

●令和5年度「食に関する指導」の年間指導計画

東京都八丈島八丈町立三原中学校

健康教育目標				生涯にわたり健康な生活が送れるよう、健康・安全に関する実践力を育成する。																							
食育の目標				・ 自分の生活や将来の課題を見つけ、朝食を必ずするなど、望ましい食習慣を理解して、実践する力を身に付ける。 ・ 自文化や食品の生産・流通について理解を深め、食事を通して豊かな心と望ましい人間関係を構築できる。 ・ 食物の働きや栄養について理解し、献立・調理にも関心をもち、日常生活に生かしていくことができる。																							
				Ⅰ期(4月・5月・6月・7月・8月)						Ⅱ期(9月・10月・11月・12月)						Ⅲ期(1月・2月・3月)											
道徳				※ 道徳の時間では、「食」を題材とした読み物資料等を扱うことで食育の充実を図ることができる。特に、下記の価値項目は食育の充実の視点から見て関連が深いものである。 主として自分自身に関すること 主として他の人とのかわりに関すること 主として自然や崇高なものとのかわりに関すること 主として集団や社会とのかわりに関すること A(2) 基本的な生活習慣 B(7) 礼儀 B(6) 感謝・思いやり・人間愛 D(19) 生命尊重 D(20) 自然愛・畏敬の念 C(13) 勤労・社会奉仕・公共の福祉 C(14) 家族愛 C(16) 郷土愛 C(17) 愛国心 C(18) 国際理解						導入の工夫 展開の工夫 終末の工夫 ・自然環境の変化のグラフから、自然破壊が食物を脅かしていることを読み取り、自然環境と食物や食生活との関係に興味をもたせ、展開段階へとつなげる。 3-(1)〈重・感〉 ・昔からの生活習慣とてなんでいる「いただきます」「ごちそうさま」の言葉やお箸の作法などの意味について解き明かしたエッセイを基に、食事の礼儀作法などについて各自の考えを深め、時と場に応じた言動をとらうとする態度を養う。 2-(1) 〈感・社・文〉 ・国際理解に関する資料での話し合いの最後に、海外で知られている「寿司」「天ぷら」などの日本料理についての外国人の感想を聞き、日本や他の国に根付いた食文化のよさに関心をもち続けようとする思いを高める。 4-(10)〈文〉																	
総合的な学習の時間				第1学年			八丈島に関する探究学習、校外学習			八丈島の地場産業や伝統文化に関する探究学習、校外学習			職業レポート作成、職場体験準備														
				第2学年			職場体験			移動教室			修学旅行事前学習														
				第3学年			修学旅行			進路学習			進路学習														
特別活動	給食の時間	給食目標	朝食の大切さを見直そう〈重・健〉						夏を健康に過ごすための食事について考えよう〈重・健〉						日本食を見直し、良さを知ろう〈文〉						楽しい給食時間の過ごし方を考えよう〈重・健〉						
			内 容	朝食をしっかりと食べよう〈重・健〉		健康的な食事について考えよう〈健〉		1日3度の食事をしっかりとろう〈重・健〉		暑さに負けない身体をつくろう〈健〉		バランスの良い食事をしよう〈重・健・運〉		和食のよさを知ろう〈文〉		健康な体をつくろう〈健〉		自分の食生活を見直そう〈健〉		日本の食文化や行事食を理解し、楽しもう〈社・文〉		自然と食べ物との関わりを理解し、感謝の気持ちをもとう〈感〉		心と体の健康づくりをしよう〈健〉			
				・朝食の必要性		・食品群の働きや栄養素 ・バランスの取れた食事		・規則正しい食習慣 ・生活リズム		・夏の食生活 ・水分補給 ・食事作りの手伝い		・主食、主菜、副菜の組み合わせと量		・魚、豆、野菜、海藻類の大切さ		・中学生に必要な栄養素		・脂質、塩分、糖分の弊害 ・間食、夜食の摂り方		・自然と食べ物 ・人への気遣い		・食の楽しさ、大切さ					
