

よくかもう

yoku kamou

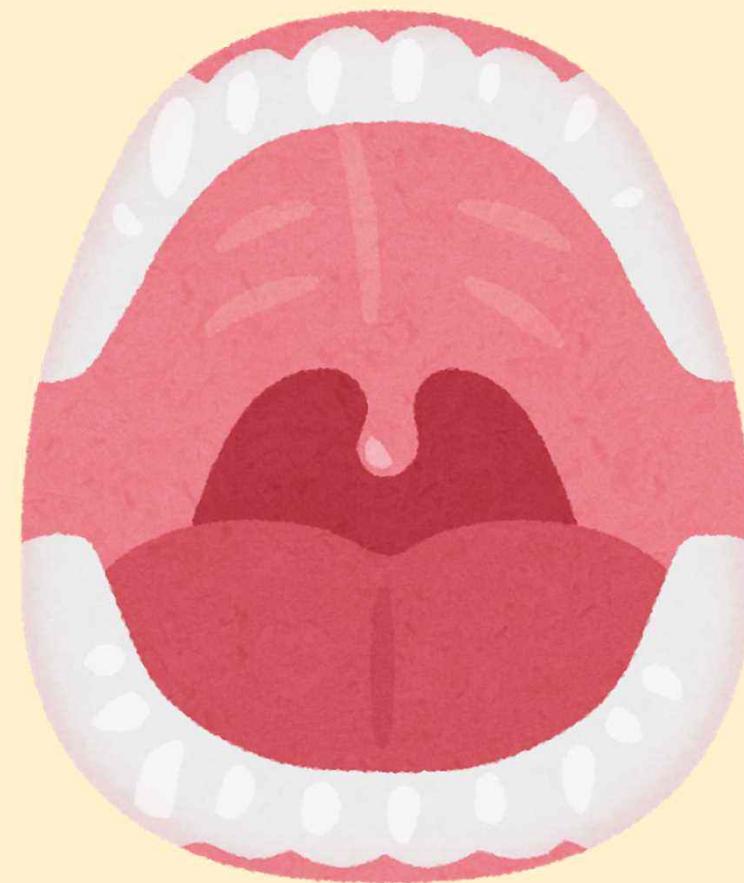


1

2

3

かむ かばずが すくないと…





おなかの なかをみてみよう... ● ●



こまつたなあ…



こまつたなあ…



**3 かいだけだと
おなかが へっちゃうなあ…**

いただきます！！



**よくかんで
たべよう！**

おいしいなあ

9 10
8 7
6 5
4 3
2 1

15 16

17

18 19 20

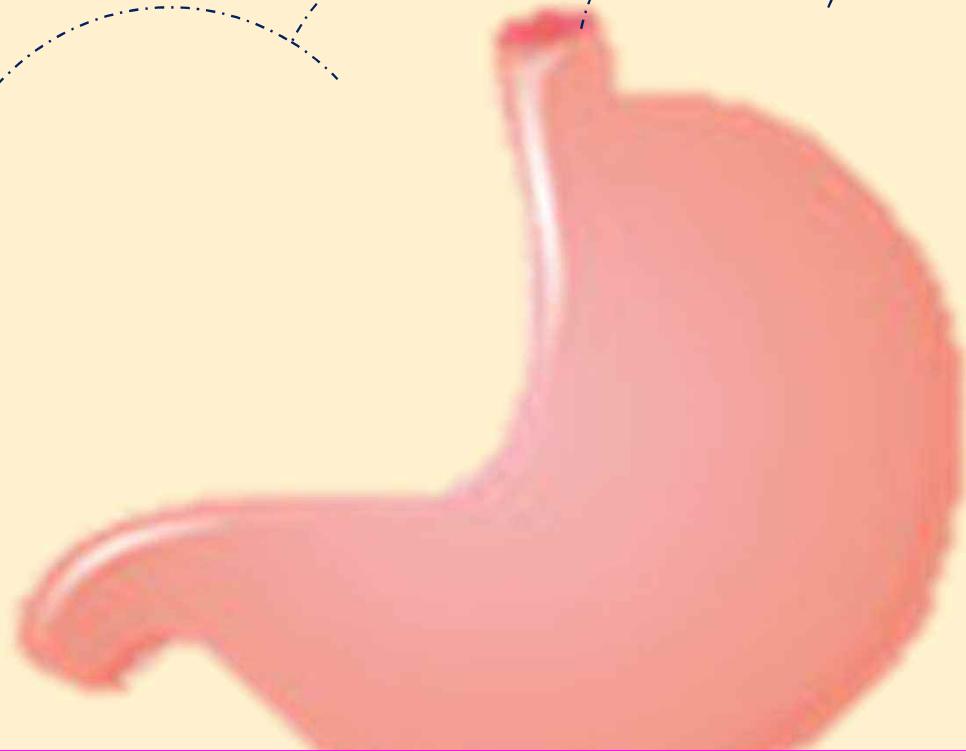
21 22
23 25

24 26

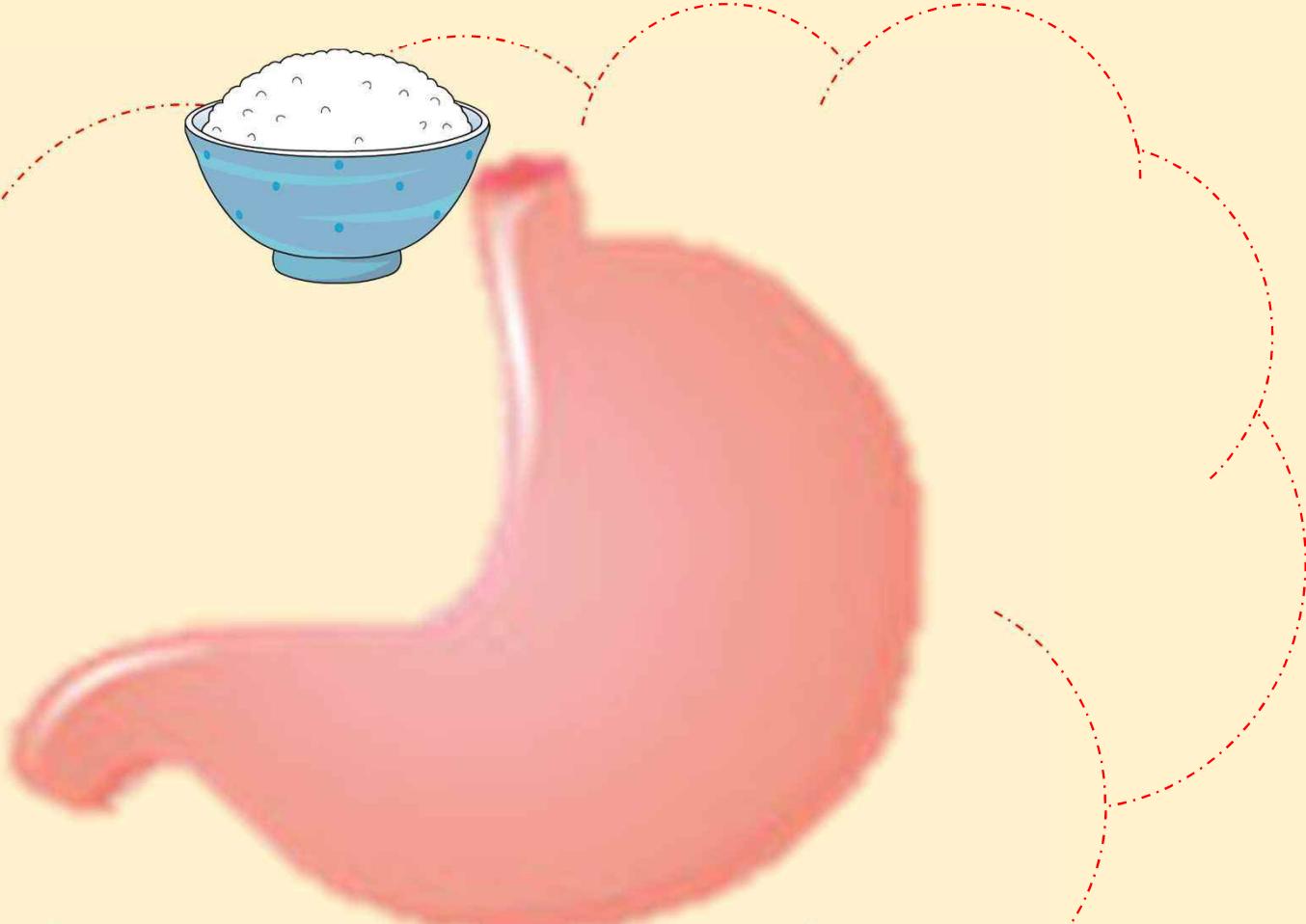
27

28 29 30





おなかの なかをみてみよう... ● ●



おいしいなあ

9 10
8 7
6 5
4 3
2 1

15 16

17

18 19 20

21 22
23 25

24 26

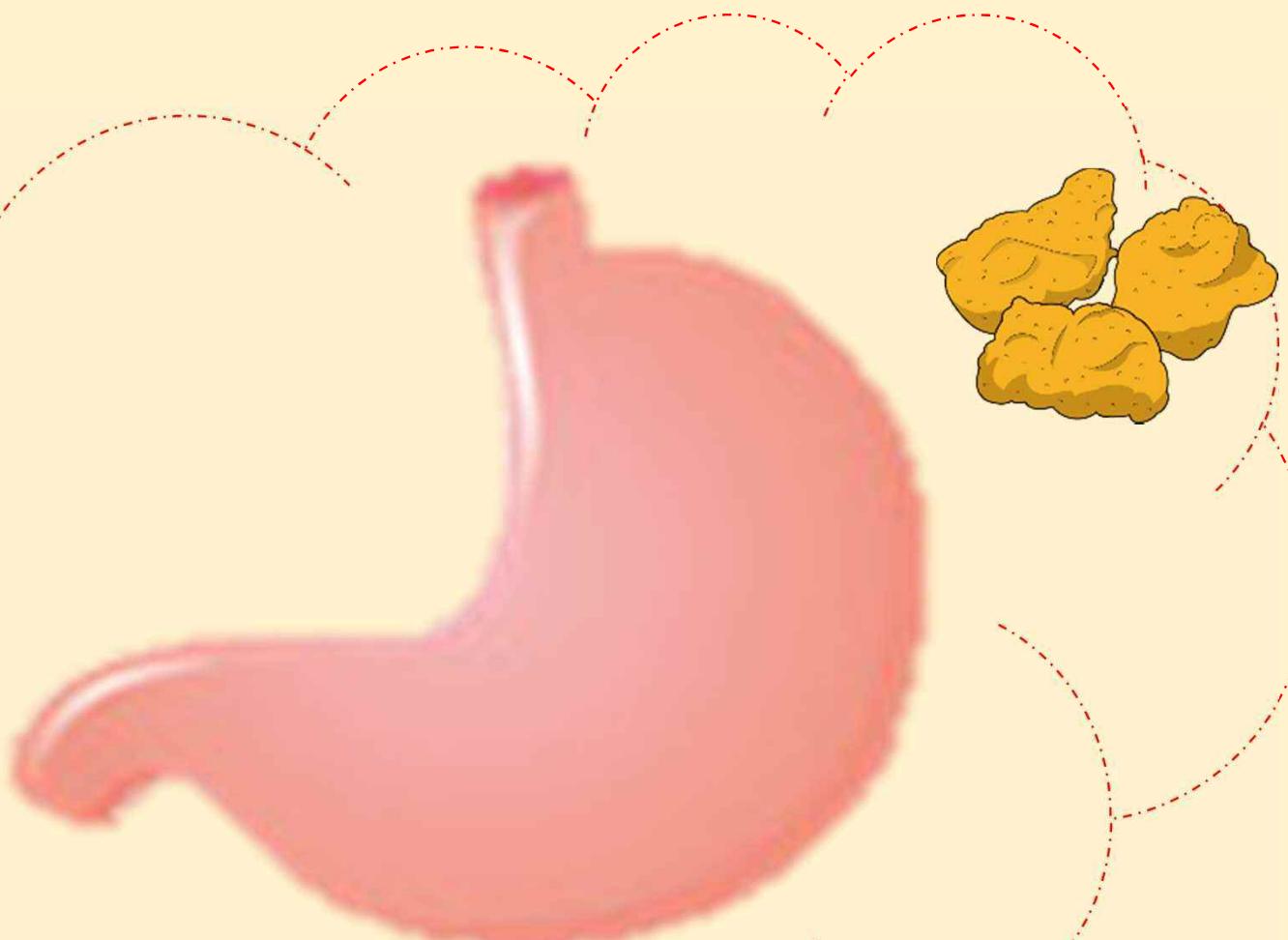
27

28 29 30





おなかの なかをみてみよう... ● ●



おいしいなあ

9 10
8 7
6 5
4 3
2 1

15 16

17

18 19 20

21 22
23 25

