

高等部 第2学年家庭科2グループ 学習指導案

日時：令和5年10月30日（月）10：30～11：20

場所：高等部校舎2年3組教室

指導者：小棚木明子

1 題材名 「元気なからだをつくる食事」

2 目標

- (1) 五大栄養素とその働きについて基本的な知識を得る。 知 技
- (2) 健康によい食習慣について考えたことを基に、食品を選択し、弁当の献立を考える。 思 判 表
- (3) 調理をとおして、栄養バランスのよい食事についての意識を高め、より健康的な食生活をしようとする。 学 人

3 生徒と題材について

(1) 生徒観

男子1名、女子3名、計4名の学習グループである。食に関する興味・関心が高く、これまでの学習や日常生活での経験から、栄養バランスやよい食習慣についての知識があり、一日3食食べることや好き嫌いなく食べることの大切さなどを説明することができる。生徒だけでの話合いや互いに質問し合う活動は難しいが、教師が聞き取りをするなど仲介をすることで、それぞれが意見を述べるができる。また、互いの意見や考え、経験などを聞き、感想を言ったり、自分の考えに取り入れたりして学び合うことができるグループである。

(2) 題材観

本題材は、特別支援学校学習指導要領（高等学校）家庭科、1段階B「衣食住の生活」ア 食事の役割、イ 日常食の調理にあたる内容を学ぶ。

健康な生活とは何かを考え、五大栄養素についての知識を得、バランスのよい食事にするための問題点を見出し、献立を考えることで自分の食生活をより豊かにすることを目標としている。生徒は4名とも、理想的な食生活のイメージはあるが、食品に含まれる栄養素やその働きについての知識は部分的であり、バランスがよいとされる食事の根拠を具体的に示すことが難しい。また、自分で惣菜や弁当を購入する機会や、栄養面を意識して食事を作る経験も少ない。そこで、余暇の充実や卒業後の生活を見据え、より健康的な食生活を送ることができるようにこの題材を設定した。

(3) 指導観

五大栄養素の知識を得るために

- ・五大栄養素の分類表を常時、掲示する。
- ・食品を五大栄養素に分類する活動を繰り返し設定する。

具体的に献立を考えることができるように

- ・食品の組み合わせを知るために、給食の献立を五大栄養素に分類する。
- ・実際に市販されている弁当を提示する。
- ・食品の写真カードを準備し、食品を入れ替えながら考えられるように、タブレット型端末を使用する。

健康的な食生活を送る気持ちを高めるために

- ・自分たちで考えた献立の弁当を調理する機会を設ける。

4 指導計画（総時数 18 時間）

段階 (時数)	各段階の目標（ねらい）	学習活動 (ICTの活用)	評価の観点			評価規準
			知 技	思 判 表	態 度	
Ⅰ期 .. 栄養素について知ろう (9)	<ul style="list-style-type: none"> 健康と食事の役割について知る。 五大栄養素とその役割、具体的な食品について知る。 分かったこと、考えたことを掲示物にまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> 食事の役割について自分の考えを書く。 五大栄養素とその役割が分かり、食品を分類する。 献立から得られる栄養を考える。 <u>分かったことをタブレット型端末を活用してまとめ、掲示物を作成する。</u> 	○ ○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	<ul style="list-style-type: none"> 食事を摂ることの意義について具体的に書いている。 五大栄養素の名称を覚えて書いたり、選択して書いたりしている。 献立から摂ることができる栄養素に気付いている。 分かったことや興味をもったことについて書いている。 友達と協力して掲示物を制作している。
Ⅱ期 .. 弁当の献立を考えよう (6) (本時4/6)	<ul style="list-style-type: none"> 栄養素を考慮して弁当の献立を考える。 考えた弁当の献立を紹介し合い、よいところを学び合う。 自分の考えた弁当をタブレット型端末を活用してまとめ、友達に紹介する。 (本時4/6) 	<ul style="list-style-type: none"> 弁当の実物を参考にして、献立を考える。 栄養バランスチェック表を活用して、考えた献立の栄養バランスを確認する。 <u>献立や食品を選択した理由を友達に説明する。</u> <u>友達の考えた献立のよいところを発表し合う。</u> <u>自分が考えた献立やその理由などを掲示物にまとめ、高等部の生徒に好きな弁当に投票してもらって意見を聞く。</u> 	○ ○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	<ul style="list-style-type: none"> 五大栄養素を根拠に説明できる。 理由を明確に述べている。 栄養バランスを考えて献立を考えている。 五大栄養素を根拠に説明できる。 よいアイデアについて具体的に話している。 正しい情報を伝えている。 適切な文字の大きさや色、イラストの配置など、見えやすさを考えて掲示物を制作している。
Ⅲ期 .. 弁当を作ろう (3)	<ul style="list-style-type: none"> 投票数が多かった弁当を作る。 栄養バランスのよい献立のポイントをまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> Ⅱ期で掲示した献立紹介で、投票数が多かった献立の弁当を作り、試食する。 試食した感想を発表し、栄養バランスのよい献立のポイントを挙げる。 	○ ○	○ ○	○ ○	<ul style="list-style-type: none"> 献立どおりに調理できる。 友達と協力して調理している。 試食した感想を具体的に書いたり話したりしている。 作った弁当を基にバランスのよい献立のポイントを話している。

