

給食時間における 食に関する指導 part 1

小学校1年生の指導について（教員用）

白衣が着られない子、こぼしてしまう子、食べられなくて困っている子・・・1年生の給食は、色々と配慮が必要な場面がでてきます。また、6年間の基礎となるとても大切な時期でもあります。食事のマナーや給食のルールについて丁寧に確認しながら、楽しい給食時間になるような指導を心がけましょう。

目標：給食は食事のマナーを守って友達と楽しく食べる

食に関する指導の目標（観点）

- **食事の重要性**：食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する
- **心身の健康**：心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身につける
- **食品を選択する能力**：正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身につける
- **感謝の心**：食物を大切にし、食物の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ
- **社会性**：食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身につける
- **食文化**：各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ

食に関する指導の手引き（平成22年3月）文部科学省より

1 給食の準備(社会性)

- 当番の子は帽子・白衣・マスクをきちんと身につける
- 石けんを使ってよく手洗いうする
- 当番以外の子は座って静かに待つ
- 安全・衛生に気をつけて給食を運ぶ



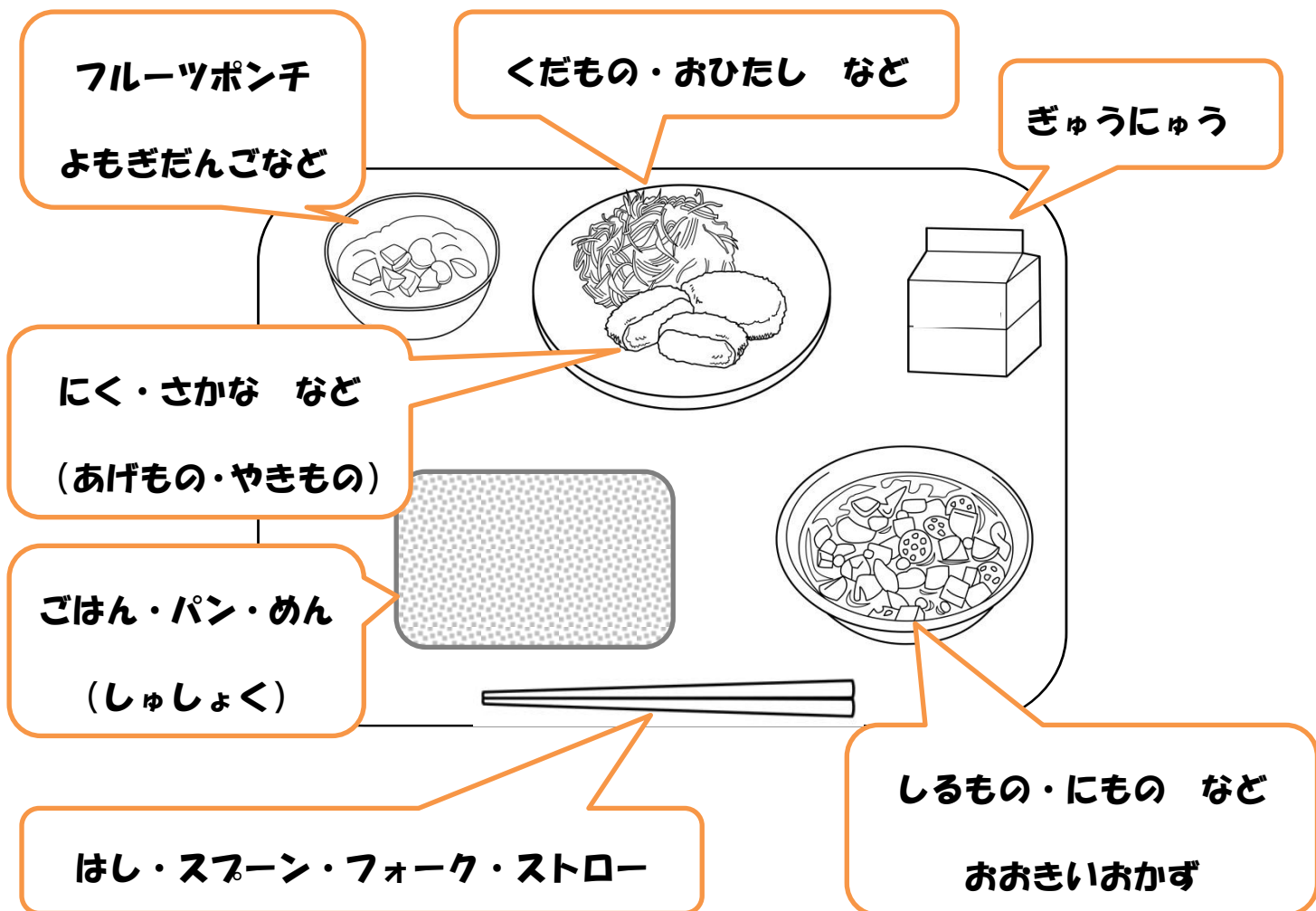
2 いただきます・ごちそうさまのあいさつ(感謝の心)

