

技術・家庭科 学習指導案

平成27年12月4日(金) 第3校時
第1学年7組 34名 被服室
授業者 教諭 ○○ ○○

1 題材名 「食材にこだわる」
家庭分野 B 食生活と自立(2)アウ【6時間扱い】

2 題材設定の理由

(1) 生徒観

とても明るく元気のよい生徒たちである。授業での挙手は活発であり、様々な活動にも積極的に取り組む姿が見られる。生徒同士の話し合い活動により、主体的な問題解決を行うことができる。

事前の実態調査の中で「実際に食品を購入するとき、決め手となるものは何ですか?」という質問に対して「価格」と答えた生徒が全体の約6割と最も多く、次に「味」と答えた生徒が約3割、「添加物」や「原材料」と答えた生徒が約1割であった。また、「商品の購入の際に表示を見ますか?」という質問に対して、約5割の生徒は「見る」と答えたが、実際には「賞味期限」だけしか見ていなかった。多面的に日常生活と関連付け、用途に応じた食品選択をするための視点が乏しいとともに、健康的な食生活を工夫しようとする意識は薄い。

(2) 題材観

人間が生きていく上で最も基本となるのは「食生活」である。特に中学生のこの時期は、身体の成長が盛んで活動が活発な時期であり、健康的な生活を送り、丈夫な体をつくるうえで大切な時期にあたる。また、将来にわたって健康的な生活を送っていく基盤を作る時期でもあるとも言える。健康で丈夫な身体をつくるためには、小学校で学んできた「日常の食事と調理の基礎」を更に発展させることが必要である。

近年、様々な食品が溢れており、多面的な視点から食品の良否を見分け、選択できる力が求められている。本題材では生徒にとって身近な食品を扱い、食事が自身の体に与える影響の大きさ、諸条件を考えた食品選択の大切さについて理解し、外観や表示などから良否を見分け、用途に応じた選択ができる力を育てていきたい。

(3) 指導観

自分の生活を振り返り、健康的な食生活の大切さに気が付かせるとともに、課題を発見させ、少しでも努力して改善していくことで、これからの将来の生活は大きく変わってくる。その価値に気付かせることができれば、更に意欲が増し、様々な場面でより深い学びが広がっていくであろうと考える。自分の体に入ってくる食物に対しての意識を高め、ただ何となく食生活を送るのではなく、主体的に食物を考えて選んでいく意識を高めていきたい。健康的な食生活を送るための理想と現実が異なった場合こそ、自分の生活の中で工夫する力が問われる。問題をしっかりととらえて考えさせ、問題解決できる力を高め、学んだことを実践していく力につながるよう、指導していきたい。

3 題材の目標

- ・食品の栄養的特質に関心を持ち、中学生の1日に必要な食品の種類と概量を把握することができる。
- ・食品の品質を外観や表示などから見分け、用途に応じた選択ができる。

4 題材の評価規準

生活や技術への 関心・意欲・態度	生活を 工夫し創造する能力	生活の技能	生活や技術についての 知識・理解
食品の選び方について関心をもって学習活動に取り組む、食生活をよりよくしようとしている。	食品の選び方について課題を見付け、その解決を目指して工夫している。	食品の選び方に関する基礎的・基本的な技術を身に付けている。	食品の選び方について理解し、基礎的・基本的な知識を身に付けている。

