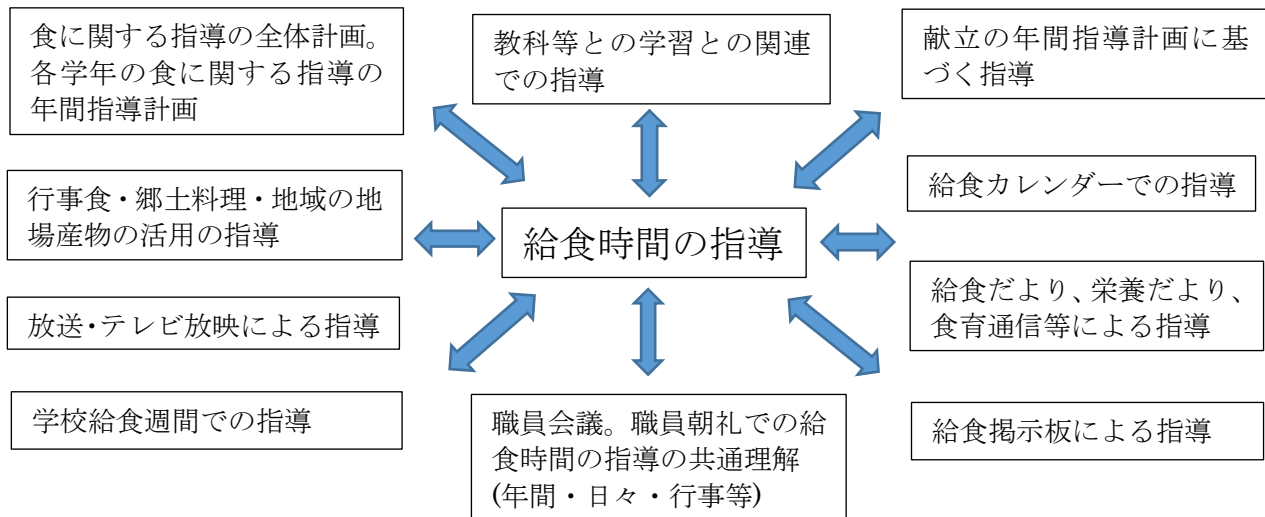


## 給食時間の効果的な指導のために

『小学校学習指導要領 解説 特別活動篇』（平成 29 年 6 月）には「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は、食に関する資質・能力等を、児童が発達の段階に応じて総合的に身に付けることができるように学校教育全体で指導することである。したがって、学校の教育計画等と関連付けながら食に関する指導の全体計画を作成し、給食の時間を中心としながら、各教科等における食に関する指導を相互に関連付け、総合的かつ効果的な指導が行われるように留意する必要がある」（pp56-57）とあります。

給食時間の指導を起点として、食に関する全体計画の作成、各学年の食に関する年間指導計画とリンクして、食に関する指導のネットワークを作ること、生きた教材としての学校給食を使用した多くの食に関する指導を展開することができます。給食時間の指導を中心にしたさまざまな指導を組み合わせることで、学校における食に関する指導の充実が図れると考えられます。

