

【小学校・6年・家庭・「こんだてを工夫して」】

育成を目指す資質・能力

B3（思考を深める学習）

C2（協働での意見整理）

ご飯とみそ汁を中心とした1食分の献立について考え、工夫することができる。

ICT活用のポイント 【活用したソフトや機能】 ホワイトボードソフト等

ホワイトボードソフトを活用して、意見を出し合って考えを広げ、整理することができる。

学習の流れ

給食の献立と栄養バランスの偏った献立を比べて改善点を出し合い、本時の見通しをもつ。

よりよい献立になるように、ホワイトボードソフトで献立をアレンジする。

ホワイトボードソフトで友達の献立を見合い、アレンジや修正の仕方について話し合い、工夫の仕方を整理する。

ホワイトボードソフトで自分の献立を修正する。

事例の概要

本題材は、「健康・快適・安全」の視点から1食分の献立作成に関する基礎的・基本的な知識及び技能を身に付け、栄養のバランスを考えた1食分の献立を工夫して作成することができるようになることをねらいとしている。

指導にあたっては、主に1人1台端末でホワイトボードソフトを使用し学習を進めていく。手書きや図表を簡単に差し込むことができたり、付箋を貼って考えを整理したりすることができるホワイトボードソフトを活用し、何度も試行錯誤しながら献立を作成するなど個人で思考する時間を十分にとるようにした。個人で作成したものは大型ディスプレイに簡単に反映され、すぐにお互いの考えを共有することができる。これらの機能を使用してクラス全体でお互いの考えを共有することで、考えを深めたり広げたりすることができるようにした。

【小学校・6年・家庭・「こんだてを工夫して」】

【事例におけるICT活用の場面①】



【事例におけるICT活用の場面②】



ICT活用のポイント

本題材では、主に1人1台端末でホワイトボードソフトを使用し、献立を工夫して作成する学習を行った。個人が考えた献立はクラウド上に保存され、リアルタイムで共有化することができる。作成した献立を児童が互いに見合うことにより、献立を工夫するための様々な方法に気付くことができた。その気づきをクラス全体で共有することで、自分の献立を見直し修正を図ることができた。話し合い活動の際にも、1人1台端末の画面を投影しながら工夫点を具体的に説明する姿が見られた。

また、ホワイトボードソフトで使用できる付箋の色を活用し、献立で使う食品を赤・黄・緑の3種類に分類するとともに、水色の付箋はより良い献立にするための工夫点、オレンジ色の付箋は友達のを聞いて修正した点を記入した。食品を3種類に色分けすることで、一目で栄養のバランスを確認することができる。また、主食・主菜・副菜に使用する食品の栄養バランスを確認しながら、全体の組み合わせを見て何度も試行錯誤しながら献立を立てていくことができた。オレンジ色の付箋には、全体の話し合いを受けて自分の献立を修正した点を入力することで、どのようにその児童が思考したのかを見取ることができた。

1人1台端末を活用して献立作成をすることで、個人で思考する時間を十分にとることができた。また、個人の考えをリアルタイムに共有化することで考えを広げ深めることができた。

ICT活用事例 B3(思考を深める学習) C2(協働での意見整理)

小学校6年・家庭科 「こんだてを工夫して」



使用機器：1人1台端末、大型ディスプレイ 使用アプリ：ホワイトボードソフト

〈ICT活用のポイント〉

- ・ホワイトボードソフトを活用して、意見を出し合って考えを広げ、整理することができる。

1 題材の目標

献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解するとともに、1食分の献立の栄養バランスや食事の仕方について問題を見いだして課題を設定し、ホワイトボードソフトを活用した話し合い活動を通して様々な解決方法を考え、課題を解決することができる。

2 題材の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none">・献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解している。・調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。・材料に適したゆで方、いため方を理解しているとともに適切にできる。・食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解している。	<p>1食分の献立の栄養のバランスや食事の仕方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ている。</p>	<p>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1食分の献立について、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、実践しようとしている。</p>

3 題材について

本題材は、「B(1) 食事の役割」と「B(2) 調理の基礎」、「B(3) 栄養を考えた食事」の内容にあたる。「健康・快適・安全」の視点から1食分の献立作成に関する基礎的・基本的な知識及び技能を身に付け、栄養のバランスを考えた1食分の献立を工夫して作成することができるようになることをねらいとしている。

児童は、これまでに「食生活」の内容において、ゆでる調理・いためる調理・米飯及びみそ汁の調理の仕方・食品の栄養的な特徴について学習してきた。これらの既習内容を活用しながら、栄養を考えた食事について課題解決を図っていくことで、栄養のバランスを考え1食分の献立作成の方法について理解できるようにしていきたい。献立を工夫して作成する学習や家族のための献立を考える学習等では、1人1台端末を活用し、個人の考えをクラス全体で共有することで、お互いの考えを知り、様々な解決方法があることに気付けるようにしていく。

