

元気もりもり あさひの子

健康な生活に向けて進んで取り組む児童の育成
～食がつなぐ命と未来～

No. 1 1

2020. 7. 22

1年生の授業から 2020.7.13(月)実施

7月13日(月)は、1年生が「もりもりたべよう きゅうしょくどいすき」をテーマに食育の提案授業を行いました。

弘前大学教育学部戸塚学教授、同教育学研究科の上野秀人教授、医学研究科の徳田糸代助教の先生方と、弘前市教育委員会学校指導課の斉藤雅子指導主事がおいでになり、1年生の授業を参観いたしました。

入学して3か月が経ち、学校生活のリズムにも慣れて元気に活動している1年生。食育では、これまで「さあ、きゅうしょくがはじまるよ」という学習を通して、「手洗い・準備・食事・片付け・歯磨き」の大切さを学んできました。6月の生活目標が、「好き嫌いをしないで食べよう」でしたが、毎日「きゅうしょくぜんぶたべたかなカード」を記入しながら、自分の給食の食べ方について考えてきました。学級全体の傾向としては、野菜や魚が苦手な子が多く、和え物など食べ慣れない味付けの好き嫌いもありました。そのような中、給食が健康のためにどのような働きをしているのか考えることにより、少しでも好き嫌いを減らして食べてみようという意識をもたせたいということで授業は提案されました。



1年生の授業は次のように進みました。

1 「きゅうしょくぜんぶたべたかな」カードの結果をもとに、自分たちの給食の食べ方について振り返り、気付いたことを発表しました。

- ・好き嫌いしている人が多い。
- ・野菜を残している人が多い。
- ・魚が苦手な人が多い。

◎ここから、自分たちの給食時の課題を見つけました。

すききらいをへらすためにどうしたらいいかかんがえよう。



2 給食を残さずに食べると、どんないいことがあるのかを考えました。

- ・元気になる。
- ・体が大きくなる。
- ・病気になりにくい。

3 食べ物には、3つのグループがあること、それぞれ体に
よい働きがあることを確めました。

- ・赤…血・肉・骨になる。
- ・黄…体を動かすための、熱や体を作る。
- ・緑…体の調子をよくし、病気になりにくくする。おなかのそうじをする。



4 7月13日(月)の献立に入っている食品をグループ分けし、給食のよさについて話し合いました。

- ・赤、黄、緑の仲間が全部入っている。
- ・野菜がたくさん入っている。

5 できるだけ好き嫌いをしないために、どんな工夫ができるかを話し合いました。

- ・一口だけでも食べてみる。
- ・半分まで食べてみる。
- ・好きなものと一緒に食べる。
- ・牛乳と一緒に食べる。
- ・細かくして食べる。少しずつ食べる。
- ・おさらを三角にして順番に食べる。



6 少しでも好き嫌いを減らして給食を食べるために、自分で実行する方法を決め、発表しました。

- | | |
|---------------|-------------|
| ・嫌いな物でも半分食べる。 | ・嫌いな物から食べる。 |
| ・ちょっとずつ食べる。 | ・分けて食べる。 |

発表しただけでなく、給食の時間は「苦手だけどトマトもかじってみる!」「できるだけ食べる!」ということを笑顔で実行した、頑張り屋の1年生たちでした。

授業を終えて「研究協議会」から

放課後には、先生方で授業を振り返り、研究協議会を行いました。1年生が、赤・黄・緑のグループに食品を分けて考えていたことに、先生方は大きな感動を覚えました。児童委員会の発表、校長講話、掲示物等を使っての学び……。普段の学校生活の中で1年生が身に付けた知識が、子どもたちの思考・判断力を育て、「苦手な物でも、健康のためちょっと食べてみよう」という実行力につながっていきました。指導主事の先生からは、



- ・「こうしたほうがいいよね」と思ったり、「やってみようかな」と行動したり、「〇〇くんもがんばってるんだ」ということを、子どもたちが気付いて話し合っって意見交換をすることが、学級活動として設定されていた。
- ・子ども、保護者、地域が一体となって進めていくのが朝陽小学校の「健康教育」のとても素晴らしいところ。というお話をいただきました。

次回は、図書委員会の発表をお知らせいたします。