24 26

27

28 29 30

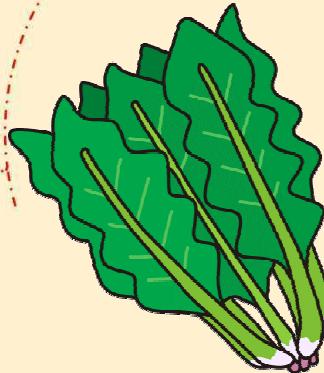




おなかの なかをみてみよう... ● ●



かむかばが おおいと
おなかに はいっていくね…





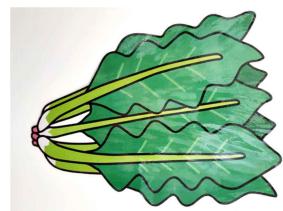
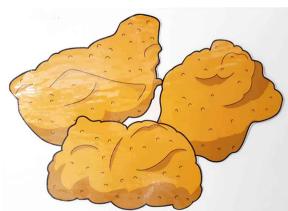
たべるときは、よくかもうね

「よくかんでたべよう」のうた

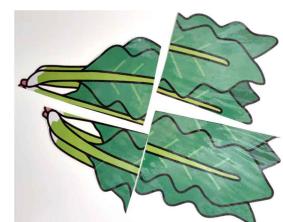
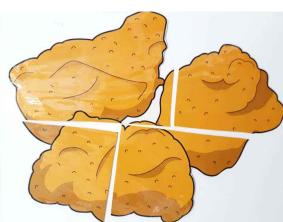


「よく噛もう」振り返り(教材・イラスト)

食べ物カード(前)



食べ物カード(後)



<教材の説明>

- ① 口の模型に食べ物カード(前)を入れる。
「ごはんを食べよう。」



- ③ 口の模型から食べ物カード(後)を取り出す。
「30回、よく噛んで食べると、どうなっているかな。」



- ② 口の模型を上下に動かす。
「30回、よく噛んで食べよう。」

「1、2、3、……28、29、30」(全員で数える)

- ④ 同様に、残りの食べ物カードも繰り返す。

※途中で食べ物カードを(前)から(後)へ入れ替える。

中学部 生活単元学習 学習指導案

