

「3つのお皿から食べよう！」

～元気で健康な生活を送る上で食生活が大切なことを、食べ物の3つの働きを通して学ぶ～
プログラム

所要時間	内容
20分	導入 紙芝居「元気君とよわよわ君」 食べ物の働きを3つのお皿に分けて学ぶ
20分	つりぼりゲーム つりぼりゲームを楽しみながら、いろいろな食べ物の働きを知る
15分	工作 「3つのお皿からくりカード」
5分	まとめ

講座風景



紙芝居「元気君とよわよわ君」

つりぼりゲーム



釣った食べものはどの色のお皿に入るのかな？

3つのお皿からくりカード



切り込みを入れて折ると同じ色がでてきます

受講生のアンケートより

- ・また、こんなきかいがあったら、みんなであそんでみたり、紙しばいをみたいです。3つのお皿からくりカードをみんなで作ってみたいです。それに、いい考えだと思います。ぼくも、これからやさいや果物を食べたいと思います。
- ・さい後のおり絵「からくりカード」はすごく楽しかったです。紙しばいも分かりやすくてよかったです。ワークショップ「釣りぼりゲーム」も何回もやれてうれしかったし、楽しかったです。「〇×クイズ」は勉強になったのでよかったです。
- ・早ね早おき。きいろのお皿、あかのお皿、みどりのお皿をたべれば、よわよわ君みたいにならないことがわかってよかったです。
- ・とても楽しく学びました。子どもたちも楽しく学べて良かったと思います。（幼稚園児保護者）