

## 第6学年 給食の時間 学習指導案

1. 題材 知っていますか? 野菜のしゅん

2. 指導にあたって

児童に嫌いな食品を尋ねると、豆、海そう、きのことともに、野菜が上位に上がる。野菜は体の調子を整える食品として欠かせない食品で、毎回の食事での摂取が必要だが、A小学校の食生活調査では、毎回の食事野菜を食べていないことがある児童は13.0%いた。野菜嫌いの児童には野菜に興味・関心を持たせ、食べる意欲を高めさせる指導が必要である。そこで、旬の野菜の特徴、①栄養価が高い②価格が安い③味がよいことや、学校給食で使用している野菜は旬の時期に合わせて、日本全国から集めていることを知らせたい。また、旬の野菜や地産地消の野菜を食べることで輸送に伴うCO<sup>2</sup>の排出量をおさえ、環境にやさしい食べ方につながる事も知らせたい。旬の野菜について知ること、給食に出てくる野菜に対して興味・関心を高め、季節の野菜を自分の食生活にうまく取り入れていこうとする態度を育てたい。

3. 食育の視点

野菜には旬があることを知り、季節にあった野菜を選んで食べることができる。(心身の健康)

近隣で採れた野菜を食べることが環境問題の改善にも役立つことを知り、食べていこうとする。(感謝の心)

4. 指導計画 (全○時間 10分)

第○次 わたしたちの食生活と野菜生産 (社会科)

第○次 知っていますか? 野菜のしゅん 10分 (本時)

第○次 わたしたちの食生活と野菜生産 (学校給食に使用する野菜の産地) (社会科)

5. 本時のねらい

○学校給食に使われている旬の野菜の使用について興味・関心を持つことができる。(知識及び技能)

○旬の野菜の良いところを考え、上手に取り入れていこうとすることができる。(思考力、判断力、表現力等)

6. 本時の活動

学習活動と内容	指導上の留意点 評価(◆)	資料
1. 旬の野菜について知る。	○「えんどう」「さやえんどう」の写真を見せてさやえんどうとえんどうは同じ野菜である事に気づくようにする。 ○野菜が1年で最もたくさんとれる時期をその野菜の『しゅん(旬)』ということを知らせる。	えんどう、さやえんどうの写真と料理
2. 旬の野菜の特徴を考える ①栄養価が高い。 ②価格が安い。 ③味がよい。	○春、夏、秋、冬が旬の野菜を知らせる。 ○トマトとほうれん草を提示して旬と旬でない時期の100g中のビタミンCの違いを知らせる。 ○旬の野菜の特徴を知らせる。 ○給食の野菜は旬のものを選んで使用していることを知らせる。 ○夏が旬のかぼちゃが、冬も売られているがどこから来たのか考えるようにする。	旬の野菜の写真 トマトとほうれん草の夏、冬産でのビタミンC含有量比較グラフ 旬の野菜の特徴の文字
3 冬のかぼちゃはどこから来ているのか考える。	○冬のかぼちゃは、南半球にあるニュージーランドなどから輸入されたかぼちゃであることを知らせる。 ○かぼちゃ1kgを東京都に運ぶときに出る二酸化炭素(CO <sub>2</sub> )の量は千葉県からは10g、ニュージーランドからは240gになることを知らせて運ぶ距離が長いほど二酸化炭素の量が増える事に気づくようにする。	かぼちゃの写真 車、船の絵 千葉県から東京都 CO <sub>2</sub> : 10g ニュージーランドから東京都 CO <sub>2</sub> : 240g のカード。
4. 地球環境に優しい野菜の食べ方を考える。 ①近くでとれた野菜を食べる。(地産地消) ②旬の野菜を食べる。	○給食の野菜はできるだけ近隣でとれた野菜を使用していることを知らせる。 ○旬の野菜や、近くでとれた野菜を選んで食べると栄養がたっぷり、地球にも優しい食べ方になることに気付くようにする。	地球環境に優しい野菜の食べ方のカード
4. まとめと振り返りをする。	◆学校給食に使われている旬の野菜の使用について興味・関心を持っている。(知識・技能) ○給食の野菜をしっかり食べるように付け加える。	

