

総合演習

授業案フォーマット

授業タイトル：食のマナーってなんだろう

子供の設定：

- 地域の特徴
町田市。町田駅が最寄り駅ではあるが、少し離れた住宅地。駅周辺には塾が多い。この地域にはこれといった特産物がなく、近辺に田畑は見当たらない。
多くの家庭が共働きであり、教育に関心が高いという傾向にあるが、子どもには学習塾の他、習い事をさせているので、夕飯の時間が遅くなったり、子ども1人での食事や、中にはコンビニで夕飯をすませている子どももいる。また、核家族の家庭が多く、両親が共働きの場合は、子ども1人もしくは兄弟姉妹のみで食事をしているようである。
- 学年
4年生
- 子供達の構成
町田市の公立小学校。
男子12人、女子15人。
このクラスは女子の意見が強い傾向にあるが、男女仲良く、一緒に遊んでいる。
核家族に加え共働きであるため、子ども1人で食事をする事が多く、普段の給食の食べ方などを見ていても食事をする時のマナーが身につけていないと感じる。例えば、給食の時に正しいはしの持ち方ができていない子や、食器を持たないで顔を近づけたまま食べる子、また、ただ嫌いという理由で一口も食べずに残してしまう子などが多くみられる。
児童に食についてのアンケートをとった結果、朝食を1人で食べる子は50%にも及び、夕食を1人で食べる子は25%にも及ぶ。したがって、1人で食べる機会が多ければ多いほど、マナーを学ぶ機会が少なくなっていると考えられる。

教師の問題意識：

昔は、やっと手に入れた食物を皆で分け合い、ゆっくり大切に食べることが当たり前であったが、現代では様々な食（コンビニエンスストアで食事を多く済ませる「コ食」、毎回同じ食事しかとらない「固食」、親が共働きの家庭が多いので、外食が多くなり、栄養のバランスが偏る「粉食」や「濃食」、1人で食事をする事の多い「孤食」、好き嫌いから家族とは異なった食事をする「個食」）問題が取り上げられ、短時間でそれぞれ好きなものを効率よく摂取する（早く・安く・やわらかく・食べやすく・決まりきった）ことが多くなっている。そのため、食べることの価値や重要性が低くなっている。また、テレビを見ながらの食事が増えているといわれるが、それでは五感で食物を味わうこと、食べることに感謝の気持ちを持つことは難しい。食事は生きる上で必要不可欠であり、私たちは食物から活力をもらい、動いたり考えたりすることができている。さらに、食事はただ栄養を摂るためだけのものでなく、一緒に食べている人とのコミュニケーションの場ともなり、心身の成長にもつながると考える。従って、どうして食事をするのかを理解し、食物に対する感謝の気持ちを養って欲しい。そのためには、食物はどこからくるのか、また、自分の口に入るまでに多くの人が携わっていることを理解することが重要である。一緒に食べてくれる人への思いやりを持ち、マナーを守って食べることの重要性に気づいて欲しいと考える。

授業目的：

- ・食に対する興味関心を持ち、自ら食を楽しむことができる。
- ・食のマナーを学ぶことで、食物を大切に食べることや一緒に食事をする人を思いやって食べることができるようになる。
- ・食物はどこからくるのか、自分の口に入るまでに多くの人が携わっていることを理解し、生あるものを食べるということに感謝の気持ちを持つ。

子供達の到達目標：

1. なぜ食べるのかについて友達同士で話し合い、発表できる。
2. いただきます・ごちそうさまはなぜ言うのか自分の考えを言え、普段の給食の中でも食事のあいさつの実行できる。

- 給食の時間を通し、クラスメイトと食をきっかけにした会話が增える。
- 基本的な食事のマナー（箸を正しく持つ、姿勢を正して食事をする、良く噛んで食べる、単に苦手な物をすぐに捨てない）を守って給食を食べることができる。
- 食物の大切さや、生産者の方の苦勞を自分から考え、自分に出来ることや自分で改善したいと思うことについて発表できる。

授業計画：授業目的を達成するために必要な授業数と各授業の概要

授業回数	テーマ	各授業での子供達の具体的な達成目標
1	どうしてご飯を食べるのだろう？	栄養バランスを学び、なぜ食べることが大切なのかを話し合い、発表することができる。
2	食物はどこからくるのかな？ VTR	VTRを見て、ワークシートにわかったこと考えたことを記入し、グループで発表し合い、まとめることができる。
3 本時 連続2時間	食に対するマナー ～おいしく食べるために～	箸を正しく持てる。姿勢を正して食事をするすることができる。
4 連続2時間	食に対するマナー ～おいしく食べるために～	良く噛んで食べることの理由が言え、実行できる。いただきます・ごちそうさまはなぜ言うのかが言える。食事のあいさつが実行できる。

