

令和4年度 食に関する指導について

○目的

食の指導をすることで、児童生徒の食や健康についての関心を高め、偏食の改善など、自分の健康を自分で守ろうとする自己管理能力を育てる。

○期間

5月から2月まで

○対象

小学1年生から中学1年生

○時間

授業時間（学級活動等）の1時間

※4限（1時間）に指導をし、給食準備の様子を見学させていただきます。

○指導内容（予定）

学年	主 題 名 ・ 指 導 の ね ら い
小1	<きゅうしょくのひみつを知ろう> 給食を作る様子を写真や映像で見ることにより、給食は多くの人の協力で作られていることを知り、残さずに食べようとする意欲をもつ。
2	<やさいとなかよくなろう> 野菜の実物を見て、名前や働きを知ること、野菜に興味を持ち、すすんで食べようとする意欲を高める。また、生活科「わたしたちの野菜ばたけ」で育てている野菜について取り上げるなど、教科との連携を図る。
3	<食品をバランスよく食べよう> 食べ物の3つの働きを理解し、当日の給食に使われる食材を3つのグループに分けることで、栄養のバランスを考えて食べようとする意欲を高める。
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	<野菜パワーで元気になろう> 野菜の働きや種類、1日に必要な量を知り、どのようにしたら必要な量を食することができるのかを考え、野菜をすすんで食べようとする意欲を高める。
6	<清涼飲料水について考えよう> 清涼飲料水の飲みすぎが、体にどのような影響を及ぼすか理解し、自らの健康を考え、飲み方を工夫しようとする意欲をもつ。
中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ことで、骨を丈夫にするためによりよい生活を送ろうとする意欲を高める。

※担任の先生とのTT授業になります。

※当日は簡単な座席表を準備していただくようお願いいたします。