7. 板書計画

### 知っていますか? 野菜のしゅん



えんどう



さやえんどう

春の野菜



夏の野菜



秋の野菜



冬の野菜



「かぼちゃ」は夏が「しゅん」です。冬の「かぼちゃ」はどこから来ているのでしょうか。

ニュージーランドなど

「かぼちゃ」1kgを運ぶときに  
でる二酸化炭素の量

①千葉県→東京都	二酸化炭素の量	10g
②ニュージーランド→東京都	二酸化炭素の量	240g

①栄養価が高い。  
②価格が安い。  
③味がよい。

地球のかんきょうにやさしい野菜の食べ方

- ①近くでとれた野菜を食べる。(地産地消)
- ②しゅんの野菜を食べる。

①夏のトマト  
自然の土地や畑で育てる。  
②冬のトマト  
ビニールハウスで育てる。

トマト



ビタミンC(100g中)

季節	ビタミンC (mg)
夏	21
冬	15

ほうれん草



ビタミンC(100g中)

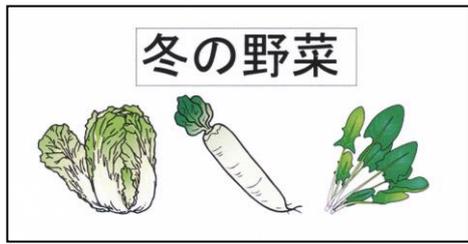
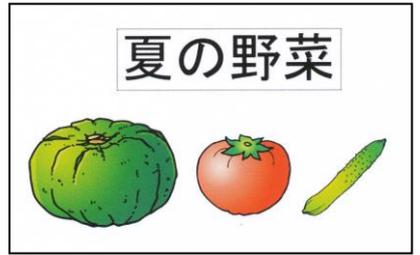
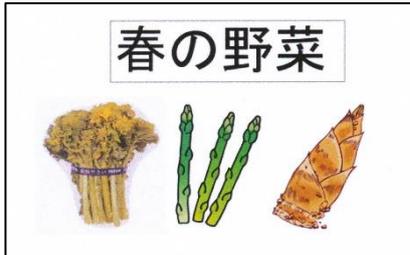
季節	ビタミンC (mg)
冬	60
夏	20

野菜の「しゅん」  
その野菜が一年で最も  
たくさんとれる時期。

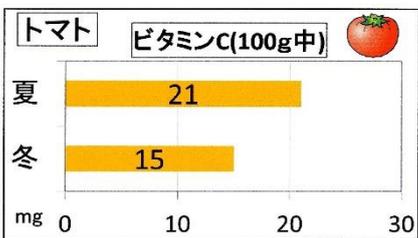
指導資料 (印刷はパワーポイント資料より可能)



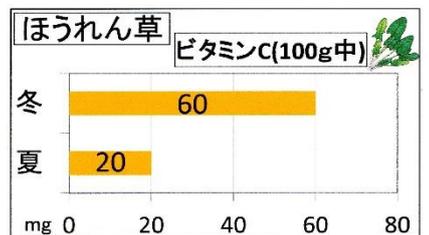
野菜の「しゅん」  
その野菜が一年で最も  
たくさんとれる時期。



①夏のトマト  
自然の土地や畑で育てる。  
②冬のトマト  
ビニールハウスで育てる。



①冬のほうれん草  
冷たい気候を好む野菜。  
葉の色もこくなり。あまみ  
も増す。



## 「しゅん」の野菜

- ①栄養価が高い。
- ②価格が安い。
- ③味がよい。



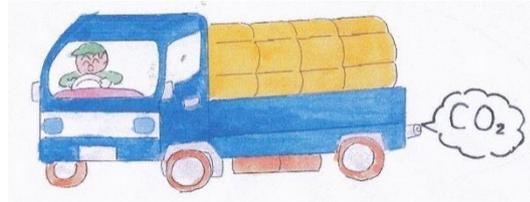
「かぼちゃ」は夏が「しゅん」です。

冬の「かぼちゃ」はどこから来ているのでしょうか。

メキシコ、ニュージーランドなど

「かぼちゃ」1kgを運ぶときに  
でる二酸化炭素の量

- ①千葉県→東京都  
二酸化炭素の量 **10g**
- ②ニュージーランド→東京都  
二酸化炭素の量 **240g**



地球のかんきょうにやさしい  
野菜の食べ方

- ①近くでとれた野菜を食べる。  
(地産地消)
- ②しゅんの野菜を食べる。

