

鹿骨授業スタンダード推進指導案（家庭科）

1. 指導者 藤江 真美
2. 会場 1年4組教室
3. 指導学級 1年4組（計32名）
4. 単元名 中学生の栄養と食事
教材名「わくわくドキドキみるく教室」
5. 単元の重点とする目標
 - ・生活の中で食事が果たす役割について理解し、中学生に必要な栄養の特徴が分かり、健康に良い食習慣を实践できる。
 - ・栄養素の種類と働きが分かり、食品の栄養的な特質について理解し、生活に取り入れることができる。
6. 単元指導評価計画（6時間扱い）
 (知)知識・技能 (思)思考・判断・表現 (主)主体的に学習に取り組む態度

時	学習目標	学習活動	評価規準との関連			評価規準(評価方法)	具体的な生徒の姿
			知	思	主		
1	食事の役割について理解しよう。	・食事の役割について既習事項を確認し、「こしょく」共食の意義について理解する。	○	○	○	(知)「こしょく」、共食の意義について理解できる。(ワークシート) (主)食事の役割についてグループ内で意見交換をしようとしている。(観察)	食事の役割について、自分の意見をまとめている。「こしょく」について想像してグループで話し合っている。
2	健康によい食習慣を考え説明しよう。	・自分の食生活を振り返り、健康的な食習慣を考え、説明する。	○	○	○	(知)食生活を振り返り、改善点を見つけることができる。(ワークシート) (思)改善点を活かして、理想的な食習慣を考えることができる。(ワークシート)	ワークシートの食生活チェックリストから自分の問題点を見つけ改善点につなげている。
3	中学生の発達と必要な栄養について知ろう。	・食事摂取基準の意味と学生に必要な栄養素について知る。	○	○	○	(知)食事摂取基準の意味がわかる。(ワークシート) (思)中学生に多く必要な栄養素を確認し、中学生と他の年代を比較している。(ワークシート、発言)	食事摂取基準の表をよく観察し、気付いたことをできるだけたくさんあげている。
4	栄養素のはたらきと6つの基礎食品群の分類をしよう。	・五大栄養素の種類を確認し各栄養素のはたらきをまとめる。 ・6つの基礎食品群に食品を分類する。	○	○	○	(知)栄養素の種類と働きを理解し、まとめることができる。(ワークシート) (知)6つの食品群について理解し、食品成分表の見方がわかる。(ワークシート、観察)	食品と栄養素を結び付けながら(赤・黄・緑)を軸にワークシートを活用して確認している。
5	中学生に必要な栄養を満たす食事を考えよう。	・栄養バランスのよい一回分の食事の献立を考える。	○	○	○	(思)足りない栄養素を見つけ、補うメニューを考えることができる。(ワークシート) (主)グループ内で考えを発表し合い色々な考えを共有することができる。(ワークシート、観察)	栄養バランスが整い、かつ自分たちの好みに合う献立作りの面白さに気付き発表して全体で共有している。
6 本 時	理想的な骨を得るために望ましい食習慣を生活に取り入れよう。	・わくわくドキドキみるく教室の講義を通して、食習慣について考える。	○	○	○	(知)(思)成長期の骨とカルシウムの関係について学び理解することができる。(ワークシート、観察) (主)ジャムラテの試飲を通して、牛乳の味の変化を共有し新しい飲み方の発見をする。(観察)	外部講師の講話を、今まで学んだことと結びつけながら聞き、学んだことを生活に取り入れようとしている。