指導者 ○○ ○○

1 日 時 ·····

2 場 所 ·····

3 単 元 「よく噛もう」、「なんでも食べよう」の劇をしよう

4 指導に当たって

<生徒観>

<教材観>

2学期は、『食習慣』について考えを深める学習に取り組んでいる。中学部では、主に給食や生活単元学習、作業学習での調理等で食育に取り組んでいる。生徒たちは、食べ物の好き嫌いはあっても、食べることへの興味や関心は高い。しかし、食べ物や食事がどのように自身の健康につながっているのか知っている生徒は少なく、食習慣が偏食や肥満等、将来に影響を及ぼすことを考えると、今の内から自分で健康を保つための知識を増やしたり技能を身につけたりしておく必要がある。そこで、本単元では、日々の食生活を見つめ直し、『食べる』ことについて考えたり、食べることの喜びだけでなく、健康や豊かな生活にもつながっていることを感じたりしながら、より良い食生活を取り入れようとする意欲を高めていきたい。今回も『はみがき』指導と同様のパターンで、劇を演じたり見たりして学習し、『食べる』ことの大切さを理解してほしい。さらには、人前で表現することの喜びを感じ、友だちの劇を見たりすることで友だちの良さや新たな一面にも目を向けてほしい。具体的な内容としては、生徒たちの食習慣の実態を考え、学年の教師と話し合い、共通している課題「何でも食べよう」「よく噛もう」に設定した。