5 本時の計画

(1) 本時の目標

- ・ 献立を紹介したり、五大栄養素を基に自分の意見を伝えたりする。

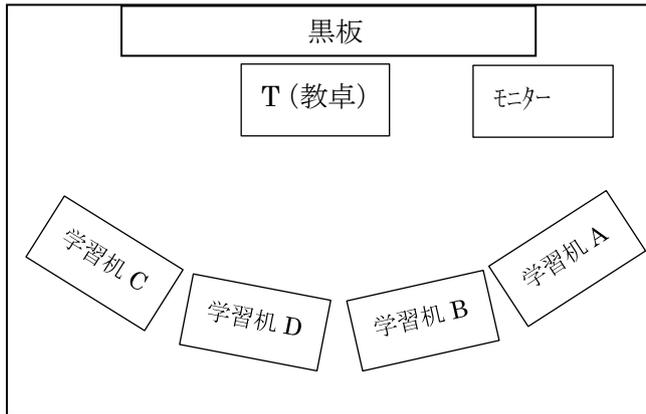
(2) 個別の目標 (評価：A達成できた Bおおむね達成できた C支援、手立ての改善がある)

生徒名	本時の主たる目標 (期待する具体的な学びの姿)	評価
A	・ 栄養素のバランスを根拠に、友達の前立のよい点や改善点を伝える。	
B	・ 栄養素のバランスを根拠に、友達の前立のよい点や改善点を伝える。	
C	・ 献立を立てた理由を栄養素の視点を入れて説明する。友達の前立のよい点を見つけて簡単な言葉で伝える。	
D	・ 献立を立てた理由を栄養素の視点を入れて説明する。友達の前立のよい点や自分の意見との類似点を見つけて簡単な言葉で伝える。	

(3) 展開

分	学習活動	本時の指導上の留意点 (ICTの活用に関する留意点)	準備物
5	<p>1 本時の目標を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学習計画を確認する。 ・ 本時の目標を考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 前時までの学習内容を想起できるように、学習計画表を提示する。 ・ 学習への意欲をもてるように、前時を踏まえた本時の活動について問い掛ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学習画表 ・ ワークシート ・ モニター ・ PC ・ タブレット型端末
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈目標〉 弁当のこんだてを友達に紹介し、友達のこんだてのよいところや気付いたことを伝えよう。</p> </div>		
30	<p>2 考えた献立を紹介する。 (C、D)</p> <p>3 紹介された献立について、自分の意見を伝える。</p> <p>※ 2 と 3 の活動を繰り返す</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ <u>情報を共有できるように、生徒それぞれの献立をモニターに映す。</u> ・ 選んだ献立やその理由を伝えられるように、発表シートを準備する。 ・ 五大栄養素を基にした感想が書けるように、書く視点について問い掛ける。 ・ 具体的に感想が書けるように、どこがよかったのかなどを必要に応じて問い掛ける。 ・ <u>学習支援アプリの共有ノートで感想やアドバイスを書き込み、情報を共有する。</u> ・ (C、D) <u>スムーズに書き込むことができるように、穴埋め式の感想カードをいくつか掲示する。必要に応じて選択し、タブレット型端末のカメラ機能で撮影できるようにする。</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ・ モニター ・ PC ・ タブレット型端末 ・ 栄養素表
15	<p>5 振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ワークシートに振り返りを記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 本時の学びを確認できるように、振り返りの視点を提示する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈振り返りの視点〉 友達が書いたコメントや友達とのやりとりから、これからの生活に生かしたいこと</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 次時の目標をもてるように、A、Bが献立を紹介することを伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ワークシート

(4) 配置図や教材



板書計画

10/30 (月) 元気なからだをつくる食事

目標 弁当のこんだてを友達に紹介し、友達のこんだてのよいところや気付いたことを伝えよう。

振り返り

- ・友達が書いたコメントや友達とのやりとりから、これからの生活に生かしたいこと

題材の学習計画

五大栄養素の表

(5) 評価規準

- ・弁当の献立とそれを選んだ理由を友達に伝え、五大栄養素の視点で感想や意見を言うことができたか。