


第5学年4組 家庭科 「食べて元気に」

<p>学習活動・予想される児童の反応</p>	<p>本時見られた深く学び続ける子どもの姿</p>								
<p>1 給食の献立を考える時に大切にしていることを振り返り、本時のめあてをつかむ。</p> <p>・五大栄養素を考えて献立を作っているんだな。 ・旬のものは栄養がいつもより高いから、使うことが多いんだな。 ・色どりを整えると食欲がわくから、給食でもいろんな実が使われているんだな。</p>	<p>○ 前時までの学習を振り返ることで、本時の学習活動をとらえ、意欲を持って取り組もうとする姿が見られた。</p>								
<p>三国小のみんなが食べたくなる「冬の元気みそ汁」の実の取り方を考えよう。</p>	<p>○ 栄養教諭からの話を聞くことで、自分の作りたいみそ汁の実の組み合わせを想起する姿や発言が見られた。</p>								
<p>2 みそ汁以外の給食の献立を確かめ「冬の元気みそ汁レシピ」の、実の組み合わせを考える。</p> <p>○ 「冬の元気みそ汁」を出す日の献立とその栄養素や旬のもの、色どりを確かめる。 ○ 栄養バランス、旬、色どりを選択し「冬の元気みそ汁」の実の組み合わせを考える。</p>	<p>○ 内容をそれぞれで決め、自分と同じ内容の友達と話し合う姿（資料1）や、栄養教諭に聞いて学びを深める姿（資料2）が見られた。</p>								
<p style="text-align: center;"><b>【内容選択】</b></p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 10%; text-align: center;">根拠</td> <td style="width: 30%;">今の献立だとビタミンが足りないから、みそ汁でバランスがとれるようにしたい。</td> <td style="width: 30%;">冬の元気みそ汁だから冬が旬の白菜を使ったみそ汁にすると食べたくなる。</td> <td style="width: 30%;">今の献立だと色どりが足りないから人参やかぼちゃを入れて食べたくないようにしよう。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">内容</td> <td style="text-align: center;">栄養バランス</td> <td style="text-align: center;">旬</td> <td style="text-align: center;">色どり</td> </tr> </table>	根拠	今の献立だとビタミンが足りないから、みそ汁でバランスがとれるようにしたい。	冬の元気みそ汁だから冬が旬の白菜を使ったみそ汁にすると食べたくなる。	今の献立だと色どりが足りないから人参やかぼちゃを入れて食べたくないようにしよう。	内容	栄養バランス	旬	色どり	<p>○ 内容をそれぞれで決め、自分と同じ内容の友達と話し合う姿（資料1）や、栄養教諭に聞いて学びを深める姿（資料2）が見られた。</p>
根拠	今の献立だとビタミンが足りないから、みそ汁でバランスがとれるようにしたい。	冬の元気みそ汁だから冬が旬の白菜を使ったみそ汁にすると食べたくなる。	今の献立だと色どりが足りないから人参やかぼちゃを入れて食べたくないようにしよう。						
内容	栄養バランス	旬	色どり						
<p><b>【個別と協働の一体的充実】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分と同じ内容を選んだ友達とやりとりをして、内容に合った実の組み合わせになっているか確かめる。</li> <li>栄養教諭に旬の実を聞いて、個別で調べ直す。</li> </ul>									
<p>3 自分が考えた実の組み合わせと理由を全体交流する。</p>	<p>【資料1 主体的に話し合う姿】 【資料2 学びを深める姿】</p>								
<p>どんなみそ汁にしたいですか。</p> <p>冬を感じるみそ汁 → 旬を選びます。</p> <p>選んだ実の理由</p> <p>入れた実 にんじん 白菜 れんこん</p> <p>白菜とれんこんは冬の野菜で栄養がたくさん入っていて、冬を感じるので選びました。友達から「にんじんを入れると旬のものだし、色どりもよくなる」と教えてもらったので、にんじんもいれました。</p>	<p>○ みそ汁の実の組み合わせを考える前に内容選択の場を設定したことで、内容にあった実の組み合わせを考えることができた。また、友達や教師と話し合ったり、自分で調べたりすることで、実の組み合わせをどうしたいのかという考えが定まり、ワークシート（資料3）に表現することができた。</p>								
<p>4 学習を振り返る。</p> <p>・私は旬を選びました。旬のものでにんじんと白菜とれんこんを組み合わせることにしました。友達から「それだと、色どりや栄養バランスもよくなるね」と言われて「冬の元気みそ汁」にぴったりになりました。</p>	<p>食べて元気に</p> <p>どんなみそ汁にしたいですか。</p> <p>あったかくなる味噌汁 → 栄養バランスをえらびます。</p> <p>入れた実 ごぼう じゃがいも 白菜 ねぎ 豚肉</p> <p>選んだ実の理由 白菜やゴボウ、ねぎはビタミン、豚肉はおもに、タンパク質があるので選びました。他にも、ゴボウや小松菜を選んだ理由は冬の旬の食材で体を温めると聞いてあったかくなれると思ったからです。じゃがいもやお肉には、彩りが増えるし、みんなが食べたくなるかなと思い、選びました。</p> <p>選んだ実の理由 ニンジン、小松菜、レンコンはすべて冬の食材だからです。あとにんじんは、オレンジ色で冬、小松菜は緑で、あと人参と小松菜はビタミンが豊富に含まれていてさらに、今その季節が食べられている旬の食材でみんなが食べていないのでこのよきよきを選び、さらにれんこんはよくみそ汁などに使われている豆類に似た白色なのでそれにレンコンはシャキシャキしていて触感的にも楽しめると思ったからです。</p>								
<p>○ 単元のゴールを「三国小のみんなが食べたくなる『冬の元気みそ汁』の実の取り方を考えよう。」と具体的に設定したことで、子どもの意欲につながり、学習の見通しをもって活動に取り組むことができた。</p> <p>△ 観点ごとに考えさせたが、仲の良い友達同士の話し合いに偏り、考えの広がりには課題が残った。今後は席を移動するなど、交流の仕方を工夫していきたい。</p>	<p>【資料3 実の組み合わせを考えたワークシート】</p>								