食物栄養学科：栄養教諭二種免許

栄養教育実習報告

1日のスケジュール

7:40～7:50	出勤
8:00～8:15	全校集会・読書
8:00～8:25	朝の会
8:25～9:10	1時間目
9:15～10:00	2時間目
10:00～10:15	中休み
10:20～11:05	3時間目
11:10～11:55	4時間目
11:55～12:40	給食準備・片付け
12:40～13:10	昼休み
13:15～13:30	掃除
13:35～14:20	5時間目
14:25～15:10	6時間目
15:10～15:20	帰りの会
15:20～16:00	実習ノート記入
16:00	退勤

実習の内容について

栄養教育実習とは、栄養教諭を目指す学生が、大学で学んだ知識を実際の教育現場で実践するために行う大切な実習のことです。実習は1週間程度行われ、小学校または中学校で授業や給食指導などに取り組みます。

実習は、担当の先生や学級の子どもたちと顔を合わせ、学校の雰囲気を知るところから始まります。そして、実習先にもよりますが、私は自分で考えた指導案や授業題材に基づき、実際に3年生に「噛むことの大切さについて」の授業を行いました。

また、給食の時間には子どもたちと同じ食卓を囲み、食事マナーや栄養に関する指導を行いました。普段の授業では見えない、子どもたちの自然な姿に触れられる貴重な時間でした。

授業や活動を終えた後は、1日を振り返り、実習ノートに記入します。次に活かしたいことや気がついたことなどを書き、担当の先生に提出して退勤となります。

今回の栄養教育実習を通して、知識をただ伝えるのではなく、子どもたちが自分の食生活を考えるきっかけを与えることが大切だと学びました。授業では子どもたちの反応や質問から気づきを得る場面が多く、自分の準備不足や説明の工夫の必要性を感じました。一方で、子どもたちが楽しそうに学び、感想をたくさん伝えてくれたことは自分の中で大きなやりがいとなりました。今回の経験を活かせるように頑張っていきたいと思いました。

教育実習までの道のりは、決して楽ではありませんでしたが、終わって振り返ってみると、「やってよかったな」という想いでいっぱいになりました。1度きりの人生でなかなか経験できないような「子どもたちに授業をする」ということから、「挑戦した分だけ自信になる」ということを学ぶことができました。みなさんも、ぜひ挑戦してみてはいかがですか？