- 「いただきます」「ごちそうさま」など食事のあいさつの意味を知る
- 感謝の気持ちをこめてあいさつができるようにする



3 食器の置き方(社会性・食文化)

■正しい食器の置き方を知る



4 正しい食べ方(食事の重要性・心身の健康・社会性)

- 背筋はまっすぐ伸ばす
- ひじをつけずに食器は持つ
- 口は閉じてよくかんで食べる
- 主食とおかずは交互に食べる

くちは とじて よくかんで たべましょう

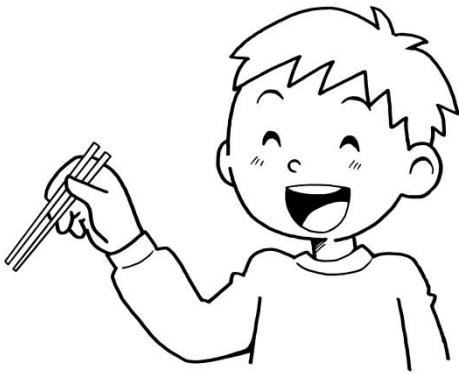
ごはん と おかずは こうごに たべましょう



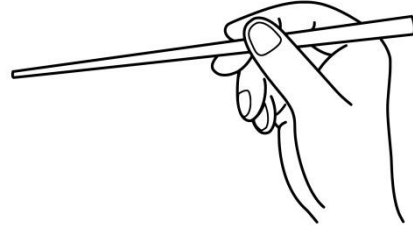
5 箸の持ち方(社会性・食文化)

■正しい箸の持ち方を身につける

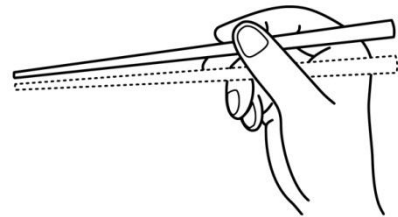
じょうずに もてますか



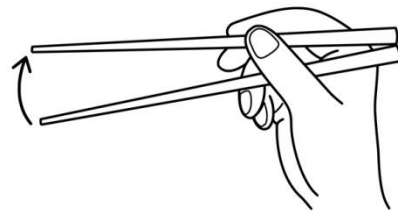
はしの もちかた レッスン!



① えんぴつを もつように 1本をもつ



② てんせんの ぶぶんにもう1本入れる



③ じょうずに もてたら 上のはしだけうごかしてみよう

給食指導のポイント

■最初にポイントをしっかり押さえておくことで、給食指導がスムーズになります

1. 不安を取り除く：“食べることは楽しい”という雰囲気作りが大切
2. 量の調整：1年生は自分で分量を調整することが難しいため、担任が早めに児童の傾向をつかみ、調整することが望ましい
3. 最初は残しても良い：好き嫌いのある子も一口は必ず食べさせ、その一口量を少しずつ増やしていく（長い目で見た指導が大切）
4. 時間内に食べる：遊ばずに集中して食べることを教える
5. きちんと片づける：食べ物が食器についていないか、食器の返し方、ゴミのまとめ方などを教える