<指導観>

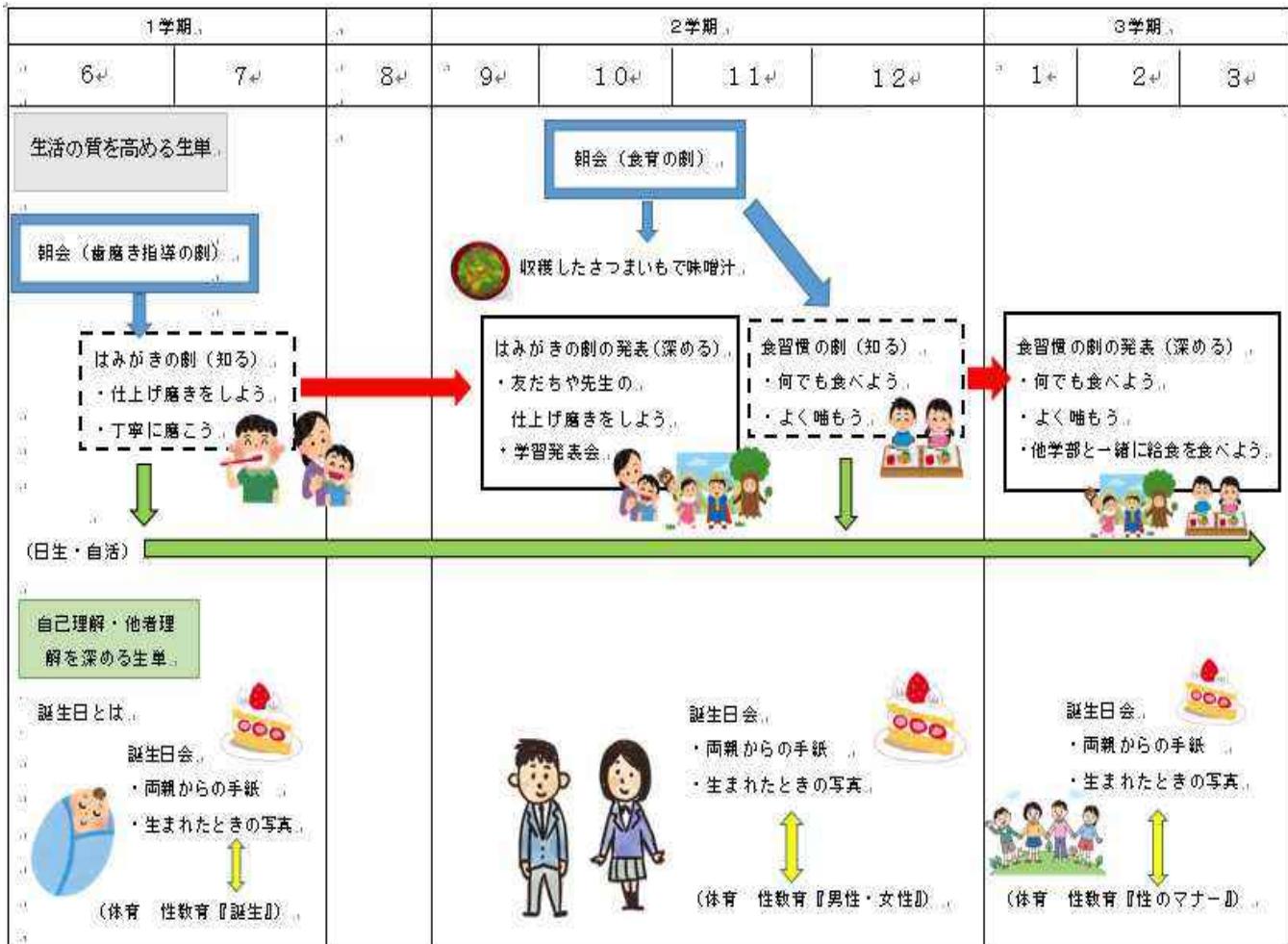
本校では、朝会や終業式で生活指導や保健指導、栄養指導をする際に教師が劇を演じて見せて、生徒たちに適切かどうかを考えさせる学習をよく取り入れている。中学部での指導でもこのように、興味深い小道具を活用したり、印象的な演出を工夫したり、歌を取り入れたりしながら、生徒たちが自発的に劇に参加し、自分の役を楽しく演じることで食べ物の大切さや食べることの意味に気づけるようにしていきたい。実際の劇の指導では、台本の代わりにイラストやアニメーションを交えたパワーポイントで示すことでよりイメージも高まると思われる。また、劇を通して、学習したことを誰かに伝える中で、役割を演じることで役の気持ちになったり、他者の思いに気づけたりするように指導していきたい。また、学習したことを教師や友だちに伝えることで、より意欲や関心が深まると期待したい。さらには、劇を録画し、振り返りの時間に映像を見ながら丁寧に学習したことを見出していく再確認をしていきたい。自分や友だちの様子を見ながら、がんばったことや工夫したところを思いだし、それを文章で書いたりイラストで発表したりすることで学習のまとめにしていきたい。

5 単元（題材）目標

- 劇を通して食に関する理解を深める。
- バランスの良い食事をとり入れることができる。

6 指導計画

- (1) 単元 第一次 劇の話を知ろう。自分の役割を決めよう・・・2時間
 第二次 グループで練習しよう。お互いのグループ発表を見よう・・・8時間(本時8時間目)
 第三次 幼・小学部の前で発表しよう・・・2時間
 第四次 幼・小学部の人と一緒に給食を食べよう・・・2~4時間



※ () は各教科、領域を関連させた学習

7 本時の目標

【よく噛もう】

- ・楽しみながら自分や友だちの役割を通して、自分の体の働きについて知る。
- ・友だちの発表を、関心を持って見ることができる。
- ・気づいたことを言葉や手話などを使って発表できる。

【何でも食べよう】

- ・楽しみながら役を演じることで、食べ物の栄養について知る。
- ・友だちの発表を、関心を持って見ることができる。
- ・気づいたことを言葉や手話などを使って発表できる。

8 食育の視点

- ・健康な体を作るために、よく噛んで食べることができる。【心身の健康】

9 生徒の実態と目標

氏名・学年・性別	実 態	ねらい
○○ ○○ 中1 男子		
○○ ○○ 中2 女子		
.....		