5 指導計画及び評価計画

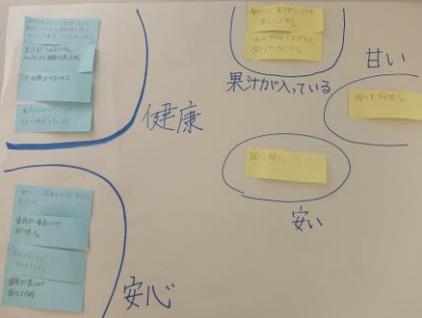
時間	指導計画	評価計画			
	○ねらい ・学習活動	◇評価規準 <学習指導に関わる項目及び事項・評価方法>			
		生活や技術への 関心・意欲・態度	生活を工夫し創造する能力	生活の技能	生活や技術についての 知識・理解
1 2	○中学生の一日に必要な食品の種類と概量がわかる。 ・具体的な食品をもとに栄養的特質について理解する。 ・身近な食品を6つの基礎食品群に分類する。	◇食品の栄養的特質や中学生に必要な食品の種類と概量に関心をもって取り組もうとしている。 〈(2)ア・ 行動観察・ワークシート 〉			◇食品の栄養的特質について理解している。〈(2)ア・ ペーパーテスト 〉 ◇食品群別摂取量の目安について理解している。 〈(2)ア・ ペーパーテスト 〉
3	○食品について知り、生鮮食品とは何かを理解し、選び方が分かる。 ・生鮮食品の表示や実物を通して品質や鮮度の見分け方を知る。 ・旬の特徴や代表的な食べ物を知る。				◇生鮮食品の品質や表示の意味、選択の観点を理解している。〈(2)ウ・ ペーパーテスト 〉
4 5	○食品加工の目的と食品保存の原理がわかり、食品選択に必要な情報を整理することができる。 ・実物をもとに加工食品の種類や表示の見方を理解する。 ・加工食品の表示調べを通して食品添加物の理解とともに、食品選択に必要な情報を整理する。			◇加工食品を選択するために必要な情報を収集・整理することができる。 〈(2)ウ・ ワークシート 〉	◇加工食品の種類について理解し、その食品にあった保存方法を理解している。〈(2)ウ・ ワークシート 〉 ◇加工食品の品質や表示の意味について理解している。〈(2)ウ・ ペーパーテスト 〉
6 (本時)	○日常生活と関連付け、収集・整理した情報を活用した加工食品の選択ができる。 ・身近な具体物をもとに用途に応じた食品選択を行う際の視点や優先順位について考える。 ・収集・整理した情報を活用して用途に応じた適切な食品選択を行う。		◇収集・整理した情報を活用して用途に応じた加工食品の選択ができる。〈(2)ウ・ 行動観察・ワークシート 〉		

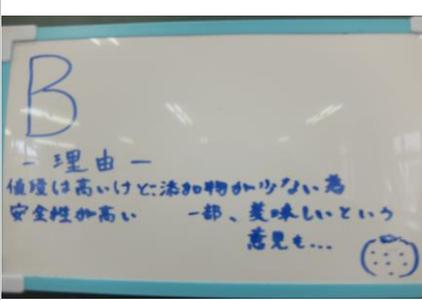
6 本時の学習 (6/6 時間)

(1) 本時の目標

日常生活と関連付け、収集・整理した情報を活用して用途に応じた加工食品の選択ができる。(工夫・創造)

(2) 展開

学習内容	生徒の活動	時間 (分)	教師の働きかけ	評価と指導の工夫 ◆評価規準 (評価の観点) (評価方法) ◎十分満足できる状況 ○おおむね満足できる状況 ▼努力を要する生徒への手立て	教材 教具
前時の振り返り 学習課題の設定	○前回の授業の内容を振り返る。 ○学習課題を確認する。	2	・前時で書いた加工食品の表示調べのまとめを提示する。		・前時のワークシート
学習課題：加工食品の情報から、健康的な食生活を送るためのジュースを選ぼう					
学習課題への意欲づけ 課題解決のための作業	○3種類のジュースを観察したり、試飲したりして、自分が購入したいと思うジュースを一つ選びワークシートに記入する。 ○加工食品の選択の視点をもとに補助資料を用いて表示の情報を整理する。	7 12	・3種類のオレンジジュース (A果汁40%、B果汁100%、C無果汁)を何の情報もないまま試飲させ、見た目や味などから、選んだ理由を自由に書かせる。 ・加工食品の選択の視点をもとに、ジュースの表示から情報を読み取り、用途に応じた選択に活用できるように整理させる。		・ワークシート ・ジュース ・紙コップ ・提示資料 ・PC ・大型テレビ ・補助資料
<p>《加工食品の選択の視点》</p> <ul style="list-style-type: none"> ■原材料・食品添加物 (身体への影響など) ■栄養成分 (カロリーなど) ■賞味期限や保存方法 (管理のしやすさ、使用時期など) ■価格 (果汁が含まれる割合が低いと安い、同価格で量が増えるなど) 					
課題解決	<p>★個人による思考</p> <p>○自分の考えをふせん紙に記入し、整理する。 3色のふせん紙 (A黄、B青、C緑) に自分が選んだ理由を記入する。</p> <p>★小集団による思考 (KJ法)</p> <p>○台紙に自分の考えを記したふせん紙を貼る。班ごとに、自分が選んだ商品、選ぶときに大切に考えた考えを班員に説明する。</p>	4 14	<p>・収集・整理した情報をもとに、試飲したジュースの健康的な食生活への生かし方について考えさせる。</p> <p>・個人の思考をしっかりとさせるため、静かに考え記入させる。</p> <p>・自分が選ぶときに大切に考えた考えを選択の視点と関わらせて説明させる。</p> <p>・自分と異なる考えも受け入れ、他者の考えと自分の考えを比較しながら、一層自分の考えを深めるよう助言する。</p> <p>・新たに気が付いたことや気になったことをワークシートに記述させる。</p>		・ふせん紙 ・マジック ・台紙
<p>〈予想される生徒の反応例：「グループ」・ふせん紙内容〉</p> <p>A 「管理」・管理が一番しやすいうえに、果汁「健康」も40%含まれているから</p> <p>B 「健康」・添加物が少ないから ・果汁100%だから 「安心」・値段が高いけど安心できるから</p> <p>C 「味」・炭酸がおいしいから 「健康」・炭酸でリフレッシュできる など</p>					
					
