



1年生号

2013.12.

貝塚市立二色小学校  
栄養士 角野由佳



野菜について学習しました。



11月18日(月)に野菜についての学習を行いました。

**学習目標**

- ・野菜の働きを知る
- ・好き嫌いせずに何でも食べようという意欲をもつ



**学習内容**



はじめに、それぞれ「タマネギ」「にんじん」「ピーマン」「トマト」「じゃがいも」「かぼちゃ」の野菜がはいった、はてなボックスを班に一つ渡し、箱の中に手を入れて、触って何が入っているのかを考えました。「つるつるしてる!」「丸いで!」などと班で話しながら、楽しそうに中身を考えて、元気に発表してくれました。

はてなボックスの中には全部「野菜」が入っていたことを知らせ、たくさんの食べ物の中から、野菜を探すワークシートをしました。裏面に学習で使用したワークシートを載せてありますので、ご覧ください。

次に、野菜の良いところを学習しました。(風邪をひきにくくする、ひふを丈夫にする、おなかの中を掃除する)

最後に、色々な野菜に、それぞれ違った良いところがあるということを知らせ、苦手な野菜が、今後給食で出てきたらどうしますか?と聞いてみると「がんばって食べる」「減らしてもらって食べる」と答えてくれ、とてもうれしく思いました。

学習をした日から、給食を残さず、時間内に食べ終わることができると「しょくせいかつをかんがえよう」という冊子に色塗りをしています。「パンまたはごはんを食べるとひとつ、牛乳を飲むとひとつ、おかずを食べるとひとつ、ごちそうさままでに食べおられると」というように色塗りをし、完成した人から「がんばってたべたで賞」という賞状を渡しています。

また、ご家庭でも子どもの苦手な野菜を使った料理を取り入れ「苦手なものは食べない」ではなく「元気に過ごすために少しでも食べよう」と声をかけていただけたらと思います。学校でも続けて声をかけていきたいと思ひます。

♪うれしいお知らせをいただきました♪

この学習の後、家に帰ってからも、野菜を食べると元気になれるからと、苦手な野菜を頑張って食べていますと、連絡帳を通じて教えていただきました。

給食時間だけでなく、家庭でも頑張って食べようと努力している姿を聞かせていただけ、とてもうれしかったです。



本物の野菜!  
土のおいがする~!  
かぼちゃって重いんだね!

