

給食の時間における食に関する指導案

指導学年：小学校 第3学年

指導者：担任教諭（T1）

栄養教諭（T2）

1 題材名 「正しい姿勢で食べよう」

2 題材について

食事のマナーには、一緒に食事をする人への心配りだけでなく、食材やその生産者、食事を用意してくださる人々への感謝の気持ちを表すなど、多くの意味が込められている。自らの食事のマナーを見直し、正しいマナーに関する知識・技能を身に付けることは、将来で必ず役に立つことであると考ええる。本題材で特に取り上げる食事の姿勢は、健康にも影響する要因の一つでもあるが、一緒に食事をする人に対して、また食事を用意してくださった人々や食べ物となる動物や植物の命に対して向き合う姿勢ともいえる。そこで、正しい姿勢で食べることが、自分の食事に対する姿勢となることに気付かせ、正しい姿勢で食べようという意欲をもたせたいと考え、本題材を設定した。

3 目標

食事をするときの正しい姿勢を知り、正しい姿勢で食事をしようとする意欲をもつことができる。

4 評価

正しい姿勢で食事をしようとしている。

5 食育の視点

- 食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。（社会性）
- 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。（感謝の心）

6 指導計画

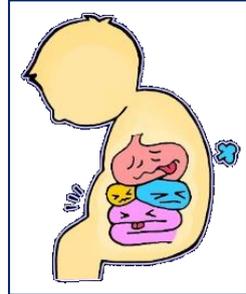
- （本時）正しい姿勢で食べよう
- （給食時間）正しく配膳をしよう
- （給食時間）箸を正しく使おう
- （学級活動）食事マナーの大切さ

7 準備物（教材・資料）

正しくない姿勢のイラスト，正しい姿勢のイラスト

8 本時の展開

	学習活動 ・予想される児童の 反応（行動・発言等）	◇指導上の留意点 ◆支援を要する児童への手立て		評価規準 (評価方法)
		T 1	T 2	
導入	1 T 1の食べる姿勢に着目し、発表する。 ・食器を持っていない。 ・背中が丸くなっている。 ・脚が広がっている。	◇正しくない姿勢で食べている様子を実演する。	◇児童の発言を受容し、次の発言につなげる。 ◇正しくない姿勢の例をイラストで示し、正しくない点を確認する。	
展開	2 食事をするときの正しい姿勢のポイントとそのよさを知る。	◇紹介されたポイントごとに、姿勢を正していくよう指示する。 ◆正しい姿勢のポイントを伝え、一緒に正しい姿勢をとるなどの支援を行う。	◇正しい姿勢について、イラストでポイントを確認しながら紹介する。 ◇正しい姿勢で食事しようとしている児童に対して、肯定的な評価を行う。	○正しい姿勢で食事しようとしている。 (行動)
終末	3 正しい姿勢で食事しようとする意欲をもつ。 ・食器を持つと背筋がのびるぞ。 ・食器を持つとひじをつきにくいね。 ・脚を閉じてまっすぐ机に向かうと、自然に姿勢がよくなるね。	◇正しい姿勢で食べなかったことを恥ずかしいと思ったことや、これから正しい姿勢で食事しようとする決意を伝える。	◇正しい姿勢で食べることのよさや、正しい姿勢で食べることが、自分の食事に対する姿勢となることを伝える。	



正しい姿勢をつくるためのポイント



いすに深く座る



両足を床につける



背もたれに寄りかからない



机と体はこぶし1つ分あける