<p>○選択の視点と関わらせながら、ふせん紙に書いた考えをグループ化し、考えを整理しながらどのように生かすことができるか小集団で考える。</p> <p>・班の中で出た考えを選択の視点と関わらせながら、整理し、どのジュースが一番健康的な食生活に生かすことができるかを話し合わせる。</p>					

<p><予想される生徒の反応例：ホワイトボード> A：管理がしやすいし、果汁も入っているから。 3つの中では一番賞味期限が長くて買い置きに適しているから。 B：値段は高いけど、みかん本来の栄養が一番とれるから。添加物が一番少ないから。 C：爽快感が味わえるし、本物のミカンが苦手な人でも飲めるかもしれないから。 など</p>	<p>4</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・ホワイトボード ・ペン
<p>自己決定</p>	<p>4</p> <p>★小集団の思考を全体で共有 ・各班で話し合った結果を全体で発表し、考えを共有する。</p> <p>★再度、個人による思考 ○それぞれの最初に試飲したジュースのうち、どのジュースを最終的に選ぶか、友達の見解も参考にしながら自分の考えをワークシートにまとめる。</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ・選ぶ決め手となった考えを選択の視点と関わらせてホワイトボードに記入させる。 ・最初に選んだものと同じジュースを選んだ場合でも、その理由や選択の視点に関する変化を書くように指導する。 	<p>◇収集・整理した情報を活用して用途に応じた加工食品の選択ができる。 (工夫・創造) {観察、ワークシート} ◎収集・整理した情報を基に、多面的に日常生活と関連付けて、選択の視点と関わらせた加工食品の選択ができる。</p>	
<p>まとめ</p>	<p>○本時の活動の振り返りを行い、加工食品を選ぶ際には様々な選択の視点があることを確認する。</p> <p>○本時の学習から今後の生活で生かしていけそうなことを自分の言葉でまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食品添加物を全くとらないで済む生活は今日難しいとともに、添加物の効果や必要性についても理解させる。 ・加工食品の良否を多面的に見分け、用途に応じた選択が健康的な生活につながるということを振り返らせる。 ・生徒が選択した条件や理由をもとに、実生活につなげられる助言をする。 	<p>○収集・整理した情報を基に、日常生活と関連付けて、自分なりの加工食品の選択ができる。</p> <p>▼具体的な日常生活での例を示し、加工食品の選択の視点との関わりについて考えさせる。</p>	

(3) 板書計画

加工食品の情報から、健康的な食生活を送るためのジュースを選ぼう

価格	B>A>C
食品添加物	C>A>B

自分なりに整理してみよう！

A 果汁 40%	B 理由 果汁100%より少ない 値段も高くて飲みにくい	B 理由 果汁100%より少ない 値段も高くて飲みにくい
B 果汁 100%	B 果汁100%で オレンジのあの味を 飲みたい	果汁100%で 体にいい!!
C 果汁 0%	A キーワード 値段・味の 字が0% 添加物0%	Bには理由 添加物は体に悪 →添加物0%のジュースはいい から、体にいいよ。添加物の味は 飲めなくて、健康第一
	B 添加物0%で、値段も安いから、飲みやすい。	A

