



食育だより



令和2年度 第10号

熊の前小学校



【めざせ！きゅうしょくめいじん】—1年—

1年生は、食事マナーについて学んでいます。以前食育だよりで紹介した「給食かるた」のほかに、毎日の給食時間に行う「マナーミッションカード」の取り組みを行っています。いよいよ授業実践も始まりました。

1時間目 食事が楽しくない原因を探そう！—探偵気分で食事マナーの間違い探し—



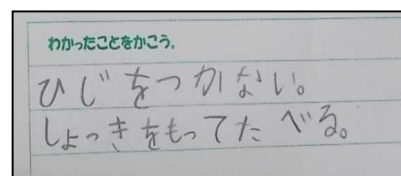
【ビデオを見ている様子】

ビデオ教材を使用し、食事が楽しくない原因は何かを考えました。

レストランでの食事の様子を見て、子どもたちは「つばをとばして食べているから、一緒に食べている人が嫌そうな顔をしている」「食べているときには、立って歩いちゃいけない」など好ましくない食事マナーに気付き、プリントに記入することができていました。

普段の自分の給食の様子を振り返らせると、子どもたちは自信満々に「食事マナーを守っている」と手を挙げていました。しかし、担任から自分たちの給食時間の様子をビデオで見せられると、ハッと気付いた顔を

して、「食器を持って食べていなかった」など問題点に気付きました。さらに食事マナーの見本として6年生の様子を見せられると、「姿勢がいい」「食べ方がかっこいい」との声があがりました。6年生のようにかっこよく給食を食べられる「給食名人」を目指し、5つの約束「よい姿勢で食べる」「食器を正しく並べる」「食器を持って食べる」「しゃべらずに食べる」「食べている途中で立ち歩かない」を確認しました。



【ワークシートの記述内容】

給食時間中の様子を見ていると、よい姿勢で食べる姿が見られます。

食器を持たずに食べている子も、担任や栄養教諭の視線に気付くとサッと食器を持つことができるようになり、意識の高まりがみられます。マナーチェックシートで毎日の様子を振り返り、意欲の継続を図っています。

2時間目 給食名人への道 第2弾！「箸の呼吸」を使って箸名人を目指そう！

給食名人となるための正しい箸の持ち方と箸の使い方について知りました。

正しく箸を使うためには、正しく箸を持てることが重要です。正しい箸の持ち方を、某アニメになぞらえて「箸の呼吸」とし、そのためのステップを「一の型」～「六の型」と名付け、確認していきました。

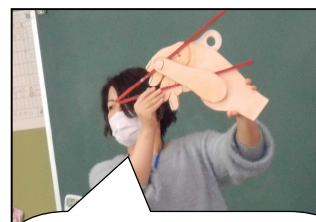


【持ち方チェックの様子】

一人一人、自分が正しい型を使えているか確認をした後、担任や栄養教諭からチェックを受けました。チェックを受け、六の型まで使いこなせるようになった子どもは、箸先生として友達に持ち方を教えていました。

給食時には、「箸の使い方チェックリスト」で、好ましくない箸の使い方をしていないか確認しています。箸の持ち方は、一時間の指導で身に付けられるものではありません。持ち方を意識しながら食べられるよう、引き続き声掛けと指導

を行っていきます。ご家庭でも意識できるように声掛けをお願いします。



四の型は、「先揃え」です。はし先をピタッと揃えましょう。

完結！【野菜の働きについて知り、給食の食べ方を考える】—2年—

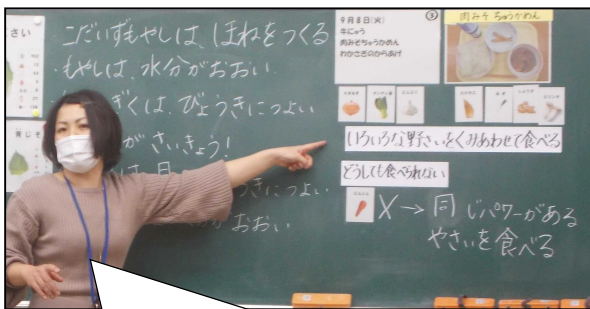
2年生は、野菜の働きについて知り、給食の食べ方を考えられる児童の育成を目指して指導を行っています。これまでの授業実践では、野菜の名前と形を一致させる活動や野菜調べ、野菜の働きについて知る実践を行ってきました。本時では、野菜の働きについてさらに深め、これからの食べ方を考えました。

初めに野菜には、「水分を補給する」「おなかの調子を整える」「骨をつくるもとになる」「血をつくるもとになる」「目の働きを助ける」「肌をつやつやにする」「病気にかかりにくくする」といった働きがあったことを確認しました。

そして「ベジバト」で野菜の働きについて理解を深めました。「ベジバト」は、「ベジタブルバトル」の略で、子どもたちが楽しく野菜ごとの働きに目を向けられるよう考えられた、熊の前小のオリジナルカードゲームです。

子どもたちはベジバトを通して、「青じそは、病気にかかりにくくなる力が最強！」「もやしは水分が多い」といった野菜ごとの攻撃力(働き)の違いに気付くことができました。

子どもたちの発言から、「青じそが最強なら、これから給食は毎日青じそだけで作ったらよいのでは？」と栄養教諭が問いかけると、子どもたちは首を振り「それだけではおいしくない」「青じそだけ食べていても、とれない力がある」と発言し、「**色々な野菜を組み合わせる**」ことの大切さを理解している様子が伺えました。



攻撃力の強い野菜だけではなく、色々な野菜からパワーがもらえるように、給食には色々な野菜が使われています。

実践を積み重ね、子どもたちの中に「考えて食べる力」がしっかりとついている様子が感じられるまとめの授業となりました。

今後は常時活動を中心として、これまでに身に付けた「考えて食べる力」が伸びていくよう支援していきます。今日の給食に使われている野菜チェックには、ベジバト一覧表を使って野菜の働きも確認できるようにしています。その野菜を食べるとどんな効果があるのか、考えて食べられるようにしたいと考えています。

「ベジバト」とは！

はくさい ←



💧	952
💩	13
🦠	43
🩸	3
👁️	8
👤	27
🦠	138

ベンピーが ← あらわれた! ←



食品成分表を参考として数値化した野菜ごとの「攻撃力」が書かれています。
野菜カードが48種類あり、それを使って右のイベントカードに対して戦っていきます。



【ベジバトに取り組んでいる様子】

さらに、どうしても食べられない野菜があった時にどうするか考えさせると、「同じパワーがある野菜を代わりに食べればいい」との発言がありました。ワークシートにも、「嫌いなものがあつたら、同じ働きの野菜を食べる」という記述が見られました。