

1月26日 食べ物のはたらきについて学びました

## 2年学級活動「ぱくぱくもりもり大作戦」

2年生は、栄養教諭にゲストティーチャーとして参加してもらい、食べ物の3つの働きについて知り、バランスの良い食事の大切さや、栄養が偏ったときの健康被害等について学びました。

学習の導入では、事前に行った給食や食べ物についてのアンケート結果を知ったり、給食の残菜の写真を見たりして毎日の給食の食べ方に気づき、課題をつかみました。その後、栄養教諭より食べ物の3つの働きについて話してもらい、学習を進めていきました。



事前に描いた苦手な食べ物の絵を使い、自分の苦手な食べ物は、3つの働きのどこに入るか確認しました。整理して黒板に貼ることで視覚的にわかりやすくなり、嗜好に偏りが無いか考えることができました。

ある日の給食の献立を取り上げ、使われている食材が3つの働きのどこに当てはまるかペアで考えました。食材カードを栄養列車に乗せていき、3つの働きの仲間が全て入っていることに気付くことができました。



3つの働きの仲間が不足した時の健康被害について知り、バランス良く食べることの大切さに気付くことができました。自分の食生活を見つめ直し、自分にできる具体的な目標を考えました。



学習後、よりよい食生活にしていくために、頑張りカードに取り組みました。頑張りカードは家庭に持ち帰り、保護者にコメントをいただきました。家庭と連携し、日々の食事で実践していくことが大切だと感じました。