

5 本時の指導

(1) 目標

- ① 食品を組み合わせることで栄養バランスのとれた食事を考えようとしている (関心・意欲・態度)
- ② 食事内容を食品群に分け、検討することができる。 (知識・理解)

(2) 指導過程

学習内容及び学習活動	教師の支援と留意点	評価と方法
1 本時の学習について確認する。	○前時までの活動を振り返らせ、本時の学習の意欲付けをおこなう。	①観察
食品を組み合わせよう		
2 昼食を選ぶ。	○昼食バイキング・メニューから料理を選択しワークシートにまとめる。 ○ここでは、自分の考えをもとに自由な発想で昼食を選択させる。 ○班でお互いに昼食の相互評価をさせる。 ・栄養のバランスはとれているだろうか。 ・食事の量は適切だろうか。	②観察
3 食事内容を食品群に分け、検討する。	○選んだ食事内容を資料を参考にしながら食品群に分けさせる。 ○調味料や微量な材料については備考欄にまとめさせる。 ○作業に差も出てくると思われるため、担当の作業が早く終わった場合は、他の生徒の作業も一緒にさせる。 ○食品群のバランスを見ながら、食事の自己評価をさせる。	③観察
4 バランスのとれた食事のポイントを知る	○給食のメニューを参考に、栄養バランスのとれた食事内容を知らせる。 ○パネルで、各食品群の概量を知らせる。	
5 食事内容をさらに検討する。	○選んだ食事内容を再度見直し、まんべんなく食品がとれるように工夫させる。	④観察
6 学習のまとめをおこなう。	○次時の学習内容について知らせ、学習への意欲を促す。 ○自己評価表に記入させる。	⑤自己評価

(3) 評価

- (1) 栄養バランスを考えた食事の選択ができたか。(関心・意欲・態度)
- (2) 食品群別に食事の内容を分け、栄養面からの検討ができたか。(知識・理解)