

小羽山小 実践②	学級活動 朝ごはんを食べて3つの目覚ましスイッチを入れよう		
実施日時	10月10日(木) 5校時	実施場所	教室
対象	2年生、2年生保護者	指導者	栄養教諭 ・ 担任 ・ ()
視点	・食事の重要性 ・感謝の心 ・心身の健康 ・社会性 ・食文化 ・食品を選択する能力		
ねらい	朝食の大切さを3つのめざましスイッチで知ることを通して、朝食にどんなものを食べたらよいか分かる。		
内容	<ul style="list-style-type: none"> ○ 朝ごはんマスター○×クイズに挑戦する。 ○ 3つの目覚ましスイッチについて知る。 <ul style="list-style-type: none"> ・脳の目覚ましスイッチ(頭のはたらき) ・体の目覚ましスイッチ(体温) ・お腹の目覚ましスイッチ(排便) ○ パンだけ、ごはんだけの朝食について、どんな料理を付け加えると3つの目覚ましスイッチが入る朝食になるか考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・パンに合うおかず ・ごはん合うおかず ○ 朝食の大切さや食事内容について、分かったことから、自分の朝食を振り返り、3つの目覚ましスイッチを入れるための目当てを考える。 		
児童 の感想	<ul style="list-style-type: none"> ○ ぼくは、いつもおにぎりとかパンしか食べなかったけど、もっとバランスよく食べないといけないということがよくわかりました。そのためには、早ね・早おきをしようと思いました。 ○ いままで、ごはんやパンやヨーグルトとおかずしか食べていなかったから、野菜をもっと食べるといいなと思いました。 		
成果と 課題	<ul style="list-style-type: none"> ○ 宿題として、1週間朝ごはん調べを行い、3つのスイッチが入ったかどうかを確認した。参観日で授業をしたこともあり、保護者の協力のもと、意欲的に取り組んでいた。 ○ しっかり朝食を食べて登校するため、低学年でも自分でできることについて考えられるような指導も行っていきたい。 		