本時の授業：上記の表の3回目の授業（模擬授業は上記の授業計画の中の1つの授業をします）

本時の授業でのポイントや指導上の注意点：

全くマナーが身につけていない子が、グループの子達と共に、はしを使って豆つかみ大会といった活動を通して楽しく食のマナーを体験的に学べるようにする。

文字ばかりではなく、スライドを使用し、絵や色を加える。見やすくすることで視覚的理解を促し、興味関心を引き付けるなどの授業展開を行う。

授業方法：

体験型授業…実際に体験しながら学ばせることで食のマナーについての理解を深め、普段の生活で実践しやすくするため。

グループ学習…自分の意見を言いやすくするため。

本時の授業：

流れ	教師の指示内容	教師の動きなど	時間
導入	T「前回の授業までで、なぜ食事をするのだろう、なぜ食べることが大切なのだろうということをみんなで話し合い、食べ物大切さを学びました。今日はその大切な食べ物を食べる時はどんな食べ方をすればいいのかな？一緒に食べている人に嫌な思いをさせないでおいしく食べるにはどうすればいいのかな？ということをみんなで考えていきたいと思います」 T「食べる時に注意しなきゃいけないことってなんだろう。思いついたことから挙げてみよう。」 C1「立ち歩かない」 C2「ひじをつかない」 C3「いただきますを言う」 T「そうだね。いろんなことがあるよね。じゃあ、しっかり守れてるよっていう人手を挙げてみて。」 何人か手を挙げる	○事前につくっておいたマナーに関するスライドを用意する。	2分

	T「ついつい姿勢を崩して食事をしてしまったり、ひじをついて食べてしまう人はいると思います。先生もみんなぐらいの時はきちんと守れていなかったと思います。でも大人になってから急にマナーを直すことは難しいことなのです。お家の人に「もっと行儀よく食べなさい。」って言われて面倒くさいなと思う人もいるかもしれません。でも、それがずっと積み重なってくせになってしまうとなかなか直せないのです。今日はこれから自分の食のマナーを思い出しながらみんなで一緒に楽しく食の大切なマナーを学んでいきましょう。		
展開	T「1、食べる時の姿勢はとっても大切！ （3人の子どもの絵を見せる） では、この3人のお友達の姿勢はどうか？ 1.背中が丸くなっている絵 T「けんたくんを見て気付いたことはあるかな？」 C1「背中が伸びていない。」 C2「行儀が悪い。」 T「そうだね、背中を丸めて食べるのはよくありません。食べ物の消化が悪くなるという理由もあります。」 2、ひじをついて食べる絵 T「さとしくんを見て気付いたことはある？」 C1「ひじがついている。」 C2「行儀が悪い。」 T「そうだね、こんな姿勢で食事をしていたらお皿などに手がぶつかってしまいます。テーブルにひじをつくのはみっともありません。食事中に頬杖をつくのもやめましょう。」 3、前かがみで食べる絵 T「かなこちゃんを見て気付くことある？」 C1「お皿を持っていない。」 C2「背中が丸くなっている。」 T「そうだね、日本では食器を持たずに食べることは行儀がよくないと言われているけれど、国によっては食器を持たない食べ方が正しいというところもあるんだよ。この教室では日本の文化で食べましょう。 T「では、正しい姿勢を確認してみましょう。 （姿勢を正して食事をする絵を見せる） あごを引くと自然に姿勢がよくなります。 （意欲的にやっている子をほめる） テーブルに向ってまっすぐに座っているね。椅子に深く座って背中をまっすぐに伸ばしましょう。 テーブルとはこぶし1つ分くらいあけて座ると食べやすいです。足は組んだり、椅子の上にのせてはいけません。 隣同士で確認してみましょう。」 T「〇〇くんの姿勢すごくいい！」 C「〇〇さんは背筋がすごく伸びています！」 T「みんなその姿勢すごくいい！みんなが急に大きくなった。 背筋を伸ばした姿勢は普段から気をつけていないと身につきません。食べる時は座り方に注意しましょう。 食事をするときの姿勢は勉強をするときの姿勢と似ていますね。 その素晴らしい姿勢のまま今日の授業続けていきましょう！」	○「食べる時の姿勢はとっても大切」見出しを事前に作り、貼る。 ○3人の子供の絵 ○スライド	12分

