

## 5年生 たべて元気に

「なぜ食べるのだろう」と考えるところから、この授業が始まります。「生きるため」「健康のため」「食べたいから」「おなかがすくから」「幸せな気持ちになるから」などなど・・・人それぞれ「食べる」理由も様々ですね。



では、食べ物は体の中でどんな働きをしているのだろうか？今回は五大栄養素について学習しました。

栄養素の働きや、食べ物について考えた後は、答え



合わせです。はてなボックスを使ってカードをひき、食品を五大栄養素に分けて、黒板に貼っていきます。

最後は、3ヒント・  
私は誰でしょうク  
イズで復習です。な  
んと、「自分たちで  
も考えたい！」とい  
うことで、みんなでクイズを出し合いました。



「私は、体を作る働きがあります。私は、無機質を  
多く含んでいます。私は、給食の時間に毎日のように  
皆さんに会っています。さて、私は誰でしょう？」