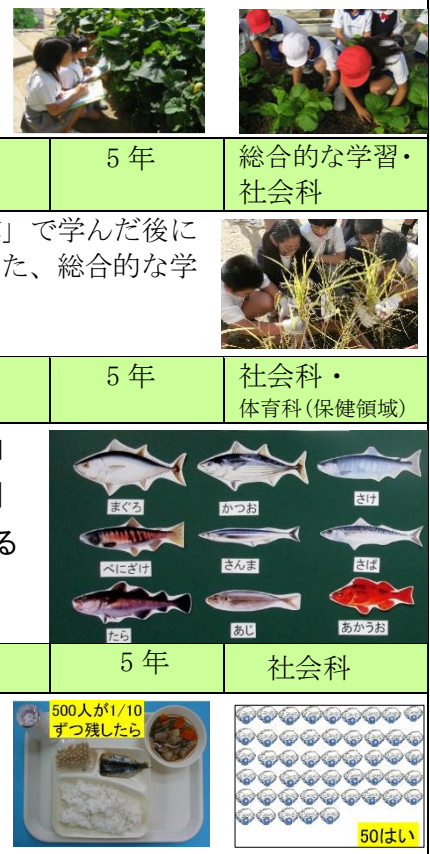


給食時間の指導内容から、考えてみます。

### (1) 教科・領域で学んだ学習との連携した指導

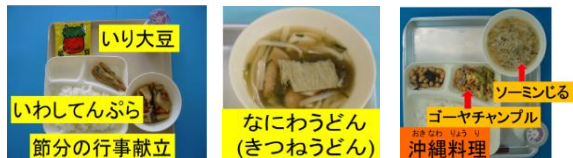
指導名	対象学年	教科・領域
①「きゅうしょくしつのだんけんをしよう」 生活科の「がっこうたんけん」の単元内容にも重なるので、学校探検の実施時期に合わせた指導をします。	1年	生活科
②「やさいと友だちになろう」 1学期の生活科で野菜を育てた後、生活科育てた野菜に親しみを持っているため、野菜を収穫した後の9月以後に育てた野菜の写真クイズをします。野菜についての興味・関心をより高めることができます。	1年	生活科
③「さつまいものいろいろな食べ方をしろう」 生活科でさつまいもの苗を4月に植え、水やりや成長の観察記録をつけながら育て、10月頃に収穫するさつまいものに児童は愛着を持っています。指導は児童が共感性を持って聞くことができる0月、11月頃に行います。	2年	生活科
④「すごいぞ大豆の力」 理科で大豆を育てたり、総合的な学習の時間で大豆から豆腐やみそなどの食品を作ったり、国語科「すがたをかえる大豆」「食べ物はかせになろう」（『国語三年下 あおぞら』光村図書）など、大豆に関する授業を実施した後に指導をします。	3年	理科・国語科・総合的な学習

⑤「外国から来た料理について知ろう」	4年	国語科
国語科で、東京書籍発行の『新しい国語四年下』の教科書を使っている場合、『くらしの中の和と洋』という単元があります。教科書の学習と指導時期を合わせることで、外国から来た料理にさらに興味・関心を高めさせることができます。		
⑥「なにわの伝統野菜を知ろう」	4年	総合的な学習
大阪市では総合的な学習の時間等でなにわの伝統野菜の栽培活動を行っている学校もあります。野菜の収穫後に指導をします。児童は伝統野菜を育てたことで伝統野菜に親しみを持っています。その時期に指導します。		
⑦「お米を作ってくれた人に感謝しよう」	5年	総合的な学習・社会科
5年の社会科単元『わたしたちの生活と食料生産』の「米作りの盛んな地域」で学んだ後に指導します。この指導をすることで学んだ学習内容の定着にもなります。また、総合的な学習の時間などで米作りをした場合、収穫後の10月頃に指導をします。		
⑧「魚を食べて元気に過ごそう」	5年	社会科・体育科(保健領域)
5年の社会科単元『わたしたちの生活と食料生産』の「水産業の盛んな地域」の学習の実施時期と合わせたり、6年生、体育科(保健領域)『生活習慣病の予防』の内容にも重ねたりすることができます。各授業の実施時期に合わせた指導をすることで、より興味・関心を高めることができます。		
⑨「めざせ！食べ物のむだゼロ」	5年	社会科
4年の社会科単元『ごみの処理と活用』の内容を思い出させたり、5年の社会科単元『私たちの食生活と食料生産』の授業の実施に合わせた時期に指導をします。		



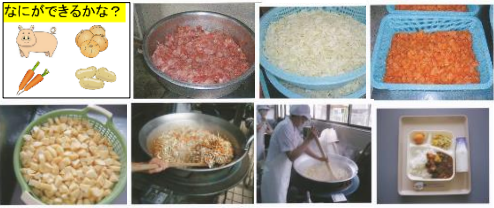
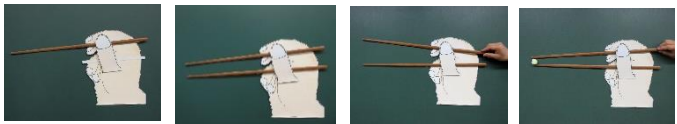
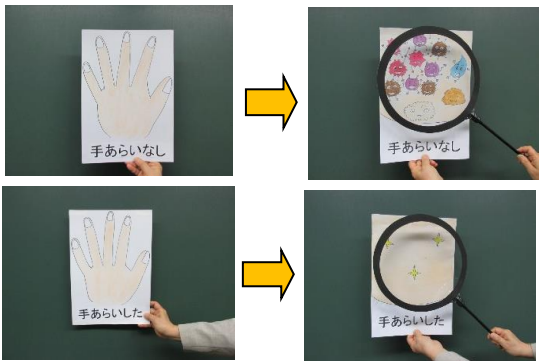
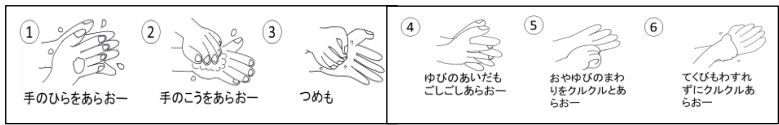
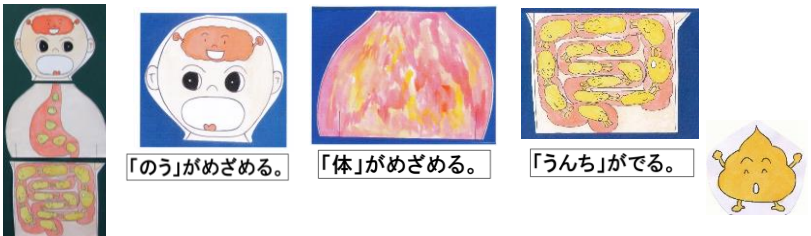

