

【考え・基礎知識】

栄養のバランスがよい1食分の献立について説明することができる。

【つながり】

身近な食品や地域の食材を使った栄養のバランスがよい1食分の献立を考えたり、自分なりに工夫したりすることができる。

【応用・ひろがり】

地域の食材の中から栄養のバランスや季節などを考えた「◇◇ランチ」を考え、そのレシピを地域の人々に提案する。

◇ 学年 第6学年

◇ 題材名 工夫しようおいしい食事 ～「◇◇（地域名）ランチ」をつくろう～

◇ 題材の目標 ○1食分の食事のとり方に関心を持ち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。

○栄養のバランスのよい1食分の献立の立て方について理解し、自分なりに工夫することができる。

◇ 題材の計画（全12時間）

学習活動	時数	指導上の留意事項
<p>課題の設定（1）</p> <p>○地域の特産物を広めるための案を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・県内の人々に、特産物を食べてもらうためにはどのような方法が考えられるか、意見を交流する。 ・地域の特産物を食べて、そのおいしさを知ってもらうためにふれあいフェスティバルで「◇◇（地域名）ランチ」を試食してもらうという課題を設定する。 	1	<p>★役場の産業課の方々の話から、トマトやこんにやく（特産物）の生産量は広島県1位であるけれど、あまり知られておらず、また、生産量が減ってきていることを知る。生産量広島県1位を維持するためにも特産物のすばらしいところを広めてほしいという依頼を受け、児童に「期待に応えたい」、「挑戦してみたい」という気持ちを持たせることが考えられる。</p> <p>★社会見学や家庭科の時間で地域の特産物に関する体験や見学、ゲストティーチャーの話などを通して、事前に特産物に対して、興味・関心を高めておくことが大切である。</p>
<p>情報の収集（3）</p> <p>○「◇◇（地域名）ランチ」の創作に向けた情報を収集する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「◇◇（地域名）ランチ（1食分の献立）」を考え、広めることに向けて、学習計画を立てる。 ・地域の特産物の栄養や色合い等の料理への生かし方を調べる。 ・「◇◇（地域名）ランチ」の献立を考える。 	1 1 1	<p>○地域の広報紙、お弁当屋さん、家庭及び特産物を生産されている方々にインタビューをし意欲的に取り組ませる。</p>
<p>整理・分析（4）</p> <p>○おかずを考える観点（栄養のバランス、色合い、調理時間、地域の特産物）を基に、「◇◇（地域名）ランチ」を改善する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「◇◇（地域名）ランチ」を試作する計画を立てる。 ・「◇◇（地域名）ランチ」を試作する。 ・試作した「◇◇（地域名）ランチ」について、良い点、改善すべき点について話し合う。 <p>プレゼンテーション → 班活動</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・A班のおかずは、栄養のバランスはとれているけれど、色合いがあまり良くないから、○○を加えました。 ・B班のおかずは、食品の数が多いので調理に時間がかから減らしました。 </div>	1 2 1	<p>○栄養教諭が専門的な立場からより良い「◇◇（地域名）ランチ」に向けて、食品や調理方法を変えるなどのアドバイスをすることで、これまで気付かなかったことに気付かせる。</p>
<p>まとめ・創造・表現（2）</p> <p>○改善した「◇◇（地域名）ランチ」のレシピを作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・観点に基づいて改善した献立のレシピを作る。 	2	<p>★児童同士が教え合い学び合って、学んだ知識をつなげて新たな知識を生み出したりする場を設定することが大切である。</p> <p>○レシピを作る際には、自分達の考えた「◇◇（地域名）ランチ」をよりよくし、多くの人に広めるプロジェクトの最終段階であることを意識させる。</p>
<p>実行、振り返り（2）</p> <p>○「◇◇（地域名）ランチ」のレシピを紹介する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ふれあいフェスティバルで「◇◇（地域名）ランチ」のレシピを紹介する。 <p>○これまでの活動を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域の特産物を活かし、栄養を考えた食事や調理に関することについて話し合う。 	1 1	<p>★フェスティバルの参加者からの意見・反応を聞き、新たな視点や改善点を見付けさせることが大切である。</p> <p>○日常生活で活用させるようにすることも考えさせる。</p>