	2、はしを上手につかおう (箸を配る) T「日本は昔からはしを使って食事をしています。どのくらい前から使っていると思いますか？」 C「1000年前？」 T「おいしい。今から1300年ぐらい前に中国からはしはやってきて、100年くらいたってからみんなが使い始めたんだよ。せっかく箸の文化を持つ日本にいますから、上手にはしを使って食事をしましょう。 では、早速の箸の持ち方を確認しましょう。 (Tが実演しながら) まずは、鉛筆と同じように親指と人差し指で箸の1本を持ちます。 そして、残りの指はそのまま包み込むように添えます。 先生の持ち方を見て！できたかな？ そして、もう1本の箸をこういう風に… 先生と同じように持てたかな？ (巡視) C1「持てましたー！」 C2「ちゃんとできるよ」 (適切に持てている子をほめる) (友だちにも教えてあげるように指導) T「みんな持ち方は完ぺきだね！ 実際にその持ち方で今から豆つかみ大会をしてみたいと思います。 (皿、豆を配る) ルールはこの大豆をグループのみんなで隣のお皿にはしでつまんでうつします。 一番多くとれたグループが勝ちです。 ルール違反は…(Tが見本を見せながら) 1、豆をすくう2、飛ばす3、一度に2個つまむ4、はしをなめるなどです。 難しいかもしれませんが、今日から少しずつ練習していけばいいので楽しんでやってみよう。 今から1分はかります。 手はおひざ。姿勢を正して。 よいスタート！」 C「つかめない～～」「たくさんとれた！」「○○ちゃんすごーい」 T「はい、終わり。大豆をつかむのはやめてください。 では、グループでどのくらいとれたか数えてみましょう。」 (集計) C「数え終わりました。」 T「何個つかめたか教えてください。」 (数え終わった班から集計結果を聞いていく。) T「今の結果は○班が□個で一番でした。拍手！」 C「すごい！」 T「第二回戦はさっきより豆を小さくして大豆を小豆に変えます。さっきより難しいけどたくさんつかめるかな？」 (小豆皿と大豆皿を交換) T「準備はいいですか？手はおひざ。姿勢を正して。」 T「では、1分計ります。よいスタート！」 C「つかめない～～」「たくさんとれた！」「○○ちゃんすごーい」 T「はい、終わり。小豆をつかむのはやめてください。 では、グループでどのくらいとれたか数えてみましょう。」 (集計) C「数え終わりました。」 T「何個つかめたか教えてください。」 (数え終わった班から集計結果を聞いていく。)	15分 ○「2、箸を上手に使う。」の見出しを事前の作り、貼る。 ○紙皿：人数分×2 割り箸：人数分 小豆：400粒くらい 大豆：300粒くらい
--	--	---

まとめ	T「今日は食事をするときの姿勢と正しい箸の持ち方・使い方をみんなで考えました。わかったこと、気付いたことなどを発表してもらいたいと思います。2、3分時間をとります。班で話し合ってもいいです。」 まだ発表していない子を班で一人ずつ発表させる T「これらのことを今日の給食の時にちゃんとできるよという人（挙手）」 全員手を挙げるまで待つ T「じゃあ、ごはんを食べる時はいつでも出来るよという人（挙手）」 全員が手を挙げる待つ T「みんな素晴らしいですね。今日の給食が楽しみです。」 T「次の時間はよく噛むことについていただきます・ごちそうさまをなぜ言うのかについてみんなで考えてみたいと思います。」	○手を挙げていない子には何ができそうにないか聞いてみて、その都度、助言をする。	5分
-----	--	--	----

参考文献：Yahoo！きっず マナー教室

<http://contents.kids.yahoo.co.jp/shokuiku/manner/index.html>

評価：子供達の達成目標が達成できたかどうか、何を判断基準にするか？

何をもって、この授業の評価にするか？

関心・意欲・態度

- ・教師が子供たちに発言を持ちかけた際に積極的に自分の意見を発言できる。
- ・食事のマナーとは何か、もっと食事のマナーをよくしていくにはどうしたらよいか話題になる。
- ・今までただ嫌いという理由で給食を残していた子が、一口でも食べられるようになる。
- ・食物の大切さや、生産者の方の苦労を自分から考え、今後どうしていきたいか発表できる。
- ・いただきます・ごちそうさまを普段の給食の中でも言うことができる。
- ・給食の時間に姿勢や箸の持ち方、使い方といったマナーを意識して食べることができる。

知識・理解

- ・栄養バランスのとれた食事を提案できる。
- ・食べる理由をいくつかあげられる。
- ・VTRを見て、自分が食べる食物は多くの人が従事しているおかげであることを代弁できる、共感した内容のコメントをする。
- ・給食の時間に噛む回数が増えて、早食いをする子が減る。
- ・食べるについて話し合い、自分たちは今後どうしたらいいか提案できる。
- ・食べ物の生産者の思いをいくつかあげられる。
- ・食事のマナーについていくつか挙げられる。
- ・日本でのよいマナー悪いマナーの違いを見分け、日本でのよいマナーを選択できる。