	給食指導	給食の手順や係分担任を覚えよう〈社〉		給食時間を守り、楽しく食事をしよう〈社〉		衛生的な食習慣を身に付けよう〈健〉		暑さに負けない食生活を送ろう〈健〉		健康的な生活リズムを考えよう〈健〉		自分の食生活を見直そう〈健〉		感謝の気持ちをもつて食事をしよう〈感〉		寒さに負けない食生活を送ろう〈健〉		楽しい雰囲気です食事をしよう〈健〉		よい姿勢でよくかんで食べよう〈健・重〉		一年間の給食活動を振り返ろう〈社〉					
		・準備、後片付けの仕方 ・当番の身支度		・決められた時間に食べる工夫 ・食事のマナー①		・梅雨時の衛生 ・手洗いの励行		・夏バテ防止の食事 ・夏の健康管理		・生活リズム ・栄養、運動、休養、睡眠		・望ましい食習慣		・食料の生産や調理に携わる人々への感謝の心		・かぜを予防するための食事		・食事のマナー② ・給食の目的と役割		・よい姿勢 ・かむことの必要性		・健康的な食習慣 ・食生活の改善					
	学級活動			第1学年 規則正しい生活と食事〈重・健〉 第2学年 健康な生活：歯の仕組みや働き〈健〉 第3学年 健康な生活：歯と歯肉のチェック〈健〉						第1学年 暑い時期の生活：なるべく多くの食品をとろう〈重・健〉 第2学年 暑い時期の生活：水分のとおり方〈健〉 第3学年 暑い時期の生活：熱中症のメカニズムと対処方法〈健〉						第1学年 寒い時期の健康管理〈健〉 第2学年 間食と夜食のとおり方、選び方〈健〉 第3学年 生活習慣病と食習慣：和食のよさを見直そう〈健・文〉											
	学校行事等			発育測定・定期健康診断〈健〉						意見発表会〈社〉						記録会〈社〉 運動会〈社〉						学習発表会〈社〉					
	献立作成等の配慮	旬の食材及び取り入れたい食材		根三つ葉、ふき、ピーマン、かぶ、メロン、オレンジ		かつお、アスパラ、そらまめ、グリーンピース		夏みかん、すいか、アスパラ、メロン、さくらんぼ		うなぎ、とうもろこし、えだまめ、なす、すいか、きゅうり、トマト		さんま、なし、ぶどう、生しいたけ、さつまいも		ごぼう、ねぎ、いわし、りんご、さつまいも、鮭		ごぼう、ねぎ、いわし、ほうれん草、白菜		たこ、えび、ごぼう、れんこん、大根、ねぎ、里芋		白菜、カリフラワー、みかん		カリフラワー、いちご、みかん、いよかん		にら、ブロッコリー、じゃがいも			
		地場産物の利用		キャベツ、明日葉、鶏卵、とびうお		明日葉、キャベツ、じゃがいも、鶏卵、とびうお、かつお		トマト、きゅうり、鶏卵、とびうお、めだい		とびうお、鶏卵、じゃがいも、きゅうり、トマト		じゃがいも、鶏卵、ムロアジ		じゃがいも、明日葉、里芋、しょうが、ムロアジ		じゃがいも、明日葉、鶏卵、里芋、さつまいも		明日葉、さといも、きゅうり、水菜、とびうお、めだい、鶏卵		じゃがいも、大根、しょうが		とびうお、鶏卵		大根、しょうが、ムロアジ			
		食文化の伝承		お花見(ちらし寿司)		端午の節句(ちまき、柏餅)				土用の丑(うなぎ)		お月見(お月見団子)				冬至(かぼちゃ、ゆず)		お正月(おせち料理)		七草(七草粥)		節分(大豆ご飯、いわし、煎り大豆)		ひなまつり(桜餅)			
その他		入学お祝いメニュー		こどもの日メニュー		虫歯予防デー		七夕メニュー		リザーブ給食		目の愛護デー				クリスマスメニュー		学校給食週間		リクエスト給食		卒業お祝い週間					
保護者・地域との連携		学校だより・学級だより・食育だより・ほけんだより・給食だより(給食センター)																									

※ 〈 〉内は、食に関する指導の内容を示す。〈重〉食事の重要性 〈健〉心身の健康 〈選〉食品を選択する力 〈感〉感謝の心 〈社〉社会性 〈文〉食文化