

令和3年度 食に関する指導について

知多市

【小学校】

学年	主 題 名 ・ 内 容
1	<野菜と仲良くなろう> 野菜クイズを通して野菜に対する関心を高め、野菜には体によい働きがあり、すすんで食べようとする意欲を持つ。
2	<変身してできる食べ物を知ろう> 給食でよく使用されている食品を見て名前や形を確認する。いろいろな食品やその食品の加工品を知り、食品に関心を持つ。
3	<食品をバランスよく食べよう> 食品は、はたらきによって3つのグループに分けられることを知り、栄養のバランスに気をつけた食事が健康な体づくりにつながることを知る。
4	<育ちゆく体とわたし（保健領域）> 健康でよりよく成長するために必要なことを考え、食事、運動、休養・睡眠など望ましい生活習慣の大切さを知り、自身の生活に生かしていこうとする意欲をもつ。
5	<野菜を食べよう> 野菜が体に及ぼすよい影響を知り、野菜が健康を保つために大切な食品であることを理解して、積極的に食べようとする意欲をもつ。
6	<おやつについて考えよう> 何気なく飲んでいる清涼飲料水に含まれる砂糖の量を糖度計を用いて計測し、砂糖のとり過ぎによる弊害や望ましいおやつのとり方について考える。

※ 4限（1時間）に指導をし、その後児童と給食を会食する。

【中学校】

学年	主 題 名 ・ 内 容
1	<丈夫な骨を作ろう> 中学生期は生涯の中で最も骨を作る大切な時期だと知り、丈夫な骨を作るために、必要な栄養素の役割や望ましい食事のとり方について考える。

※ 4限（1時間）に指導をし、その後生徒と給食を会食する。