

1. 題材について

(1)〈児童の実態〉

本学級の児童は毎日給食の残食がなく、おかわりをする児童も多い。本校の給食時間のきまりは、いただきますから10分間は黙って食べるもぐもぐタイムである。もぐもぐタイムが終わるとおかわりすることができるが、10分以内にすべて食べ終わり、おかわりを待っている児童もいる。事前調査の給食を食べる時に一番気をつけていることは何ですかの問いでは、よくかんで食べることと答えた児童は35人中3人であった。よくかんだほうがよいことはなんとなく知っている児童もいるが、食べる時に意識ができていない児童は少ない。

(2)〈題材設定の理由〉

本題材は学級活動(2)「日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」に関することの中の、「エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」を目指すものである。この内容は、よくかむ習慣を身につけさせるために、自分の食べ方の実態を把握し、心身の健康を保ち改善を図るためによくかむ方法を見つけ、普段の食生活で実践することに結び付ける取組である。この学習を通して、今までの食生活を振り返り、かむことや自分の食べ方について考えをまとめさせ、改善を図らせたい。かむことの大切さに気づき、よくかんで食べようとする態度を養いたいと考え、この題材を設定した。

(本時のゴール)

- ・よくかむことが心身の健康を保つために大切であることを理解する。
- ・毎日の食生活でよくかむことを実践する。

2. 事前の活動

目指す児童の姿と評価方法

- ・自分の食生活の現状を知り、課題をみつける意欲へとつなげる。
- ・アンケートに真剣に取り組む。

(アンケート調査)
(関心・意欲・態度)

児童の活動(・)及び指導上の留意点(○)

- ・一人一人がアンケート調査に取り組む。

○児童の問題状況をアンケートで確認しておき、資料にまとめる。

事前アンケート

給食について

- 好きな給食はなんですか？
- 苦手な給食は何ですか？
- なぜ苦手なのですか？
- 苦手なものを食べる時、どのように食べますか？
- きゅうしよくを食べる時に気を付けていることはなんですか？
- ※一部選択式。

	好きな給食	苦手な給食
1位	揚げパン	サラダ
2位	カレー	魚
3位	うどん	小魚(シヤモなど)
4位	サラダ	
	きんぴら	
	大豆のかりかり揚げ	
5位	サンマのかば焼き	

3. 本時の活動

目指す児童の姿

- ・よくかんで食べることに関心を持ち、グループで積極的に話し合いができる。(関心・意欲・態度)
- ・よくかむことが心身の健康を保つために大切なことを理解できる。(知識・理解)
- ・学習したことを踏まえて自分の考えをまとめ、よりよい習慣を身に付けて実践できるようになる。(思考・判断・実践)

1〈課題の把握〉

アンケート結果から実態を把握して、課題を自分のこととしてとらえることができるようにする。

- ・給食の献立を提示し自分の食べ方を振り返り、よくかんでいないことに気づく。

2〈原因の追究・改善の必要性〉

課題の原因を明らかにして改善の必要性を実感することができるようにする。

- ・炒り大豆を使い、かむ回数の違いで食べ物が変わるかを考え、発表する。
- ・味・大豆の様子・ほっぺとあごの動きを見て感じて、よくかむことの良さを知る。

3〈解決方法等の話し合い〉

集団思考を通して多くの視点で解決方法を探ることができるようにする。

- ・グループで話し合い、よくかむとよいことについて発表する。
- ・よくかむことが、心身の健康の健康を保つために大切なことを知る。

(紙芝居)

4〈個人目標の意思決定〉

実現可能であり、自己評価できる具体的なめあてを立てることができる。

- ・学習したことを踏まえて、自分の考えをまとめ、実践できるようめあてを立てる。
- ・数名のめあてを聞く。

4. 事後の活動

目指す児童の姿と評価方法

- ・児童自身が意思決定したことやめあてを確実に実践している。
- ・よくかむことが習慣化するように、よくかむがんばりカードに取り組んでいる。

(よくかむがんばりカード)
(関心・意欲・態度)
(思考・判断・実践)

児童の活動(・)及び指導上の留意点(○)

- ・よくかむがんばりカードに取り組む。
- ・各自、がんばりカードに実践の様子を記録する。
- ・がんばりカード取り組み後、食育だよりを発行し、個人目標に対して自身の取組がどうであったか知らせ、全体的な振り返りを行う。

○期間終了後も継続した実践となるよう助言をしたり、保護者への啓発を行ったりする。
○毎日の日だより「今日の給食」で、定期的によくかむ内容をのせ、よくかむことを呼びかける。

よくかんで食べよう さぐる

つかむ

見つけ

よくかむとよいこと

- ・げんきになる。
- ・ほねが強くなる。
- ・おなかの調子よくなる。
- ・歯を強くする。
- ・血液の流れをよくする。
- ・頭の動きをよくする。
- ・こころがおだやかになる。

決める

自分のめあて

- ・あたまのはたらきがよくなるようによくかんで食べます。
- ・虫歯にならないように、よくかんで食べます。

アンケート結果表

にがてなものを食べる時
どのように食べますか？

好きなものと同じ 3人
ように食べる

かまらずに飲み込む 4人

よくかんで食べる 2人

牛乳で流し込む・ 8人

いり大豆	5回	30回
味	ちよつとにが	あまい
口の 中の ようす	大豆が半分くらいになつた	こまかくなつてなくなつた
ほっぺ あごの ようす	つかれない	つかれた

かむ前

サーモグ
ラファイ写真

かんだ後

サーモグ
ラファイ写真

給食の写真

〈より良い意思決定に向けて〉

- ・かむことを体験し、回数の違いの差を考えさせ、よくかむとよいことを引き出す。(思考の拡散)
- ・集団思考で出された考えを、個人目標を立てる際の参考となるよう助言する。

よくかんで食べよ

3年 組 名前 _____



① 食べた感想を書きましょう

いり大豆	5回	30回
大豆のあじ		
口の中の大豆のようす		
ほっぺとあごのようす		

② 自分のめあてを書きましょう

よくかむ！がんばりカード

3年 組 名前 _____



☆これから、よくかむためにがんばることを書きましょう。

☆自分の食べ方を、チェックしましょう。

◎ よくできた ○ できた × できなかつた

	給食の献立	給食の時間、よくかんで食べられましたか。	おうちの食事の時間、よくかんで食べることができましたか。
6月27日	ごはん・牛乳・サンマのかばやき キャベツの炒め物 もずくのスープ		
6月28日	タンタンめん・牛乳 どうもろこし あげぎょうざ		
7月1日	ごはん・牛乳・しゅうまい マーボーナスどうふ きゅうりとかぶのピリッと漬け		
7月2日	白ごまきなこあげパン 牛乳・イタリアンサラダ ミネストローネ・冷凍みかん		
7月3日	ごはん・牛乳・三色サラダ 韓国風とりにくの照り焼き コーン入り華風スープ		



おうちの方から
