

## 第 2 学年 給食の時間 学習指導案

### 1. 題材 よくかんで食べよう

### 2. 指導にあたって

児童の食べ方を見ていると、よくかまずに流し込んで食べている児童や、会話に夢中になって味わって食べていない児童も見受けられる。よくかんで食べることはだ液の分泌をうながして口の中の食べかすをとってむし歯を予防したり、胃の消化を助けたり、食べ過ぎ予防になったり、頭に血流がよく回ったり、食べ物の味がよくわかるなどたくさんいいことがある。これらのことを理解させ、体のためによくかんで食べることの大切さに気づかせ、健康のために、何でもよくかんで食べようという意欲を持たせることができるようにしたい。

### 3. 食育の視点

健康のため、よくかむことの必要性を理解し、よくかんで食べようとする。(心身の健康)

### 4. 指導計画 (全 10 分)

第 1 次 よくかんで食べよう 10 分(本時)

### 5. 本時のねらい

○健康のため、よくかんで食べる必要があることを理解できる。

(知識及び技能)

### 6. 本時の活動

学習内容と活動	指導上の留意点 評価(◆)	資料
1.「よくかんで食べよう」の紙芝居を見る。	○かむことを題材にした『よくかんで食べよう』の紙芝居を読む。	『よくかんで食べよう』の紙芝居
2.「かむよし」と「はやた」さんの 2 人の食事のとり方からよくかむことの大切さについて考える。 ①食べかすをとる ②むし歯予防になる ③胃や腸がよろこぶ。 ④食べ過ぎ予防になる。 ⑤食べ物の味がよくわかる。 ⑥頭の働きがよくなる。	○紙芝居からよくかんで食べるとよい事が 6 つあることを提起して考えるようにする。 ①食べかすをとる(絵を掲示する) ②むし歯予防になる(絵を掲示する) ③胃の消化を助ける(絵を掲示する) ④食べ過ぎ予防になる(絵を掲示する) ⑤食べ物の味がよくわかる(絵を掲示する) ⑥頭の働きがよくなる(絵を掲示する)  ○よくかんで食べるために、軟らかい食べ物は一口 10 回、硬い食べ物は 30 回を目標にしてかむ。 ○好きなものばかり食べてしまわないで、ご飯(パン)、汁(スープ)、おかずを交互に食べるように助言する。  ◆健康のため、よくかんで食べる必要があることを理解している。(知識・技能)	①食べかすをとる ②むし歯予防になる ③胃の消化を助ける ④食べ過ぎ予防になる ⑤食べ物の味がよくわかる ⑥頭の働きがよくなる の絵
3.まとめと振り返りをする。	○食事を楽しみながら、ゆっくり味わって食べるように付け加える。	

7.板書計画 (印刷はパワーポイント資料より可能)



指導資料

