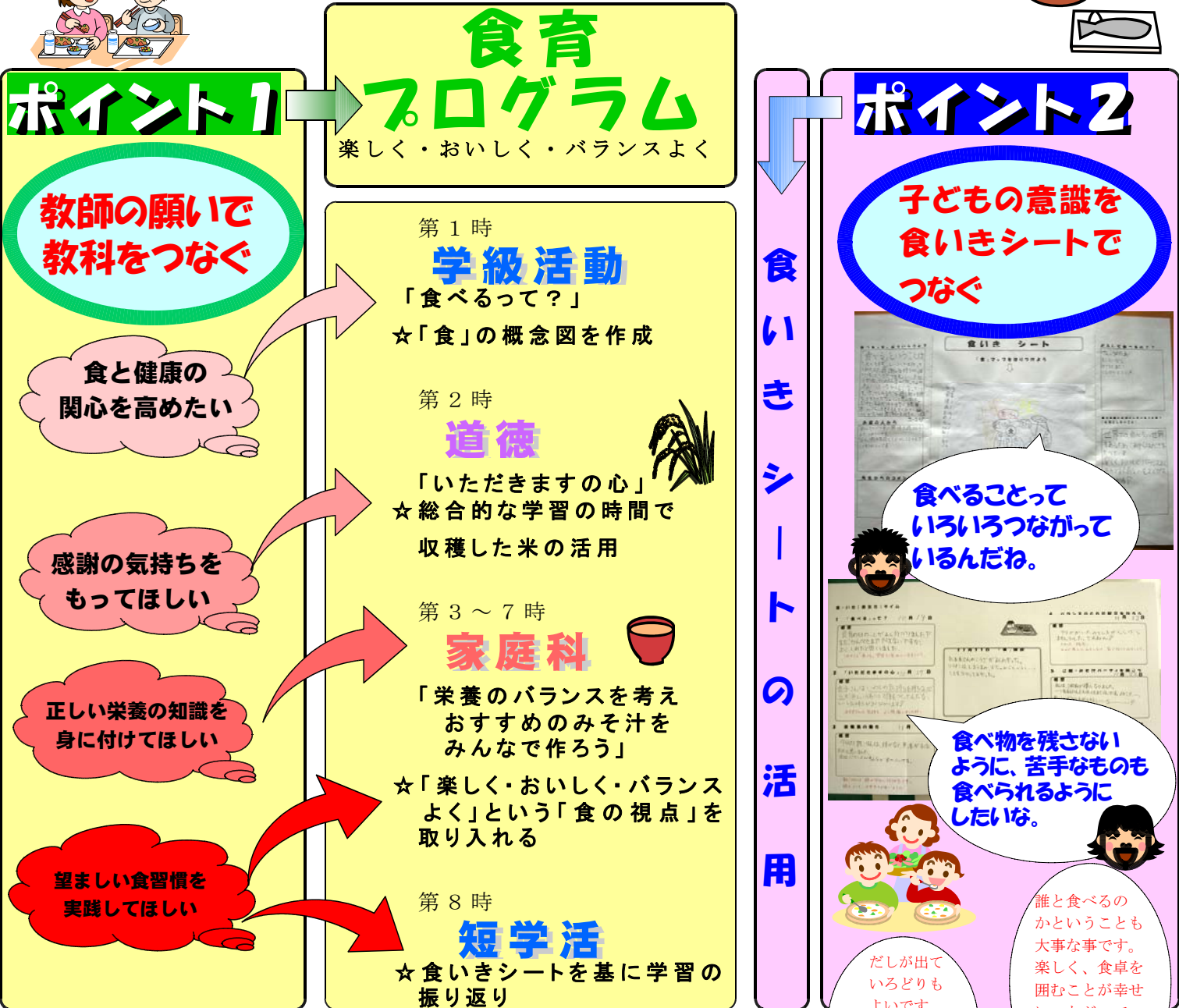


# 健康な体をつくるために望ましい食習慣を身に付けようとする児童の育成を目指して ～食育プログラム「楽しく・おいしく・バランスよく」を通して～

健康教育班 金澤治子（小学校教諭）

5年生の家庭科を中心に作成し、実践しました！！  
関連させた教科・・・学級活動、道徳、総合的な学習の時間



## ポイント1

教師の願いで教科をつなぐ

食と健康の関心を高めたい

感謝の気持ちをもってほしい

正しい栄養の知識を身に付けてほしい

望ましい食習慣を实践してほしい

## 食育プログラム

楽しく・おいしく・バランスよく

- 第1時 **学級活動**  
「食べるって？」  
☆「食」の概念図を作成
- 第2時 **道徳**  
「いただきますの心」  
☆総合的な学習の時間で収穫した米の活用
- 第3～7時 **家庭科**  
「栄養のバランスを考えおススメのみそ汁をみんなで作ろう」  
☆「楽しく・おいしく・バランスよく」という「食の視点」を取り入れる
- 第8時 **短学活**  
☆食いきシートを基に学習の振り返り

## ポイント2

子どもの意識を食いきシートでつなぐ

食いきシート  
食べることでいろいろつながっているんだね。

食べ物を残さないように、苦手なもの食べられるようにしたいな。

誰と食べるのかということも大事な事です。楽しく、食卓を囲むことが幸せにつながっていくことと思います。  
だしが出ていりどりもよいです。ほうれん草も栄養たっぷり。(保護者の感想)

## 成果

☆☆☆☆☆☆☆☆

- ◎食に関する意欲づけに、食の概念図（食マップ作り）は有効。
- ◎食いきシートを活用すると、児童は教科を超えて学習のつながりを意識できる。

## 家庭との連携

## ポイント3

食の学びで家庭とつなぐ

