

題材名 「こんだてを工夫して」（第6学年 B 衣食住の生活）

■本事例のポイント

- ワークシートに栄養の区分を分かりやすく示す工夫を行うことによって、栄養バランスを考えた献立を作成できるようにした。
- 児童同士で共有する時間を設けることで、友達からのアドバイスを参考にするなど、学習調整を促した。

■題材の目標

- 献立を構成する要素が分かり、栄養を考えた1食分の献立作成の方法や調理の基礎について理解する。
- 1食分の献立の栄養バランスについて問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付ける。
- 家族の一員として、生活をよりよくしようと、栄養を考えた食事について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとする。

■題材の指導計画（5時間）

第1時

- 自分の食生活を振り返り、課題を設定する。

第2時

- 1食分の献立の立て方を調べる。

第3時

- 栄養バランスを考えて1食分の献立を作成する。

第4時

- 友達と情報を共有し、自分の作成した献立を見直し、修正する。

第5時

- 献立を発表する。
- これからの食生活で生かせることを考える。

■本時の概要

【課題】 栄養バランスを考えた献立を作成しよう。

栄養教諭から献立づくりのコツ【栄養バランス(赤・緑・黄)、食のつまり、匂い、味のバランス、見た目や彩り】をお聞きし、献立づくりを行いました。



めあて：友達の意見を参考に、更により献立にしよう。

- 料理カードや給食の献立を参考に、自分のめあてに沿った献立を作る。



- 友達と献立を見合い、更により献立を作るためにアドバイスをし合う。



- 友達からのアドバイスを踏まえて、更により献立になるよう考える。



- 自分の作成した献立を発表する。



■学習調整をしている子供の姿



自分の献立を友達に見てもらい、どこを改善すればよいかアドバイスをもらおう！

各自が作成した献立をグループ内で共有し、アドバイスし合っている場面。



黄色の仲間が少ないから…。どんな食材が入っている料理に変えればいいかな。

栄養バランスをよりよくするために、どの献立に変えようかな。



■指導と評価の工夫

①教科書以外に、過去の給食、献立カード等、様々な資料を用意し、1人1台端末上で情報を得られるようにした。

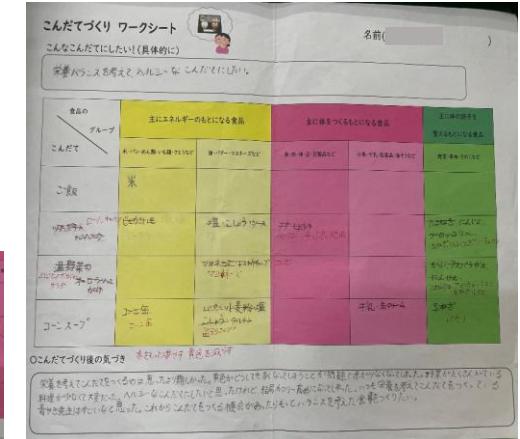
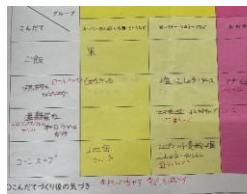
* 何の材料が使われているかがきちんと分かった上で献立作りができる。



合いびき肉、たまねぎ、卵、パン粉、油、にんじん、きやいんげん、(ソース)

②友達からもらったアドバイスを参考に修正した献立は赤字で示す。

* 自分の立てた献立について、友達との交流前後の比較がしやすい。
* 教師にとっては、考えの変容の様子を見取り、評価に生かすことができる。



■成果(○)と課題(▲)

- 1人1台端末や教具などを使って献立作りを行ったことで、児童の選択の幅が広がり、意欲的に作成することができた。
- 友達と献立を共有し合う場を設けることで、自分の作成した献立をよりよいものにしようと学習調整する姿が見られた。
- ▲ 栄養バランスや彩り、旬などに注目して考えるよう促したが、自分の好み重視で考えてしまい、学習調整できない児童もいた。一緒に何の材料が使われているのかを確認した上で献立作成ができるよう、支援する必要があった。