

11月21日 3つの栄養について学びました

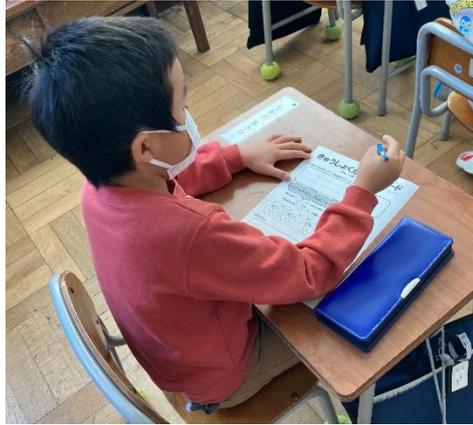
1年学級活動「いろいろな食べ物を食べるとどんないいことがあるのかな？」

小学校に入学して、おいしい給食を笑顔で食べている1年生の子どもたちです。しかし、苦手な食べ物に苦戦している様子もありました。授業の前にアンケートをすると、様々な苦手な食べ物があると分かりました。そこで、苦手な物は食べないままでいいのか、好き嫌いなく、いろいろな食べ物を食べるとどんないいことがあるのかについてみんなで学びました。

今回の授業では、栄養教諭にゲストティーチャーとして参加してもらい、食べ物は赤・黄・緑の3つの仲間に分けられる事を教えてもらいました。そして、国語で学習した「サラダでげんき」に出てきた食材を3つの仲間に分ける活動をしました。りっちゃんサラダは、3つの仲間がバランス良く使われていると気づき、自分たちもバランスの良い食事をして元気いっぱい過ごしていきたいと話しました。



最後に、給食での目標を決めてがんばりカードに書きました。元気に過ごせるように苦手な食べ物にも挑戦すること、好きな物ばかりたべないでバランス良く食べることなどをめあてに、1週間取り組みました赤・黄・緑の3つの仲間を意識して、苦手な食べ物に挑戦する姿が多く見られました。



これからも、元気いっぱい学校生活を送れるように栄養満点の給食をもりもり食べていきます。