

家庭

小学校 第6学年

OS・ソフト等

- Windows
- SKYMENU Cloud

<単元・題材名等>

まかせてね 今日の食事

ねらい

家族の健康のために、栄養のバランスを考えた1食分の献立を立てることができる。

主なICTの活用方法

- ・ 作りたい献立の主食・主菜・副菜・汁物の画像を発表ノートに挿入する。
- ・ 栄養素の体内での働きによる分類を基に、食品の画像に黄・赤・緑の印を付ける。
- ・ 料理や食品の匂や色どりについての情報を得る。

ICTを通じて育成する資質・能力

- ・ 選んだ食品を正しく主食・主菜・副菜・汁物に判断して配置することができる。
- ・ 好みだけでなく、健康を意識した栄養のバランスの取れた献立を立てることができる。
- ・ 食品の準備や匂を考慮し、色どりや調理可能かどうかといった視点からも、献立を工夫することができる。

実践の概要

本題材は、児童が家庭の一員として、自分や家族の健康のために、日常生活の中の「食事」を見つめ、1食分の献立を立てる活動を通して、栄養のバランスを考えた食事について学ぶ。本時では、主食、主食に合う主菜、副菜、汁物の組み合わせを考えたり、それぞれの料理に含まれている食品に注目したりしながら、栄養のバランスを考え、家族のために献立を立てる。その際、ICT 端末を活用して、既習の匂の食品や地産地消など、様々な料理や食品の情報を得て、献立を検討していく。また、料理や食品の画像に印を付けて分類することで、栄養のバランスについて視覚的に確認できるようにする。こうして、ICT 端末を活用し、児童が様々な視点を大切にしながら家族の健康を考えた1食分の献立を立て、次時以降の食品準備や環境に配慮した調理や手順を計画する学習へとつなげる。

児童の学びの様子

- 主食、主食に合う主菜、副菜、汁物の組合せを考える際に、ICT 端末を利用することで、豊富なデータベースから、料理の組み合わせを考えることができた。
- 献立を検討する際に、既習内容である匂の食品や地産地消について、ICT 端末を用いて、さらに詳しく調べる姿があり、献立作成の視点を基に学習を深めていくことができた。
- 献立を検討した後、それぞれの料理の画像の上に、料理に含まれている食品についての栄養素(黄・赤・緑)の印を付けることで、栄養のバランスについて視覚的に確認し合う姿があった。



指導のポイント

- 児童の共有フォルダに献立作成に関わる複数の料理等のデータを保存しておくことで、児童が各自の視点に応じて、必要な料理を選び取り、組合せを考えることができるようにする。
- 全員のICT 端末の画面を大型提示装置に並べて映し出すことで、児童が互いの学習や進捗を確認し、仲間との交流に生かすことができるようにする。また、教師が一人一人の学習進捗を把握し、全体への指示や個に応じた対応を行う。