

指導者 島田 百恵
場 所 家庭科室

1 題材名 献立作りと食品の選択

2 目標

- 日常食の献立と食品の選び方について関心をもって学習活動に取り組み、食生活をよりよくしようとしている。
(生活や技術への関心・意欲・態度)
- 日常食の献立と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。
(生活を工夫し創造する能力)
- 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ます。
(生活の技能)
- 日常食の献立と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ます。
(生活や技術についての知識・理解)

3 指導にあたって

本題材は、これまでに学習した「食生活と栄養」をもとに、日常多く用いられている食品の品質を、外観や表示などから見分けることができるようになるとともに、日常生活に関連付け、用途に応じた食品の選択ができるようになりますことを主なねらいとしている。

近年、多くの家庭が共働きであり、子どもたちは塾に通うなど、大人も子供も毎日の生活が忙しく、家庭生活は簡単・便利・時間短縮などが重要視されている。食生活においても同様の傾向にあり、様々な加工食品が販売され、それらを利用することですますます手軽で便利になっている。その半面、消費者は食の生産や調理場面から遠ざかり、食品の原材料や食品添加物、調理過程などへの関心が低くなり、それらの知識が乏しくなってきていている。さらに、食品表示の偽装、食品添加物や遺伝子組み換え食品の安全性、食中毒など食に関する社会問題が後を絶たず、消費者は安全な食品を選択するための知識や判断力を付ける必要がある。

中学生が食の学習を通して、自分の食生活を見直し、正しい知識を身に付け、判断し、行動していくことは、成長期の体を作るだけにとどまらず、生涯にわたり健康的な生活を送るための基礎を作ることになる。豊かな食材に恵まれつつも食をめぐる環境や安全性に不安が高まる現代においては、一人一人の生徒が食生活に関心をもち、自ら主体的に課題を解決していくための能力を育てることが必要であると考え本題材を設定した。

(平成*年*月*日 第1学年*組 *人実施)

1 あなたは自分で食品を購入したことがありますか。

ある *人 ない *人

2 あると答えた人に聞きます。それは、何ですか。

お菓子、アイス、菓子・惣菜パン、飲み物、デザート、おにぎり、お弁当、野菜、卵、肉、魚など

3 あなたは食品を購入するときにどのように気をつけますか。(複数回答)

味 *人 値段 *人 賞味・消費期限 *人 量 *人 鮮度 *人

産地 *人 原材料 *人 カロリー *人 食品添加物 *人

4 あなたが食に関する問題で関心があることは何ですか。

食品偽装 *人 食糧自給率 *人 食品添加物 *人

食の安全性 *人 食品の農薬問題 *人 遺伝子組み換え食品 *人

本学級の生徒は授業中も自分の食生活を振り返り、意欲的に学ぶ姿勢が見られ、食生活に興味・関心の高い生徒が多い。ほとんどの生徒が食品を自分で購入した経験があるものの、お菓子や菓子パン、飲み物などの間食や軽食に利用される加工食品が多い。購入時には、味や価格、賞味・消費期限などには注目しているようであるが、表示や原材料、食品添加物などに注目している生徒はほとんどいない状況である。このようなことから、安全性や健康面に配慮して食品を選べる知識が身に付いていないと考えられる。

そこで、生鮮食品と加工食品の特徴について調べ、身の回りの食品の種類について理解し、特に加工食品のハンバーグに注目し、用途や目的に応じて選択するためのポイントを探っていくさせる。まず、導入時に3つのハンバーグ(生・チルド・冷凍)から、学習前の自分なりの視点で一つのハンバーグを選択させる。続いて、グループでパッケージの表示について調べ、表示の内容について理解させたい。さらに、教師がプレゼンソフトを使って、原材料名、賞味期限・消費期限・保存方法などについて補足を入れ、加工食品を選択するときの判断材料になる知識を身に付けさせたい。活動の最後に、再度ハンバーグを選ぶことで、学習した知識を生かして、自分なりの考えをまとめさせたい。

このような活動を繰り返し行うことで、多種多様の食品が溢れている現代において、自分の用途に応じて、安全性や健康面に気を付けて食品を選択するための、知識や判断力を身に付け生活に生かせる実践力を育てていきたい。