10 本時の展開 ※別紙

11 本時の評価

- ・楽しみながら役を演じることで、食べ物の栄養について知ることができたか。
- ・自分や友だちの役割を通して、自分の体の働きについて知ることができたか。
- ・友だちの発表を、関心を持ってみることができたか。
- ・気付いたことを言葉や手話などを使って発表できたか。

9 本時の展開

学習活動	支援上の留意点 (□・・・全員対象 <>・・・個々の手立て)		準備物等
	A(Aa,Ab,Ac,Ad,Ae)	B(Ba,Bb,Bc,Bd,Be,Bf)	
1. あいさつをする	話者への注目を促す。手話や身振り、手振りをつけて話す (Ae、Bf は手話が見えやすい配置に)。音環境に配慮する (授業全体を通して)。		PC 1台 椅子 11名 大型テレビ
2. 前時の振り返りをする。	写真や動画を見ながら振り返る。		
3. 「よく噛もう」の劇を発表する。劇を見る。	<p>【見る側】 よく噛むとどうなるのかに注目するように説明を行う。 【一人で】 【教師と一緒に】 <Aa>注視するところの声かけを行う。<Ab>教室に入室できない時は、廊下から劇を見るよう促す <Ae>声掛けせず見守る。 <Ac>噛む事で食べ物の形が変わったら教師が指さしをして強調する。 <Ad>注視するところの声かけを行う。 </p> <p>【演じる側】 【一人で】 【教師と一緒に】 <Bc>ポイントを整理させ、楽しく取り組ませる。<Ba>セリフの出だしを教師と一緒にを行い、自発性を促す。 <Bd>セリフのタイミングを促す。 <Bb>セリフの出だしを教師と一緒にを行い、自発性を促す。 <Be>困ったときはフォローする。 <Bf>セリフのタイミングを促す。 </p>	演技グッズ 衣装 マット 説明用イラスト	
4. 「なんでも食べよう」の劇を発表する。劇を見る。	<p>【演じる側】 【一人で】 【教師と一緒に】 <Aa>演じる前にセリフを確認し自信を持たせる。 <Ab>演じる直前まで気持ちの安定をはかる。 <Ac>教師が見本の手話をを行う。 <Ae>見守る。 <Ad>セリフの出だしを教師と一緒にを行い、自発性を促す。 </p> <p>【見る側】 【一人で】 【教師と一緒に】 <Bc>注視するところの声かけを行う。<Ba>少し、距離を置いて見守る。 <Bd>注視するところの声かけを行う。<Bb>歌と一緒に歌って楽しく見る気持ちを盛り上げる。 <Be>劇に注目するよう促す。 <Bf>歌と一緒に歌って楽しく見る気持ちを盛り上げる。 </p>		
5. ふりかえりをする。	発問『役をしてみて何がわかりましたか?』 イラスト発問『栄養のバランスを考えよう』		振り返りシート 振り返りイラスト
6. 次回の予定を開く。	パワーポイントで次回の予定を知らせる。生徒がイメージしやすいようにイラストを交えながら。		
7. あいさつをする。	話者への注目を促す。手話や身振り、手振りをつけて話す (Ae、Bf は手話が見えやすい配置に)。音環境に配慮する (授業全体を通して)。		

中学部 生活単元学習 学習指導案

指導者 ○○ ○○

1 日 時 ·····

2 場 所 ·····

3 単 元 「よく噛もう」、「なんでも食べよう」の劇をしよう

4 指導に当たって

<生徒観>

<教材観>

2学期は、『食習慣』について考えを深める学習に取り組んでいる。中学部では、主に給食や生活単元学習、作業学習での調理等で食育に取り組んでいる。生徒たちは、食べ物の好き嫌いはあっても、食べることへの興味や関心は高い。しかし、食べ物や食事がどのように自身の健康につながっているのか知っている生徒は少なく、食習慣が偏食や肥満等、将来に影響を及ぼすことを考えると、今の内から自分で健康を保つための知識を増やしたり技能を身につけたりしておく必要がある。そこで、本単元では、日々の食生活を見つめ直し、『食べる』ことについて考えたり、食べることの喜びだけでなく、健康や豊かな生活にもつながっていることを感じたりしながら、より良い食生活を取り入れようとする意欲を高めていきたい。今回も『はみがき』指導と同様のパターンで、劇を演じたり見たりして学習し、『食べる』ことの大切さを理解してほしい。さらには、人前で表現することの喜びを感じ、友だちの劇を見たりすることで友だちの良さや新たな一面にも目を向けてほしい。具体的な内容としては、生徒たちの食習慣の実態を考え、学年の教師と話し合い、共通している課題「何でも食べよう」「よく噛もう」に設定した。

