

題材名：我が家の栄養プランナーになろう

食品に含まれる栄養素

(全7時間扱い中 第3時)

授業日時 令和3年10月25日(月)第6校時

授業学級 1年E組

授業会場 家庭科室

授業者

指導者

(1) ねらい

身近な食品の栄養的な特徴から、毎日様々な種類の食品を食べる必要があることに気付くことができる。

(2) 授業のポイント

- ・場面：なぜ給食には、19種類以上もの食品が使われているのかを考える。
- ・活動：成分表で食品の栄養的特徴を調べ、給食が食事摂取基準を満たしているかどうかを確かめる。

(3) 展開

過程	活動	○授業者の主発問・◇留意点・★教材	時間
導入	1. 給食の献立で使われている食品数について調べる。	○「給食の献立はどのようなことを大切に考えられていると思いますか。」 ★10月22日の給食の献立表と写真 ◇給食の献立で使われている食品が19種類以上も使われていることを確認し、学習問題を設定する。	15
	【学習問題】なぜ給食には、19種類以上もの食品が使われているのだろう。		
	2. 解決の見通しをもつ。	◇食事摂取基準を基に予想を立てるように促す。 ◇成分表の見方を確認する。 ◇予想の確かめ方を確認し、学習課題を据える。	
	【学習課題】成分表を使って、食品の栄養的特徴を調べ、給食が食事摂取基準を満たしているかどうかを確かめよう。		
展開	3. 成分表を使って、給食が食事摂取基準を満たしているかスプレッドシートを用いて調べる。	★クロームブック、給食に使用された1人分の食品名と分量 ◇班ごとに分担して食品の成分を調べ、最後に合計を摂取基準と比較するように促す。 ◇食品の栄養的特徴について気付いたことをワークシートにまとめるように促す。	20
	4. 食品の栄養的特徴について分かったことを発表し、全体で共有する。	○「結果から学習問題についてどのようなことが分かりましたか。」 ◇食品には栄養的特徴があり、それぞれが補いながら基準を満たしていることを確認する。(まとめ) 【評価】食品ごとに栄養的特徴があることが分かり、毎日様々な種類の食品を食べる必要があることに気付くことができる。(観察・ワークシート)	10

終 末	5. 本時の学習を振り返る。	○「授業の振り返りを書きましょう。」 ◇活動での気づきや新たな課題を取り上げる。	5
--------	----------------	---	---