



しよく いく 食育だより

第2号



2年生で「すききらいしないで食べよう」について食に関する指導を行いました。食べ物には体をつくる・守る・動かす働きがあることや、すききらいして食べているとどんなことが起こるのかを学習しました。子どもたちはすききらいして食べていると風邪をひきやすくなったり、力がなくなったりすることを理解し、給食を残さずに食べるために自分ができる目標を考えることができました。また、自分が設定した目標を実践するため、3日間給食チャレンジを行いました。

今は元気でも、将来かぜをひきやすくなったり、お腹がいたくなったりするよ。



野菜を食べなかったら、どうなるの？



栄養満点の給食を残さずに食べないといけない！

・給食チャレンジの目標

①きゅうしよくをたべるときのチャレンジもくひょう
きらいなものをおたべするときすきなものといしよしたべよう
しよきにきらいなものをたべるとちいさくしてしよしたべよう
たべるときはしよきにたべよう

自分ができる目標を考えることができました。このほかにも、「苦手なものを先に食べる」、「苦手ではないと思いこんで食べる」、「がんばって食べる」など残さずに食べるための方法をたくさん考えることができました。

・感想やふり返り

③じぶんのかんそう・ふりかえり
たべられるさくせんかせいこうできてよかたなあと思いました。きらいなものをたべなかつたりおなかがいたくたするんだなあと思いました。せんせいからのメッセージこれからは「こさず」たべます。

③じぶんのかんそう・ふりかえり
ちゃんしきらいなものをたべないと思ってたが、そくて元気かてなるとおぼれていました。さくせんはせいこうしました。

給食の時間には、学んだことを生かして、すききらいせずに食べようとする姿が見られました。