本題材では、主に1人1台端末でホワイトボードソフトを使用し、学習を進めていく。ホワイトボードソフトは、手書きや図表を簡単に差し込むことができたり、付箋を貼って考えを整理したりすることができる。また、個人で書いたことを大型ディスプレイに表示し、すぐにお互いの考えを共有することができる。これらの機能を使用して、何度も試行錯誤できる活動を取り入れて個人の思考する時間を十分にとったり、クラス全体でお互いの考えを共有することで、考えを深めたりすることができるようにしていきたい。

本題材で身に付けた基礎的・基本的な知識及び技能を調理実習や家族のための献立を考える学習で活用し、健康・快適などの視点から栄養のバランスを考え、1食分の献立を工夫して作成する。

4 指導と評価の計画(全11時間)

時間	学習内容 ○ねらい ・ 学習活動	評価の観点			指導上の留意点 【評価方法】
		○指導に生かす評価 ◎記録に残す評価		態度	
		知識・技能	思考・判断・表現		
1	<ul style="list-style-type: none"> ○献立作成について既習の内容をふり返りながら、1食分の献立について問題を見いだして課題を設定することができる。 ・これまでの「食に関する学習」を想起する。(米飯みそ汁の調理・五大栄養素等) ・自分の朝食をふりかえり、献立をなぜ立てるのか考える。 ・「1食分の献立を考え、家族や身近な人と食事をするためにどのようなことを大切にしたらよいのだろう」という課題を設定する。 ・「1食分の献立を考え、家族や身近な人と食事をするために学習したいことを考える。 	○	◎	◎	ホワイトボードソフトの付箋を使用し、学習したいことをクラス全体で整理する。【ワークシート】【取組の様子】
2	<ul style="list-style-type: none"> ○主食、主菜、副菜の組み合わせで1食分の食事が構成されていることが分かり、1食分の献立作成の方法について理解することができる。 ・給食の献立をもとに、献立作成の方法を考える。 ・給食の献立を立てる時のポイントを栄養教諭から聞き、まとめる。 	◎	○		給食の献立の画像を1人1台端末で見られるようにする。【ワークシート】【ペーパーテスト】
3 (本時)	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯とみそ汁を中心とした1食分の献立について考え、工夫することができる。 ・ごはんのみそ汁に主菜・副菜を組み合わせた献立の栄養バランスを確認する。 ・個人で考えた献立のアレンジ方法をクラスで共有し、バランスのよい献立にするための工夫の仕方や修正の仕方について話し合う。 	○	◎		ホワイトボードソフトを使用し、献立作成方法について考える。【ワークシート】【ホワイトボード】
4	<ul style="list-style-type: none"> ○じゃがいも料理に必要な材料の分量や切り方、調理の仕方について理解することができる。 ・給食の献立によく使われているじゃがいもの利点について考える。 ・栄養教諭から、じゃがいもを使う理由を聞く。 ・作りたいじゃがいも料理の作り方を調べる。 	◎	○		1人1台端末で、じゃがいもを使ったおかずの作り方を調べる。【ワークシート】【ペーパーテスト】
5・6	<ul style="list-style-type: none"> ○栄養バランスのとれたオリジナル給食の献立を考え、工夫することができる。 ・栄養のバランスのとれたオリジナル給食の献立をグループで考える。(じゃがいもを活用する) ・グループで考えた献立を発表し合い、献立を見直す。 	○	◎		ホワイトボードソフトを使用し、献立作成をする。【ワークシート】【ホワイトボード】
7	<ul style="list-style-type: none"> ○献立の中に取り入れたじゃがいも料理の調理計画を考え、工夫することができる。 ・調理計画を立てる。 ・調理計画の中に、おいしく調理するための工夫を記入する。 	○	◎		【ワークシート】【取組の様子】

8・9	○調理計画に基づき、じゃがいも料理を安全に調理したり、後片付けをしたりすることができる。 ・調理計画を確認し、安全に気を付けて調理する。 ・試食し、実践を繰り返す。	◎	○		1人1台端末で調理の様子を撮影し、自己評価に活用する。【取組の様子】【ポートフォリオ】
10	○家族のための1食分の献立を考える。 ・家族の好みや環境に配慮した調理となるように計画を立てる。(ホワイトボードソフトの活用)	○	◎	◎	【ワークシート】【ホワイトボード】
家庭実践					
11	○栄養を考えた1食分の献立についての課題解決に向けた一連の活動について振り返り、改善することができる。 ○家族とともに楽しく食べるためにマナーや食卓など食事の仕方について理解することができる。 ・家庭で実践したことを発表する。 ・「家族のための1食分の献立」の実践を評価する。 ・家族との食事をするために気を付けることを話し合う。 ・次の実践でやってみたいことを考える。	○	◎	↓	1人1台端末で家庭での実践の様子を撮影し、実践発表で活用する。【取組の様子】【ポートフォリオ】

