



豊ヶ丘小 パクパク通信

平成24年3月12日
多摩市立豊ヶ丘小学校
校長 小林 佳世
栄養教諭 早乙女 理恵
No.28

暖かい日があったり、寒さが逆戻りしたり、今年の天候には体がついていくのがやっとです。今学期もあとわずかです。しっかり食べ、十分な休養をとり、体調を整えるようにしましょう。

1年生 学級活動の時間「なんでもたべよう」

3月6日、1年生2クラスで「なんでもたべよう」と題し、食育授業を行いました。ちょうど1週間前に、「きゅうしょくはかせになろう」で給食ができるまでの様子を学習したばかりなので、食に対する興味関心はまだ消えてない様子でした。



まず、「あきちゃんの宇宙旅行」という紙芝居を読みます。好き嫌いが多いあきちゃんが、好きな食べ物ばかり食べられる星に行きます。黄色の星は、お菓子やおにぎり、パンばかり・・・でも食べるぎると、太ってきて動くのが面倒くさくなりました。隣の赤い星はフライドチキンや目玉焼き、牛乳の川が流れています。大きく力強い赤い星の人をみて、あきちゃんはむしゃむしゃと食べ始めます。しばらくするとウンチが出なくなり、お腹が痛くなりました。



そこで緑の星の野菜や果物を食べると、お腹が痛いのが治り、すっきりとしました。その後あきちゃんは好き嫌いをせず、何でも食べるようになりました。というお話です。

みんな静かに食い入るように紙芝居を見ていました。食べ物は働きによって、赤・黄・緑のグループに分けられること、それぞれどんな食品があるのか、体の中でどんな働きをしてくれるのかを、栄養列車で確認したあと、今日の給食の材料を3つのグループに分けました。

1年生の食育は、担任の横井先生と宇田先生に授業の流れを作っていただきました。児童もいつもの授業と同じ感覚で受けられたと思います。児童の感想をいくつかのせます。残さず食べる、バランスよく食べるなど、頑張ろうと思ったことをたくさん書いてくれました。

○きらいな食べものをたくさんたべてげん気になりたいです。赤・きいろ・みどりをバランスよくたべるようになります。

○いつもバランスよくたべて、すききらいをしない。赤・きいろ・みどりに、いろいろなやくめをするのがわかった。これからのこさずたべる。

○前略 赤がからだをつくる、きいろがエネルギーをつくる、みどりがからだのちょうしをよくするとわかりました。

○しっかりといて、ごはんをのこさずたべるようにする。赤・き・みどりいろを、バランスのいいたべかたをする。後略



前の号でもお知らせしましたが、1週間給食時間に、1年生の教室に紙芝居を読みに行きました。苦手な物も鼻をつまんだり、おいしいと思ったり、最初に食べてしまったり、好きなものと混ぜて食べたり・・・とにかく色々工夫して頑張るうちに、苦手なものが出てても何もせずに食べることができるようになった・・・という内容のものです。これは低学年用なのですが、1週間で完結するようにできています。

3日目になると「今日は何が嫌いなの？」と興味津々。そして最終日には

1年生も完食するようになりました。紙芝居が終わっても、完食できるとうれしそうに報告してくれます。本当によく食べるようになりました。ほぼ毎日、職員室におかわりを求めに来る2-1・6-1も、すごい食べっぷりですよ！

