

思いっきりがんばれる 体をつくる食事を考えよう！ (第 1 学年)

授業のねらい： 運動や勉強などで実力を出すには、バランスのよい食事が大切であることを理解し、自分の食生活を見直し、生活で生かそうとする実践的態度を育てる。

〔授業の様子〕



食育指導力向上研修

平成30年8月24日（金）10時30分～
立野小学校・大增中学校教職員

子供の体づくりのための栄養と運動・休養

- 研修のねらい：（１）健やかな体の成長に適した食事や生活のリズムの大切さに関する指導力の向上を図る。
（２）学齢と体の成長の関連を踏まえた、運動量と休養のバランスに関する理解を深める。

〔外部講師による講演と演習〕

講師：株式会社 明治 コミュニケーション本部広報部 専任課長 森 毅 氏

◆ 研修の様子



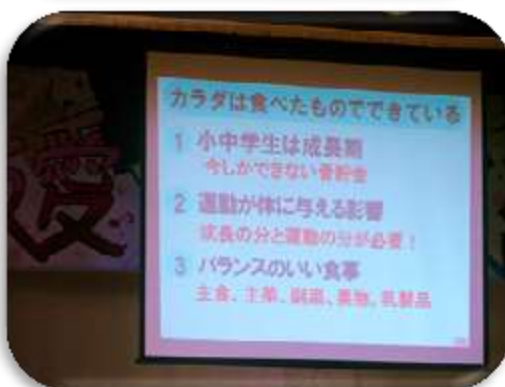
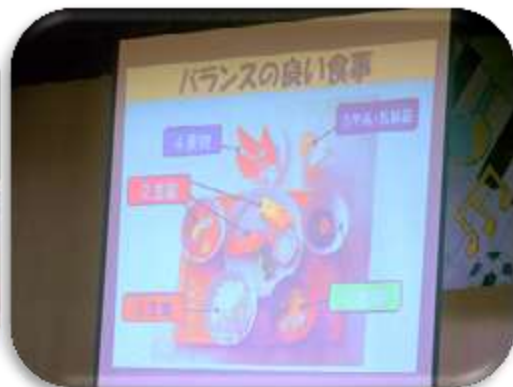
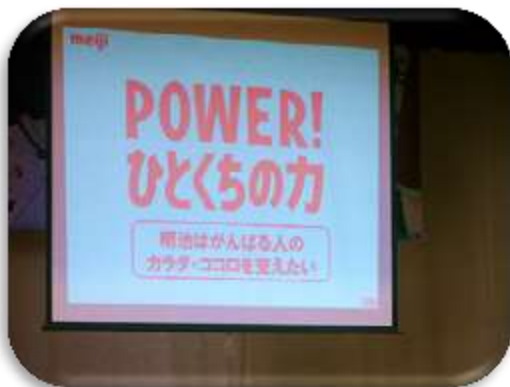
平成30年6月22日(金) 第3校時
小学第5学年・中学第2学年全学級

成長期の運動と食事 ～がんばれる体をつくろう!～

- 授業のねらい：(1) 健やかな体の成長に必要なバランスの良い食事の大切さを運動と関連付けて理解する。
(2) 望ましい食生活についての基礎的な理解を促進して、望ましい食生活を実践しようとする態度を涵養する。

〔外部講師による講演と演習〕

講師：株式会社 明治 コミュニケーション本部広報部 専任課長 森 毅 氏



頭の働きがよくなる食事

- 授業のねらい：（1）健やかな体の成長に必要なバランスの良い食事の大切さを知る。
- （2）望ましい食生活についての基礎的な理解を促進して、望ましい食生活を実践しようとする態度を涵養する。

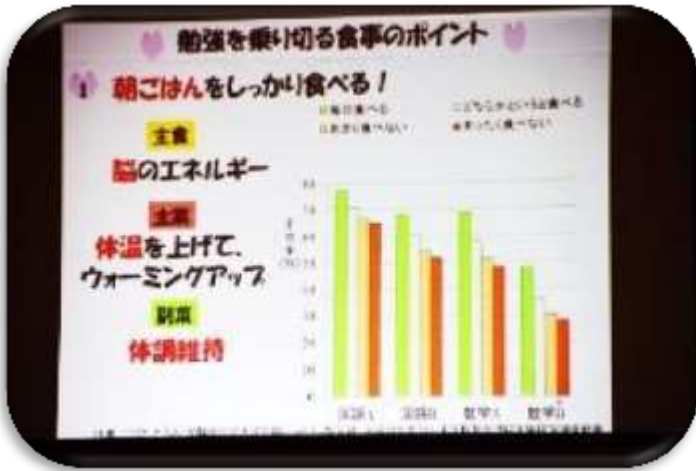
〔T₁による導入場面：脳の働きによい生活のリズム〕



〔T₂による展開場面（抜粋）－①：脳の働きがよくなる食事のポイント〕



〔T₂による展開場面(抜粋) - ②: 勉強を乗り切る食事ポイント〕



〔T₂による展開場面(抜粋) - ③: クイズ形式の質問に挙手する生徒の様子〕



〔T₂による展開場面(抜粋) - ④: 授業の様子〕

