

学校名	小平市立花小金井小学校	実施年月日	平成16年11月24日
指導者	石橋幸子	授業コード	J-7

学年	6年	教科	家庭科
単元名	「まかせてねきょうの食事」		
単元の目標	<ul style="list-style-type: none"> ・日常の食事の仕方を見直し、よりよい食生活について考えて実践しようとする。 ・家族の好みや栄養のバランスを考えて、ごはんのみそ汁を中心に一食分の献立を工夫する。 ・日常の食事のしかたを見直し、よりよい食生活について考えて実践しようとする。 ・献立作りの条件や、家族といっしょに食事をする大切さを理解する。 		
単元の指導計画	第1次 食べ物の組み合わせを考えよう。 第2次 ごはんのみそ汁を作ろう 第3次 バランスのよい食事を考えよう・・・本時（2時間扱い） 第4次 楽しい食事を工夫しよう		
本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・献立の大切さがわかり、献立作成の条件を理解する。 ・食品や栄養のバランスを考えて一食分の献立を立てることができる。 		

本時の学習活動の展開

導入	1 家庭での食事作りで気をつけていることについて発表する。
展開	2 発表の中から共通することをまとめる。
	3 献立の必要性について話し合う。
	4 「ごはんのみそ汁、それに合うおかず」の献立の条件を考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・健康に生活できる食事を作ろう。 ・6つの基礎食品群から食品を偏りなく選ぼう。 ・家族の好きなおかずや味付けをしよう。 ・予算に合う献立にしよう。 ・季節の食品を使おう。 ・同じおかずが続かないようにしよう。
	5 6つの基礎食品群を思い出そう。(パソコン画面で食品を6種目に分ける http://www.niccr.go.jp/ingredients/food_Q.html)
	6 ごはんのみそ汁に合うおかずをグループで考える。
	7 グループで考えた献立を発表する。献立作りのポイントを説明する。
	まとめ

デジタルコンテンツの利用計画と利用趣旨	献立作りでの重要な要素の1つである栄養素について、視覚的に優れた教材を使いたい。5年生で学習したことであるが、普段はあまり意識していないので、食品を操作して6つの基礎食品群に分類することを通してその重要性をより強く感じさせたい。
---------------------	--