(2) 月ごとの給食時間の指導内容と年間の献立計画とを組み合わせることで献立の教材化をはかる

指導名	対象学年	教材
①「なにわの伝統野菜を知ろう」	4年	給食の献立
給食に「大阪しろな」の炒め煮、「田辺だいこん」のみそ汁などが登場する日に合わせて指導します。		
②「豆を食べよう」	5年	給食の献立
学校給食で残食の多い食品の1つである豆ですが、なぜこれほど多くの種類が給食に登場するのかという疑問を入り口に、豆の持つ栄養のすばらしさについて知せ、豆を食べようという気持ちにさせます。豆類の献立が登場する日に合わせて指導をします。		
③「行事食や郷土料理を大切にしよう」	6年	給食の献立
行事食や郷土料理の登場する献立実施日に指導します。行事食や郷土料理の作られた経緯を理解させることができます。		



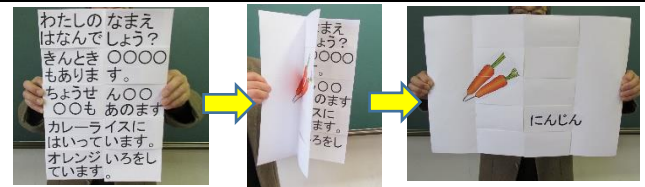
### (3) 給食時間の指導内容に興味・関心を持ち、理解を深めて実行する意欲を持たせるための工夫

授業での指導と違い、給食時間の指導は短い時間での指導を効果的に進めるために、指導内容に興味・関心を持たせ、理解を深めて実行する意欲を高められるように工夫した教材が必要となります。

指導名	対象学年	媒体
<b>①「きゅうしょくしつのだんけんをしよう」</b> 学校給食の調理過程に興味・関心をもたせるために、カレーライス調理する順番の写真を見せて、出来上がった料理の名前を考えさせる「なにかできるかなクイズ」をします。	1年	クイズ
		
<b>②「どんなはしのつかいかたがよいのかな？」</b> 正しいはしの使い方を動くはしの模型で伝えます。模型を使うことで、子どもたちの興味・関心を高め、正しくはしを持って使おうという意欲を持たせることができます。	1年	模型
		
<b>③「手をきれいにあらおう」</b> 虫眼鏡の模型を作り「手洗いした手」「手洗いしていない手」に虫眼鏡を当てて、バイキンやほこり、汗、土などが付いていないか確かめます。 模型の虫眼鏡を当てるときにそれぞれの手の絵を裏返し、『手洗いしていない手』はバイキンなどでいっぱいです。『手洗いした手』はピカピカできれいですね」と言い、児童と一緒に確認することで、手洗い前の手の汚れを実感させることができます。	1年	ペーパーサート風教材
		
<b>④「手をきれいにあらおう」</b> 『ハッピーバースデートゥユー』の替え歌を歌いながら楽しく、しっかりと手洗いうる気持ちを高められる指導をします。	1年	歌
		
<b>⑤「朝ごはんをしっかり食べよう」</b> 朝食を食べることで、体がめざめ、脳がめざめ、排便につながることを人体の絵を使って見せます。低学年の児童にも朝食のはたらきを具体的に理解させることができます。	2年	絵
		
<b>⑥「よくかんで食べよう」</b> 『よくかんで食べよう』の紙芝居を見ることでよくかむことの大切さを楽しく学習できます。紙芝居は低学年には楽しく参加できるわかりやすい教材です。	2年	紙芝居
		

