

令和5年度 直方北小学校 食育に関わる取組紹介

取組名：「健康な体になるためには、どんな食べ方をしたらよいか
考えよう」

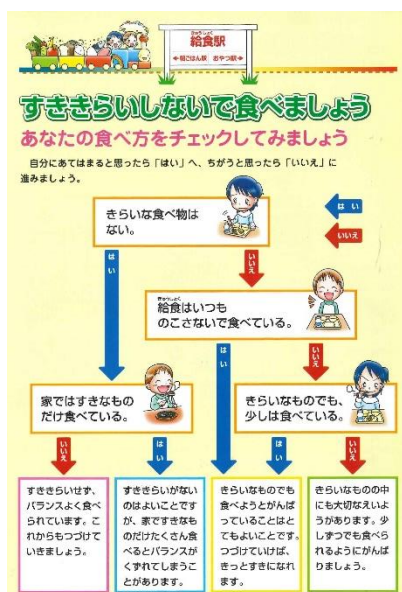
実施学年：小学校3年生

成長期の子どもたちにとって、必要な栄養素をバランスよくとることは健康な体を作るうえで大切です。

そこで、食べ物の働きや体の中での働きによって3つのグループに分けられることを学び、3つのグループの食べ物をバランスよく食べようとする意欲を育てることをねらいとした取組を行いました。

子どもたちは一人一人、自分の食べ方チェックを行い、日ごろの食べ方の振り返りを行いました。

そして、食べ物の3つのはたらきを知り、実際の給食の献立をグループ分けしました。



食べ方チェックシート

3月1組 (名前)		12月4日 (月)	
・ごはん ・みそだれおでん ・ゆかりあえ	・ぎゅうにゅう ・ゆかりあえ	・ごはん ・ホイコーロー	・ぎゅうにゅう ・ちゅうが橋たきスープ

グループ分けシート

食について興味・関心の高い児童が多く、授業に意欲的に参加する児童の姿が見られました。また、ふりかえりや、授業後の給食で好き嫌いを少しでもなくそうと頑張る姿が見られました。