<指導観>

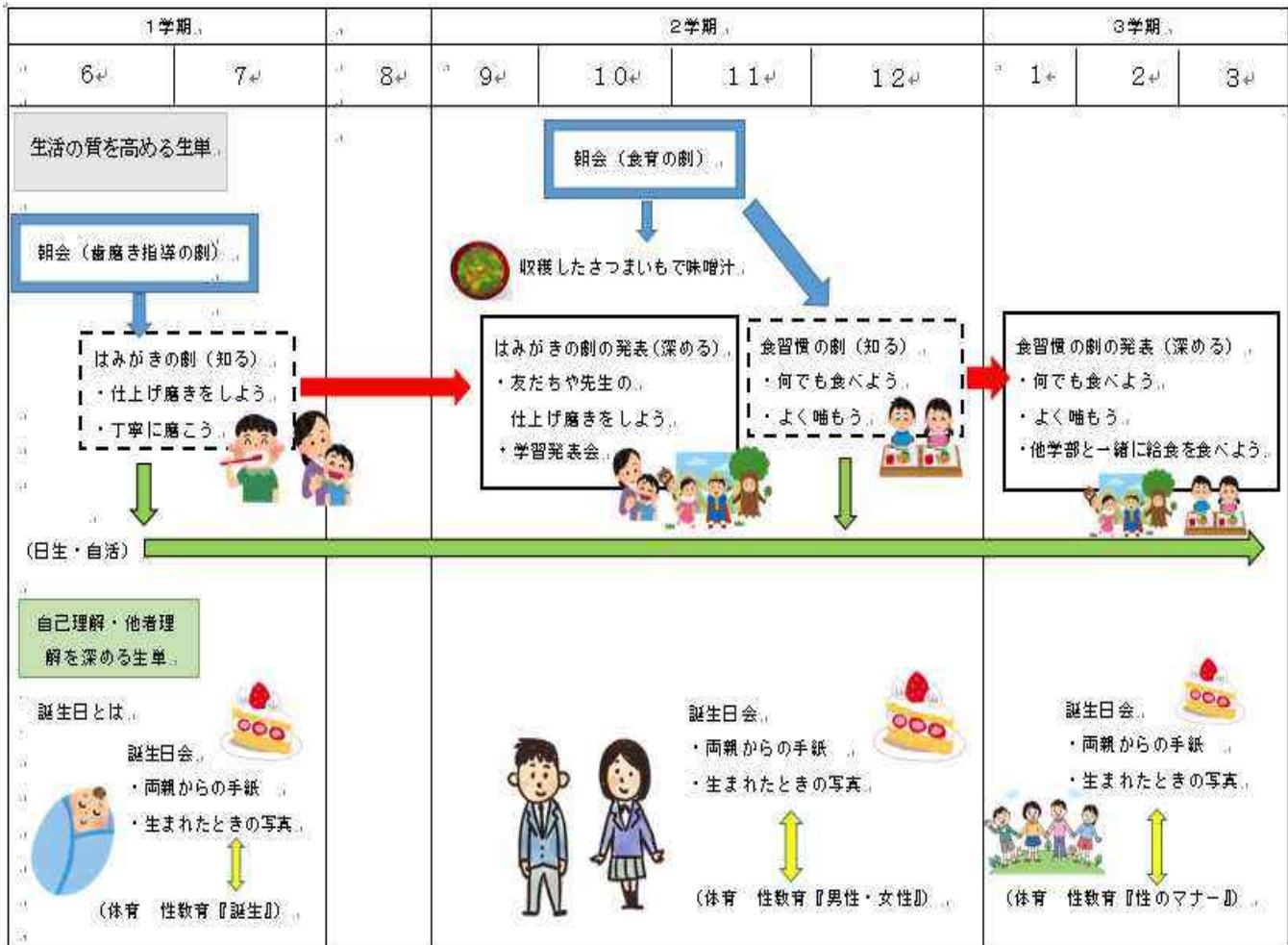
本校では、朝会や終業式で生活指導や保健指導、栄養指導をする際に教師が劇を演じて見せて、生徒たちに適切かどうかを考えさせる学習をよく取り入れている。中学部での指導でもこのように、興味深い小道具を活用したり、印象的な演出を工夫したり、歌を取り入れたりしながら、生徒たちが自発的に劇に参加し、自分の役を楽しく演じることで食べ物の大切さや食べることの意味に気づけるようにしていきたい。実際の劇の指導では、台本の代わりにイラストやアニメーションを交えたパワーポイントで示すことでよりイメージも高まると思われる。また、劇を通して、学習したことを誰かに伝える中で、役割を演じることで役の気持ちになったり、他者の思いに気づけたりするように指導していきたい。また、学習したことを教師や友だちに伝えることで、より意欲や関心が深まると期待したい。さらには、劇を録画し、振り返りの時間に映像を見ながら丁寧に学習したことを見出していく再確認をしていきたい。自分や友だちの様子を見ながら、がんばったことや工夫したところを思いだし、それを文章で書いたりイラストで発表したりすることで学習のまとめにしていきたい。

5 単元（題材）目標

- 劇を通して食に関する理解を深める。
- バランスの良い食事をとり入れることができる。

6 指導計画

- (1) 単元 第一次 劇の話を知ろう。自分の役割を決めよう・・・2時間
 第二次 グループで練習しよう。お互いのグループ発表を見よう・・・8時間(本時8時間目)
 第三次 幼・小学部の前で発表しよう・・・2時間
 第四次 幼・小学部の人と一緒に給食を食べよう・・・2~4時間



※ () は各教科、領域を関連させた学習

7 本時の目標

【よく噛もう】

- ・楽しみながら自分や友だちの役割を通して、自分の体の働きについて知る。
- ・友だちの発表を、関心を持って見ることができる。
- ・気づいたことを言葉や手話などを使って発表できる。

【何でも食べよう】

- ・楽しみながら役を演じることで、食べ物の栄養について知る。
- ・友だちの発表を、関心を持って見ることができる。
- ・気づいたことを言葉や手話などを使って発表できる。

8 食育の視点

- ・健康な体を作るために、よく噛んで食べることができる。【心身の健康】

9 生徒の実態と目標

氏名・学年・性別	実 態	ねらい
○○ ○○ 中1 男子		
○○ ○○ 中2 女子		
.....		

