

学校給食指導及び栄養指導計画に関する指導の実施について

1 実施のねらい

栄養教諭等が、専門的立場から担任教諭と連携して「望ましい食生活」についての指導を児童生徒へ行います。

2 実施対象学年及び指導の目標

(1) 小学3年生

主題「1日のスタートは朝ごはんから」

- ・朝ごはんを食べると、体がどのように変化するのか意欲的に考えさせる。
- ・3つのグループの食べ物の仲間を知り、バランスよく組み合わせて食事をすることの大切さを理解させる。
- ・自分の朝ごはんのとり方を振り返り、早寝早起きの生活リズムを整え、毎日しっかり食べようとする意欲をもたせる。

(2) 小学5年生

主題「朝ごはんを食べよう」

- ・朝ごはんを食べると、体がどのように変化するのか意欲的に考えさせる。
- ・5大栄養素のそろった食事をする事で、栄養のバランスが整いやすくなることを理解させる。
- ・自分の食生活を振り返り、栄養バランスのとれた朝ごはんをとるための目標を立てさせる。

(3) 中学1年生

主題「望ましい朝食のとり方について考えよう」

- ・朝食を食べることの大切さを知り、毎朝きちんと食べる意欲をもたせる。
- ・自分の朝食を振り返り、主食・主菜・副菜のそろった食事ができるよう、自分の目標を立て、実行させる。
- ・食事バランスガイドを使って、朝食にどれだけ食べなければいけないかを理解させる。

3 学校給食指導及び栄養指導の実施計画

基本的には4時限目の授業での実施を予定していますが、日程等は各学校と連絡調整しながら、食育の視点に着目して効果的な方法で取り組みたいと思います。

食育の視点（「食に関する指導の手引き」より）

- ◇ 食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。【食事の重要性】
- ◇ 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。【心身の健康】
- ◇ 正しい知識・情報に基づいて、食品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。【食品を選択する能力】
- ◇ 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。【感謝の心】
- ◇ 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。【社会性】
- ◇ 各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。
【食文化】