

単元名 「かむ」 ことゝの力

あじ ー熊本県ー



地場産物の説明

5月～8月にかけて旬をむかえるあじは天草ではおなじみの魚である。旬のまあじの刺身は「たい以上」ともいわれ、生き作りや鮮度が保たれた刺身は歯ごたえのあるコリコリとした食感で格別の味わいである。

天草周辺の瀬で育ったまあじは、身も締まり美味で知られ「天草灘アジ」「天領アジ」「あまくさアジ」などのブランド名で県内だけでなく全国へ出荷される。初夏に出回る数センチの小さなまあじは、「あじご」と呼ばれ、唐揚げや南蛮漬けにして骨も身も丸ごと食べられる。

児童にとっても自分たちで釣って、家庭で食べるなど生活体験と密着した魚の一つである。

(参考文献 HP あまくさ元気まるかじり)

献立例

麦ごはん、牛乳、なすの味噌汁、あじの南蛮漬け、ちりめんふりかけ、みかん

1人当たりの栄養量 (小学校)

エネルギー	637kcal
たんぱく質	25.4g
脂質	17.5g
カルシウム	337mg
鉄	2.9mg
ビタミンA	191μgRE
ビタミンB <sub>1</sub>	0.54mg
ビタミンB <sub>2</sub>	0.52mg
ビタミンC	16mg
食物繊維	5.7g
食塩	2.8g
マグネシウム	102mg
亜鉛	2.9mg



給食の時間の指導 (心身の健康)

今日は天草ならではのコミカミメニューです。上天草でとれたあじを使っています。国語の学習で「かむ」ことゝの力を学びましたが、よくかんで食べると虫歯になりにくくなる、消化をよくする、脳の働きをよくするなどいいことがいっぱいありましたね。また、しっかりかむことで食べ物そのものの味がよくわかるようになるともありましたね。ぜひ今日の給食をよくかんで食べて、かむことゝの良さを見つけてみましょう。

## 小学校 第4学年 国語科学習指導（略）案

日 時 平成21年 月 日 第 校時  
 対 象 4年 組 名  
 指導者 担任（T1） 栄養教諭等（T2）

### 1 単元名 「かむ」ことゝの力

### 2 単元の目標

- (1) よく「かむ」と、どんなよいことがあるのかな、と関心をもち、「かめばかむほどいいこと」のなかみを意欲的に読みすすめることができる。（読むことへの関心・意欲・態度）
- (2) 「つまり」「このように」といったまとめる言葉、「まず」「次に」といった順序を示す言葉を手がかりに、
  - ① 歯等を強くする
  - ② 唾液を出す
  - ③ 食べる量を調節する
  - ④ 体全体を成長させる
  - ⑤ 脳を活発にする、という五つの「かむ」働きを読み取ることができる。（読むこと-I）

### 3 本時（1/8時）

#### (1) 本時の目標

「かむことゝの力」の話を早く読みたい、栄養教諭等が話したことを実際に読んで確かめたい、といった読むことへの意欲をもつことができる。（読むことへの関心・意欲・態度）

#### 〈食育の視点〉

よくかんで食べることに関心をもち、「給食や家庭での食事の時はどうだったかな」、「かむって大切なんだな」と感じ、実践しようとする。（心身の健康）

#### (2) 学習過程（記号の意味「・」：児童の反応 ㊦：教師の発問 ㊧：教師の指示 ㊨：教師の説明）

	主な学習活動と児童の反応	教師の支援（T1）	教師の支援（T2）
導入 5分	1 給食時間の「よく噛んでいる」「噛んでいない」様子をおさめたVTRを観て、気付いたことを話し合う。 ・ ずいぶん噛み方、回数が違う。 ・ よく噛んで、とは言われるけど、なかなかできない。 2 よく噛んで食べる理由について知っていることを話し合う。 ・ 消化がよくなる。 ・ よく分からない。 「かむことゝ」にはどんなよさがあるのかな。栄養の先生の話の聞いたり教科書を読んだりして考えよう。	※ 事前に口の部分にズームしたVTRを撮っておく。 ㊦ 「後から気付いたことを発表してもらいます」 ㊦ 「なぜ、よく噛んで食べないといけないのですか」	※ 「よく知っているね」などと児童の発言を受容する。
展開 30分	3 栄養教諭等の話を聞いて、噛むことの大切さや自分の噛み方について話し合う。 ・ 知らなかったな。 ・ まだ他にもあるのか、教科書には何と書いてあるのかな。 4 教科書を読んで、噛むことのどんなよさが、いくつ書かれていたかを話し合う。 ・ 3つかな。 ・ いや、5つあるよ。 ・ あれっ、よく分からなくなってきた。 ・ もっと教科書を読まないといけなぞ。	㊦ 「栄養の先生のお話を聞きましょう」 ㊦ 「栄養の先生のお話と同じかな。教科書を読みましょう」 ㊦ 「いいことはいくつありましたか」「それは何ですか」	㊨ 「消化がよくなるだけでなく、歯を強くしたり、胃や腸を元気にしたり、…したりします。まだ他にもあるかも知れませんか」 ※ 教科書に示されている五つの内容と重なる内容の中から2～3つ選んで、図を示しながら説明する。
終末 10分	5 これから教科書を読みすすめていくめあてと計画について話し合う。 ・ 噛むことのよさをはっきりさせよう。 ・ つなぎ言葉に気がつけたらよさそうぞ。	㊦ 「分からないことをはっきりさせるために、どんなめあてで読んでいきますか」	※ 「これからの勉強、楽しみですな」などと期待の言葉を贈る。

#### (3) 評価

栄養教諭等の話に興味を示し、「かむことゝの力」を意欲的に読み取ろうとする気持ちをもつことができたか。