10 本時の展開 ※別紙

11 本時の評価

- ・楽しみながら役を演じることで、食べ物の栄養について知ることができたか。
- ・自分や友だちの役割を通して、自分の体の働きについて知ることができたか。
- ・友だちの発表を、関心を持ってみることができたか。
- ・気付いたことを言葉や手話などを使って発表できたか。

9 本時の展開

学習活動	支援上の留意点 (□・・・全員対象 <>・・・個々の手立て)		準備物等
	A(Aa,Ab,Ac,Ad,Ae)	B(Ba,Bb,Bc,Bd,Be,Bf)	
1. あいさつをする	話者への注目を促す。手話や身振り、手振りをつけて話す (Ae、Bf は手話が見えやすい配置に)。音環境に配慮する (授業全体を通して)。		PC 1台 椅子 11名 大型テレビ
2. 前時の振り返りをする。	写真や動画を見ながら振り返る。		
3. 「よく噛もう」の劇を発表する。劇を見る。	<p>【見る側】 よく噛むとどうなるのかに注目するように説明を行う。 【一人で】 【教師と一緒に】 <Aa>注視するところの声かけを行う。<Ab>教室に入室できない時は、廊下から劇を見るよう促す <Ae>声掛けせず見守る。 <Ac>噛む事で食べ物の形が変わったら教師が指さしをして強調する。 <Ad>注視するところの声かけを行う。 </p>	<p>【演じる側】 【一人で】 【教師と一緒に】 <Bc>ポイントを整理させ、楽しく取り組ませる。<Ba>セリフの出だしを教師と一緒にを行い、自発性を促す。 <Bd>セリフのタイミングを促す。 <Bb>セリフの出だしを教師と一緒にを行い、自発性を促す。 <Be>困ったときはフォローする。 <Bf>セリフのタイミングを促す。 </p>	演技グッズ 衣装 マット 説明用イラスト
4. 「なんでも食べよう」の劇を発表する。劇を見る。	<p>【演じる側】 【一人で】 【教師と一緒に】 <Aa>演じる前にセリフを確認し自信を持たせる。 <Ab>演じる直前まで気持ちの安定をはかる。 <Ac>教師が見本の手話をを行う。 <Ae>見守る。 <Ad>セリフの出だしを教師と一緒にを行い、自発性を促す。 </p>	<p>【見る側】 【一人で】 【教師と一緒に】 <Bc>注視するところの声かけを行う。<Ba>少し、距離を置いて見守る。 <Bd>注視するところの声かけを行う。<Bb>歌と一緒に歌って楽しく見る気持ちを盛り上げる。 <Be>劇に注目するよう促す。 <Bf>歌と一緒に歌って楽しく見る気持ちを盛り上げる。 </p>	
5. ふりかえりをする。	発問『役をしてみて何がわかりましたか?』 イラスト発問『栄養のバランスを考えよう』		振り返りシート 振り返りイラスト
6. 次回の予定を開く。	パワーポイントで次回の予定を知らせる。生徒がイメージしやすいようにイラストを交えながら。		
7. あいさつをする。	話者への注目を促す。手話や身振り、手振りをつけて話す (Ae、Bf は手話が見えやすい配置に)。音環境に配慮する (授業全体を通して)。		

「なんでも食べよう」振り返り(教材・イラスト)



<教材の説明>

① 振り返りイラスト

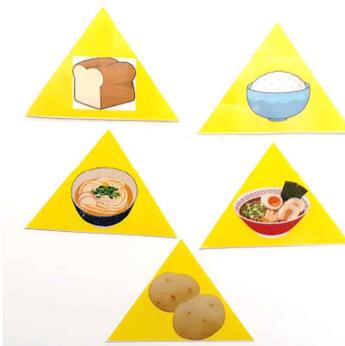


表(食べなかつたら…)



裏(しっかり食べると…)

② 食べ物カード



同じ色のグループに貼り付ける。

中学部 食育学習指導・支援案

日時
場所
生徒 中学部全員
指導者

1 題材名 「食物に感謝！」 「お箸を使いこなそう」

2 題材設定の理由

<生徒観>

<教材観>

今年度の中學部の食育の学習においては、学校全体の食育のテーマとして、食に関する指導の手引の指導内容が掲げられており、そこから抜粋し、『心身の健康』と『社会性』に焦点を当てることとした。1学期は、3つの食育の授業に取り組んだ。1つ目は、栄養教諭と連携して「感謝の心」と「給食に感謝」という題材で取り組み、給食室のしくみや調理の様子などを事前に撮った映像を見たり、給食室で実際に使用している大きな鍋やお玉なども触れたりしながら、色々な人が関わって給食ができるのを知り、感謝して食べることを学習した。2つ目は、『心身の健康』から「簡単な日常食の調理をする」の項目を踏まえ、スクランブルエッグの調理実習を行った。日常的によく食べている卵という食材を通し、簡単な調理ができ、自分でも作れるという自信と体験的な活動ができた。3つ目は、どうもろこしについて学習した。生活単元で栽培している「どうもろこし」の成長を観察し、実際に給食で出されるとどうもろこしの皮を剥がす体験的な学習を行った。

これらの3つの取り組みをすることで、色々な人が関わってもらうことで食事ができることを理解したり、食べるだけではなく、実際に自分で皮を剥がしたり調理することで 作る人の気持ちがわかったり、食べる際も一段と味わって食べたりする様子を感じられた。しかしながら、食育授業の取り組み時間や回数が少なく、継続した指導ができないことで、現状としては、食べ物の好き嫌いが多い生徒、体験不足からくる手先の不器用さ、マナーについての知識不足等の課題が残っている。

そこで、今学期の単元では、2つの題材に取り組むこととした。全校の食育のテーマに併せて、できるだけ好き嫌いをなくすことや、それが自分自身の健康へと繋がることを学ばせたく、「三大栄養素」を取り上げることにした。一つひとつの食材を丁寧に見ていくことで食への関心を高めていけると期待される。2つ目の題材では、「お箸の正しい使い方」の学習に取り組む。今までのお箸の持ち方を確認し、正しい使い方を意識し、色々なものをつまんでみる等、実践することで、達成感を感じることができると期待する。