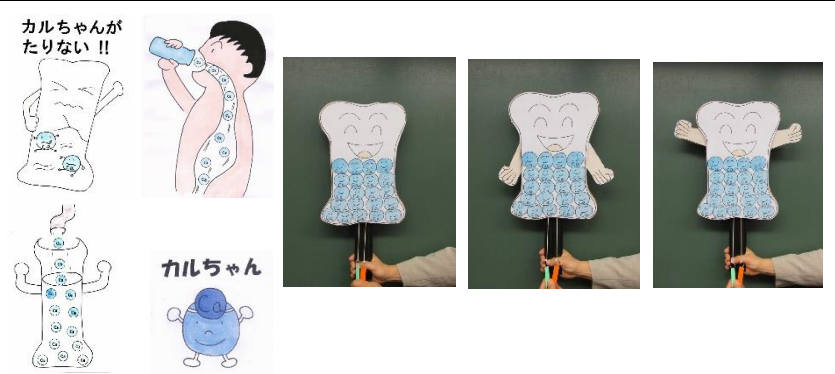
⑦「やさいと友だちになろう」	2年	クイズ
----------------	----	-----

今日の給食に登場する野菜の名前を考える野菜クイズを、ヒントと答えが一瞬で入れ替わる「マジックポスター」の教材で行うことで、野菜への興味・関心を高めることができます。



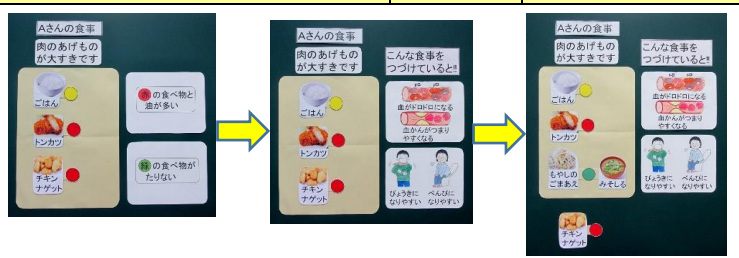
⑧「ぎゅうにゅうをのもう」	2年	操り人形
---------------	----	------

「ボーンマン操り人形」を使い、牛乳を飲むと牛乳に含まれる「カルちゃん」が体にたくさん入って「ボーンマン」が元気になって喜ぶ様子に託して伝えます。「ボーンマン」の操り人形が万歳する動きで、児童に牛乳を飲もうという意欲を高めることができます。



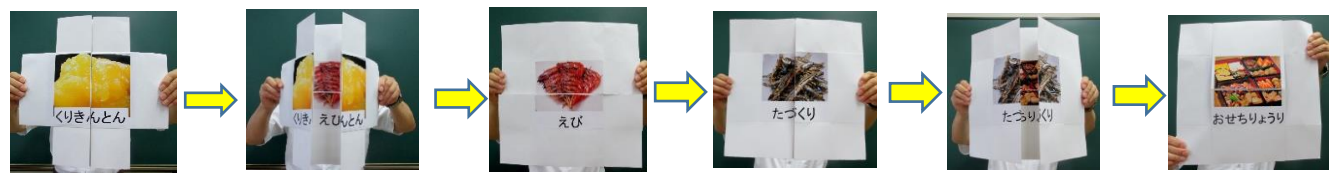
⑨「えいようバランスのよい食事をとろう」	3年	ペーパーサート風教材
----------------------	----	------------

栄養バランスのよくない食事をしている A.B.C さんの3つの食事パターンから、とりすぎ、不足している食べ物に気付かせ、「こんな食事をつづけていると…」と話をつなげて、どんな病気になりやすいかをイラストで見せることで、わかりやすく栄養バランスを考えることの大切さを伝えることができます。



⑩「年まつ年始の行事食を知ろう」	3年	クイズ
------------------	----	-----

上下左右に展開する「スーパーマジックポスター」を使ったクイズをすることで、年末年始の行事食への興味・関心を高めることができます。



⑪「学校きゅう食のれきしを知ろう」	3年	紙芝居
-------------------	----	-----

現在の学校給食に到るまでには、先人たちの苦労や努力の長い歴史があったことや、食べ物の命をいただくことや給食を作ってくれている人がいることで毎日おいしい給食が食べられることを写真も含めた紙芝居で知らせることで、学校給食や食べることへの感謝の気持ちを高めることができます。



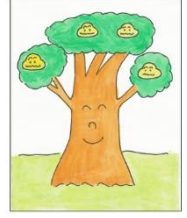
⑫「野菜をしっかり食べよう」	4年	模型・写真
----------------	----	-------

