

## 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	○菖蒲, 市丸 全職員
上学年部	・「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	5月 北川, 丸井, 市丸, 幸尾
下学年部		6月 中島, 福田, 菖蒲, 幸尾
		7月 校長, 梅津, 大宅, 河野
		9月 教頭, 丸井, 平川, 河野
		10月 中島, 福田, 梅津, 河野
		11月 教頭, 北川, 菖蒲, 幸尾
		12月 校長, 丸井, 梅津, 幸尾
		1月 市丸, 平川, 大宅, 河野
		2月 北川, 丸井, 菖蒲, 河野
S S S部		・S S S事業全般に関すること

## 7 年間計画

4月	5月	6月	7月	夏季休業	9月
全体会 研推	全体会 部会 食育タイム① 課題解決授業	部会 全体会 食育タイム②	部会 食育タイム③ 全体会	部会	部会 食育タイム④ 全体会 課題解決授業
10月	11月	12月	1月	2月	3月
部会 食育タイム⑤ 全体会 課題解決授業	部会 食育タイム⑥ 全体会	部会 食育タイム⑦ 全体会 研究のまとめ	部会 全体会 研究発表会 (食育タイム⑧)	部会 食育タイム⑨ 全体会 研究のまとめ	次年度研究について