5 ICTの効果的な活用について

本時では、主に1人1台端末でホワイトボードソフトを使用し、献立を工夫して作成する学習を行った。これまでも、献立作成の学習ではワークシートを用いて主食・主菜・副菜などの組み合わせを考え、それぞれの料理に含まれる食品を3つのグループに分けて栄養バランスを確認する活動を行ってきた。しかし、個人で考えた献立の良いところをクラス全体で即座に共有化することは難しかった。今回のように1人1台端末を活用することで、個人が考えた献立はクラウド上に保存され、リアルタイムで共有することができる。作成した献立を児童が互いに見合うことによって、献立を工夫する方法には様々な方法があることに気付くことができる。その気づきをクラス全体で共有することで、自分の献立を見直し修正することもできる。実際の話合い活動の場面においても、1人1台端末の画面を大型ディスプレイに投影しながら、どのように工夫したのかを具体的に説明し全体で共有することができた。

また、ホワイトボードソフトで使用できる付箋の色は豊富にあり、ピンク色の付箋は赤の仲間の食品、黄色の付箋は黄色の仲間の食品、黄緑色の付箋は緑の仲間の食品、水色の付箋はよりよい献立にするための工夫点、オレンジ色の付箋は友達の考えを聞いて修正した点などと色分けをして使用した。3つの食品のグループを色で分けることで、一目で栄養のバランスを確認することができる。また、主食・主菜・副菜に使用する食品の栄養バランスを確認し、全体の組み合わせを見て何度も試行錯誤しながら献立を立てていくことができた。オレンジ色の付箋では、全体の話し合いを受けて自分の献立を修正した点を入力することで、どのようにその児童が思考したのかを見取ることができた。

1人1台端末を使用して献立作成をすることで、個人で何度も試行錯誤しながら思考する時間を十分にとることができた。また、個人の考えを全体の場でもリアルタイムで共有化することで、個人と全体の考えを比較し、深めることに役立てることができた。



【本時で使用したホワイトボードソフトの画面】

【6の1④】 エリコさんの献立

背景を設定 フレームを消去 Jamboardで

エリコさんの朝食をよりよい献立にしよう!

副菜

ごま油 ほうれん草

にんじん もやし ごま

主菜(たまご料理)

たまご 油

ケチャップ コーン

ナムル 副菜 コーンチャップオムレツ 主菜(たまご料理) ヨーグルト 牛乳

主食

米 梅干し

みそ汁

みそ だいこん わかめ

煮干し

	黄	赤	みどり
料理名	炭水化物	タンパク質	糖質
主食	ごはん 米		
しる物		みそ	だいこん
主菜		たまご	
	あぶら		
副菜	色んな食材をつかう	サラダなどの野菜を副菜で作る	量を増やすといい

【本時のワークシート】

「こんだてを工夫して」③ 6年

めあて エリコさんの朝食をよりよい献立にチャレンジしてアドバイスしよう

1. 給食の献立(9月28日)とエリコさんの朝食の献立を比べよう

主菜(にくどうふ)

ぶた肉 どうふ

しょうが たまねぎ しらたき さとう 油

給食の献立

副菜(ごぼうサラダ)

みそ ほうれん草 きゅうり なたまめ たまねぎ さとう マヨネーズ ごまごまあぶら

エリコさんの朝食の献立

副菜

主菜(たまご料理)

たまご 油

その他 牛乳

あおさのみそ汁

みそ にんじん あおさ にんじん えのきたけ たまねぎ ねぎ

主食 米

こんだて	食品のグループ (多く含まれる栄養素)	主にエネルギーのもとになる食品		主に体を作るもとになる食品	主に体の調子を整えるもとになる食品
		炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質 (カルシウムなど)
主食	ご飯 米	○			
しる物	みそ汁 みそ			○	
	だいこん				○
主菜	たまご 油		○	○	

給食の献立とエリコさんの献立を比べて気がついたこと

- おかずが少ない
- 野菜があまりない
- 副菜がない
- 食材が少ない
- 緑の仲間が少ない
- 無機質が少ない
- 栄養バランスが少ない
- ばたない(色とりどり)
- 量が少ない

2. ジャムボードを見て、献立の工夫の仕方についてエリコさんにアドバイスしたいことをまとめよう。

自分	友達
<ul style="list-style-type: none"> ・野菜をたくさん食べた方がいい ・いろいろよくする ・赤・黄・緑をしっかりと食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・緑の仲間をたくさんいれよう (副菜に入れる) (みそ汁の量を増やす) (主菜の具を入れる) (主食にうめぼし) ・たくさん食べるように工夫する ・みそ汁に赤の仲間をいれよう