4年生では目安として1日300g、1回の食事でも100gの野菜をとることが必要であることと、100gの野菜の量が実際にどれくらいになるかを100gの野菜の実物大の模型や写真で実感させることができます。



⑬「外国から来た料理について知ろう」	4年	クイズ
--------------------	----	-----

なぜインドでカレー料理が生まれたか、三択クイズをします。外国から来た料理への興味・関心を高めることができます。



⑭「飲み物の選び方や飲み方について考えよう」	4年	模型
------------------------	----	----

清涼飲料水に含まれる糖分量を角砂糖に置き換えて示します。コーラ、サイダー、果実色飲料(無果汁)、紅茶飲料、スポーツ飲料の各飲料の糖分量を角砂糖の個数で見せることで理解しやすくなります。



⑮「ほねをじょうぶにする食べものをとろう」	3年	模型
-----------------------	----	----

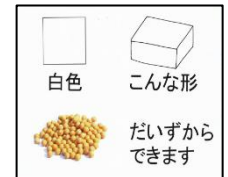
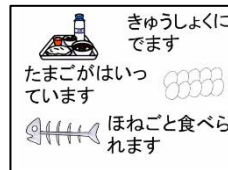
食事でカルシウムのとり方が少ない「ほね細さん」と、しっかりとっている「ほね太さん」の絵と足の骨の模型、その内部を見せ、「健康な骨」と「スカスカの骨」の違いを考えさせます。丈夫なしっかりと詰まっっていて硬いが、弱い骨はすき間が空いていてスカスカしており、転んだり、ぶつかったりすると簡単に折れてしまうことを想像させます。そこから丈夫な骨を作るのに、カルシウムの多い食べ物をしっかりとる必要があることにつなげていきます。



骨細さんの骨      ほね太さんの骨  
(骨粗鬆症でスカスカの骨) (しっかりと詰まった骨)

⑯「ほねをじょうぶにする食べものをとろう」	3年	クイズ
-----------------------	----	-----

カルシウムが多く含まれる食品のクイズをすることで、そうした食品をしっかりとって丈夫な骨にしようという気持ちを高めます。



⑰「魚を食べて元気に過ごそう」	5年	模型
-----------------	----	----

学校給食になぜ魚がたくさん出されるのか、その理由の1つに体によいはたらきをする脂質栄養の存在があり、血液をサラサラにするはたらきがあることを「ドロドロ血液・サラサラ血液の血管模型」「コレステロールのたまった血管模型」を見せることで理解させ、魚を食べる意欲を高めることができます。



※「ペーパースーツ」の名称について

「手をきれいにあらおう(1年)」「えいようバランスのよい食事をとろう(3年)」で裏表をひっくり返しながら指導する教材を作りました。「ペーパースーツ」という名で紹介していますが、正確には「ペーパースーツ」とは「紙に人物などを描いて切り抜いたものに棒を付け、背景の前で動かして演じる人形劇」のことを言います。記載した教材はひっくり返し、その後、黒板にそのまま貼りつけて使用するため、棒はあえてつけていません。ただし、ひっくり返すことで一つのストーリーになっている教材の特質を伝えるため、媒体紹介では「ペーパースーツ風教材」という名称を用いました。

#### (4) 残食の多い献立、食品の指導の工夫

指導名	対象学年	食品
①「やさいと友だちになろう」	2年	野菜
②「野菜をしっかり食べよう」	4年	野菜
児童に苦手な食品をたずねると野菜が上位に上がります。2年生では生活科で野菜を育てた後、野菜に親しみを感じている9月以後に指導をします。4年生では、野菜の栄養の特質や体の中で十分な働きをするために必要な量、野菜を食べるための工夫などについて伝えます。どちらも野菜の残食が多くなりそうな献立の日に指導をします。		
「ぎゅうにゅうをのもう」	2年	牛乳
夏場の牛乳は、冷たい飲み物感覚でよく飲まれています。冬場は冷たいので飲み残しが増えてきます。冬場に牛乳についての指導をすると効果的です。		
「お米を作ってくれた人に感謝しよう」	5年	ご飯
食欲が落ちる7月、9月の夏場はご飯の残食も多くなりがちです。おいしいご飯ができあがるまでにさまざまな人の苦勞があることを聞くことで、暑い季節にごはんを敬遠しがちな児童にも食べる意欲を高めることができます。ご飯給食の日に実施します。		