



給食時間を児童は楽しみにしていますが、一人ひとりを見ると偏食がみられ課題があります。野菜全般が苦手な児童が多く、指導しないと進んで食べることをしません。健やかな成長と健康を作るためには、「バランスのよい食事」は重要であることを学び、日頃から「バランスのよい食事」を心がけ実践する態度を身につけさせたいと、授業を実施しました。



①先生の食べた食事はバランスがよいでしょうか？



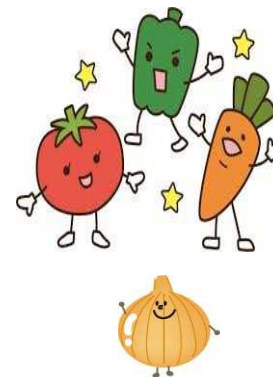
③発表しよう



②材料を3つの食品のグループに分けてみよう



④どんな料理を加えればバランスのよい食事になるか考えよう



⑤野菜は一日に
小学生は
低学年240g
高学年290g
食べることが望ましいです

しっかり食べようね