<指導観>

指導にあたっては、『三大栄養素』については、初めての学習もあるので、三つの色のインパクトを利用し、それぞれにどのような働きをするのかを絵カード等を使用し注視できるように工夫する。また、たくさんの食物カードを準備し、全員がそれぞれのカードを三つの分類された場所に貼っていくことができるようにして、種類分けを大まかに理解でき、分類する楽しさを味わわせたい。まとめとして、当日の給食を取り上げ、食材の栄養素を分類し、給食は栄養バランスが取れていることを気づかせたい。

二つめの「お箸の正しい使い方」の学習では、クラス毎に一つのテーブルを囲んで取り組むように配置する。教師や友だちのお箸の使い方を見たり、「はし使いカード」を使用したりしてみることで、自分の持ち方を再確認できるようにする。また、正しい持ち方ができていなくても、やってみようと励ましていく。つまむ練習では、難しい生徒にはスポンジなど準備し、つまめるという充実感を感じさせながら、豆などにも意欲的に挑戦させる。最後には「豆つまみ大会」を実施し、楽しい雰囲気の中で集中して取り組み、日頃からお箸の持ち方を意識していくことを促していきたい。

- 3 ねらい
- ・食べ物には3つの働きがあることを知る。
 - ・バランスよく食べようとする気持ちを持つ。
 - ・自分の食事の仕方を振り返り、正しくお箸を使おうという意欲を持つことができる。

4 食育の視点

- ・様々な食品は、全てが栄養素に分類できることを知る。【心身の健康】
- ・バランスよくたべることの大切さを知り、給食や、家庭での食事で、バランスよく食べようとする意欲を持つ。【心身の健康】
- ・お箸の使い方、食事のマナーを身につけ、マナーを守ることが楽しい食事につながることを知る。【社会性】

5 評価の観点

- ・栄養素には三つのグループがあり、それぞれに色分けされていることが解る。また、食物がどのグループに入るのかが解る。
- ・三つの栄養素をバランスよく食べる大切さを知る。
- ・正しいお箸の持ち方を意識できるようになる。

6 学習の流れ

	学習内容	指導上の留意点など	準備物
10:20	<p>フリールーム1に集合、各クラスごとに座る。(挨拶：)</p> <p>1. 前回を振り返る ①今年の食育目標の確認 ②前回までの学習について</p> <p>2. 今日の学習について説明する。 ①食べ物のはたらきについて ②マナーよく食べること（今回はお箸の使い方について）。</p> <p>3. 食べ物のはたらきについて知る。</p> <p>(1) 3つのグループがあることを知る ①赤：血や肉や骨をつくる ②黄：体を動かし、熱や強い力を作る ③緑：病気にならないために、身体の調子を整える</p> <p>(2) 食べ物カードを使って3つのグループに分類していく。</p> <p>→全部貼り終えたら、答えあわせをする。</p> <p>(3) 今日の給食で分類する。 →食材カードを3つのグループに分ける。</p> <p>(4) バランスよく食べることを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none">・発表等、できるだけ、子どもたちから答えを聞き出せるようにし、目標用紙を提示していく。・わかりやすく順番を提示する。 <p>(導入) 元気のために必要なこと（食べる、運動、すいみん）などについて質問し、できるだけ食に関する意識を向けるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none">・赤、黄色、緑に色分けする。・①～③までのカードをWBに貼る。・どんな食材があるかいくつか例を見せ、それぞれの栄養素にどんな特徴があるか考えられるようにする。 <ul style="list-style-type: none">・場所を移動する→指示をする。・WB（中型）に貼られたカードから一人1枚選んで貼っていくよう説明する。・どのグループに貼るかは、できるだけ自分で考えるよう伝える。・間違いを見つけたら、発表するなど、みんなで考えることができるようにする。 <ul style="list-style-type: none">・今日の給食を取り上げることで、毎日の給食は栄養バランスが取れていることを意識できるようにする。・3つのグループの食べ物をバランスよ	WB 目標用紙 ①～③のカード 3連WB WB（中型） 食材カード 10/24 のメニュー -表と分類

		く食べることで、病気をせずに元気に過ごせることを知らせる。また好き嫌いもできるだけ減らし、バランスよく食べようとする気持ちを持てるようになる。	表、シール
11:10	<p>休憩</p> <p>4. お箸の使い方について</p> <p>①お箸のマナーのイラストを見る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の持ち方を振り返る。 ・正しい持ち方を知る。 <p>②正しいお箸の持ち方を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・上の箸を持つ ・下の箸を持つ ・2本の箸さきを合わせる <p>③つまみ練習をする。</p> <p>④「豆つまみ大会」をする</p> <p>5. まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2つの学習を振り返り、それぞれに、感想を発表する。 	<p>休憩の間に、各クラス、机を準備する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・正しい持ち方、やめたい箸の使い方などのイラストを見せて、日頃のじぶんのお箸の使い方を振り返れるようにする。 ・見本を見せながら、丁寧に進めていく。 ・箸先を近くの友だちに向けないよう、気をつける。 ・お箸は自分の物を使用する。手に合っていない場合は、何本か準備しておくので、手に合うものを試してみる。 ・豆、スポンジ等準備する。 ・それぞれ、どのようなお箸の使い方をしているか把握しておく。 ・時間を指定し、どれだけつまめるか競争する。できるだけ、楽しい雰囲気の中でできるようにする。 ・時間があれば、何人かを指定し、前で発表することなども取り入れる。 ・学習内容を思い出せるように、簡潔に提示するようする。 ・わかったこと、難しかったことなど、考えさせるようする。 	お箸の付け お箸
12:00	6. 終わりの挨拶（挨拶：　　）	・給食や、家庭、学園の食事でも学習したことが生かせるよう声かけし、意欲を持てるようする。	