

小・2年生



題材名：「かむかむメニュー」

食育の視点



食事の重要性

心身の健康

食品を選択する能力

食文化

社会性

感謝の心

**本時の目標：**○健康を守る学習を通して、よくかんで食べることの大切さを理解する。  
○健康や安全に気を付け、規則正しい生活をしようとする意欲を持つ。  
⇒食に関わる資質・能力：(知識及び技能) (学びに向かう力, 人間性等)

指導上の留意点 (○は教師からの発問)

T1 (学級担任)

T2 (栄養教諭・学校栄養職員)

導入

○「かむかむメニューのいいところ」について考えてみましょう。



自校の給食メニューの「かむかむメニュー」を写真で掲示し、興味・関心を高める。

展開

○教科書を読んで、かずくんがよくかまずに食べてしまうのは、どんな気持ちからでしょう。

○かずくんがよくかんで食べるようになったのは、どんな気持ちからでしょう。

・児童の意見を板書する。

給食を食べる時、よくかんで食べているか自分の生活を振り返ってみよう

○自分の生活を振り返ってみましょう。みんなは、給食の時、よくかんで食べていますか？

○栄養教諭・学校栄養職員の先生から、なぜよくかんで食べるのが大切なのか、好ききらいしないで食べることの大切さについて話を聞いてみましょう。



授業の後半で、ゲストティーチャーとして実際に栄養管理に携わっている栄養教諭・学校栄養職員の話聞くことで、よくかんで食べようとする意欲を高めることができる。

- ・よくかんで食べると良いことを知らせる。
- ☆むし歯を予防する ☆消化吸収がよくなる
- ☆歯や歯ぐき、あごが丈夫になる
- ☆歯並びが良くなる
- ☆血のめぐりがよくなる
- ☆頭のはたらきが良くなる
- ☆いろいろな味ができて、おいしく感じる



かんでいる時に、顔のどこが動くのか自分の「あご」「ほっぺ」「こめかみ」を触って調べさせる活動を取り入れると、理解しやすくなる。

- ・いろいろな種類の食べ物を食べて、消化されることで、勉強したり、遊んだり、運動したり、身長が伸びたり、体重が増えたりしてくるため、好ききらいしないで食べると良いことを知らせる。

終末	○振り返りをノートに書きましょう。	・机間指導をし、次回への意欲を持たせる。
----	-------------------	----------------------

### 評価

- ・よくかんで食べることの大切さを理解できたか。(知識・技能)
- ・健康や安全に気を付け、規則正しい生活をしようとする意欲を持つことができたか。  
(主体的に学習に取り組む態度)



### 板書計画

今日のねらい〈目標〉

けんこう

- ・マスクをつける
- ・手あらい
- ・うがい
- ・がまんしない
- ・ごはんをよくかむ
- ・体をうごかす

はやく食べるかずくん  
ひる休み 食べおわりたい  
おかわり 何かしたい  
とくする  
じまん

②よくかんで食べるようになったのは?  
こわくなった もう見たくない  
はれっしそ  
体によくないから

よくかむとつばが  
よく出ます →

わしばを  
よぼうする

しょうか  
きゅうしゅうが  
よくなる

はやはくぎ、  
あごが  
しょうぶになる

のうのはたらきが  
よくなる

あじが  
よくわかる

すきらいしない

給食の写真

はれっしちゃうのかな  
ゆめでよかった  
どうしよう  
ぼちがあたった  
ぼくがわるかった  
こわいよ

①おなかをはれっしそ  
うになったかずくん

#### 〈ノートに記入する項目例〉

- ・健康を守るために自分がしていること
- ・かずくんがよくかんで食べるようになったのは、  
どうしてか
- ・学習の振り返り

#### 〈参考資料〉

教科書:東京書籍「新しいどうとく2」  
「食育サポート集②」少年写真新聞社

### 給食時間での指導

- ・ 食べ物をよくかんでいるか、好き嫌いしないでなんでも食べようとしているか、について振り返る。

### 他教科との関連

- ・ 学級活動  
「なんでも食べよう」

### 家庭との連携

- ・ 学級だより等を通して、家庭へよくかんで食べることの大切さについて伝え、家庭でも実践してもらえるように働きかける。