【表示】

1年 組 氏名 (赤字斜体文字: 生徒記入例)

A

品名 : 40%混合果汁入り飲料
 原材料名: 果実(オレンジ、マンダリンオレンジ)、糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、酸味料、香料、ビタミンC
 内容量 : 430ml
 栄養成分表示(100mlあたり): エネルギー44kcal ※その他省略
 賞味期限: 16. 8.30
 保存方法: 直射日光を避けて保管ください。

B

品名 : オレンジジュース(濃縮還元)
 原材料名: オレンジ(バレンシア)・ビタミンC・香料
 内容量 : 330ml
 栄養成分表示(100mlあたり): エネルギー51kcal ※その他省略
 賞味期限: 16. 7.8
 保存方法: 直射日光や高温多湿の場所を避けて保存してください。

C

品名 : 炭酸飲料
 原材料名: 果糖ぶどう糖液糖、オレンジ味入、香料、酸味料、ビタミンC、加齢色素、甘味料(アスパルテーム)
 内容量 : 1500ml
 栄養成分表示(100mlあたり): エネルギー46kcal ※その他省略
 賞味期限: 16.4.22
 保存方法: 高温、直射日光や高温多湿の場所をさけてください。

例えば

(赤字斜体文字: 生徒記入例)

●価格

高い

B

>

A

>

C

安い

●食品添加物

多い

C

>

A

>

B

少ない

自分なりに整理してみよう!

●エネルギー高い**B**

>

C

>

A低い

食品の選び方

(青字斜体文字：ワークシートの記入意図等)
1年 組 氏名 (赤字斜体文字：生徒記入例)

* あなたはどのように食品（今回はジュース）を選びますか？

- ・ A. B. C 3種類のジュースを飲んで、どれを買いたいか、一つを選んでください。

メモ（気が付いたことなど）

A さっぱりしている、色が薄い

B Aより濃い、後味さっぱり

C 炭酸

私が選んだのはコレ！！

A

理由
とてもあっさりしていておいしかったから。

授業の初めに自分がどのような基準で選んでいるか、簡単でよいので必ず理由を書かせる。最終的な選択理由と比較することで学習指導法の評価につながるだけでなく、生徒自身にも比較させることで本時の学びの成果を実感させることができる。

みんなの意見を聞いて
気が付いたこと・気になったこと

A

賞味期限が一番長いし、保存がしやすい

飲みやすいけど果汁が40%は入ってる（無果汁より体にいい？）

B

添加物が一番少ない

みかんそのままの味

本物のみかんの栄養が一番近い

理由

本物のみかんが苦手な人でも飲める？

小集団による思考や全体での共有時に、新たに気が付いたことや気になったこと自分なりの思考の深まり・広がりを書き記述させる。

はじめは「 **A** 」を選び、最終的に「 **B** 」を選びました。
選ぶときに大切にしたい視点は… 将来的な安全性、健康に良いかどうかです。

理由は
Bはみかん本来の栄養が一番とれるし、添加物が一番少ないからです。でも、カロリーが高いので量を考えて飲まない健康によくないかもしれません。

協働的な問題解決を通して得た、最終的な自分の考えを記述させる。補助資料の情報や選択の視点と関わらせて用途に応じた選択ができているか、上記の気付き等とともに総合的に評価する。

今後の生活で生かしてきたいことは…

- ・ 安くてもおいしくても、ちゃんと表示の情報を理解して、健康を考えて食べたり飲んだりする量や回数を決めて行動したいです。

授業前の行動を振り返り、自分なりの課題を見つけ、今後の生活に生かしていけることを記述させ、実践的な態度へとつなげる。継続的な取組として行い、生徒の変容を学習指導にも活用する。

自己評価

<どうしてそう思ったのかな？>

- ①選ぶときのポイントが分かった。 A **B** C ⇒ (日常生活の具体的な例に応じた表示の情報の生かし方がわかったから)
- ②様々な視点から考えることができた。 A B **C** ⇒ (言われるとわかるけど、まだ自分自身で気が付いて考えられていないから)
- ③生活に生かしているとおもった。 A **B** C ⇒ (普段から食品の選択時に表示を見て、その特徴から生かし方を考えられれば②もできるようになるから)

自己評価がCの生徒には、何がつまづきとなっているのかを把握し、個別の支援につなげる。