4 指導計画と評価計画（8時間取り扱い） 本時は第8時

時	本時の目標	評価の観点					評価規準 おおむね達成	言語活動の充実を図るための手立て
		関	工	技	知	方法		
1	食品について 食品成分表を用いて調べ、栄養的特徴を理解することができる。	◎			○	観察・発表 ワークシート	身近な食品の栄養的特質に関心をもち、食品について調べたり、栄養的特質について理解したりしている。	自分の調べたことを、分かりやすく友達に伝える。
2	食品大百科を作ることができる。	○			◎	観察・レポート	食品に含まれる栄養素について学んだことを活用し、自分が選んだ食品についてさらに詳しく調べ、レポートにまとめている。	調べたことを自分の言葉でレポートにまとめる。
3	食品大百科を作ることができる。	○			◎	観察・レポート	自分が選んだ食品についてさらに詳しく調べ、レポートにまとめていく。	調べたことを自分の言葉でレポートにまとめる。
4	身近な食品を6つの食品群に分類することができる。	○			◎	観察・発表 ワークシート	身近な食品を6つの食品群に分類する方法について理解している。	授業で学んだことを整理して、ワークシートにまとめる。
5	食品群別摂取量の目安と1日に必要な食品の種類と概量が分かる。	○			◎	観察・発表 ワークシート	食品群別摂取量の目安と、中学生の1日に必要な食品の種類と概量について理解している。	授業で学んだことを整理して、ワークシートにまとめる。
6	必要な栄養素を満たす1日分の献立を考えることができる。	○	◎			観察・レポート	中学生に必要な栄養量を満たすために料理や食品の組み合わせについて考えている。	自分の考えを、言葉や図を使って分かりやすくまとめる。
7	生鮮食品と加工食品の特徴と品質の見分け方について理解できる。	○			◎	観察・発表 ワークシート	生鮮食品と加工食品の特徴と品質（鮮度）の良否の見分け方や、食品の選択における観点について理解している。	授業で学んだことを整理して、ワークシートにまとめる。
8	食品の表示から必要な情報を収集・整理し、自分なりの考えをもって加工食品を選ぶことができる。	◎	○			観察・発表 ワークシート	食品の表示から必要な情報を収集・整理し、情報を活用して考えている。	授業で学んだことを整理して、ワークシートにまとめる。
本時								

5 本時の学習

(1) 目標

食品の表示から必要な情報を収集・整理し、情報を活用して考えることができる。

(2) 道徳教育との関連

グループ活動を通して、内容項目2－(5)「それぞれの個性や立場を尊重し、いろいろなものの見方や考え方があることを理解して、寛容の心をもち謙虚に他に学ぶ」に迫りたい。

(3) 準備・資料

ワークシート、食品の表示、食品の表示に関するプレゼンソフト

(4) 展開

(☆「学び合い」を効果的に行うための工夫 ◎は道徳教育との関連からの配慮)

学習活動・内容	時間 (分)	指導の留意点 (評は評価規準)
1 前回の授業の復習をする。 ・生鮮食品と加工食品の定義 ・微生物の繁殖条件	5	・前時の学習を振り返り、本時の学習への手がかりにする。
2 食品カードを提示し、自分ならどのハンバーグを購入するかを考える。 ・チルド　　・冷凍　　・生	10	・班ごとに食品カードを用意し、意見を交換し、自分なりの理由をつけて考えさせる。 ☆グループでの話し合いを通して課題を共有する。
3 課題をつかむ。		・課題を提示し、本時の流れを確認する。
賢く加工食品を選ぶためには、どのようなポイントがあるだろうか。		
4 表示から読み取れる情報を調べ、まとめる。 ・名称　　　　　　・原材料名 ・食品添加物　　・内容量 ・賞味・消費期限　・保存方法 ・販売者　　　　・栄養成分表示 ・アレルギー物質を含む食品 ・取り扱い上の注意 ・遺伝子組み換え食品 ・リサイクルマーク ・お問い合わせ先　　等	30	・表示されている情報をより多く見つけるように声をかけ、表示全体を把握できるようにする。 ・生徒にとって身近なハンバーグを数種類用意することで、実生活に生かせるようにしたい。 ☆グループ活動で友達と話し合いながら、表示を調べることで学び合う姿勢を育てたい。 ◎グループ活動では一人一人が話しやすくなり、他者の意見を聴き、自分の意見を聞いてもらうことで、互いの存在を認め合うこととなり、内容項目2－(5)につながると思われる。 ・机間指導を行い、活動が進まない班に助言を行う。 評 表示から読み取れる情報を収集・整理することができる。 (ワークシート・観察)
5 食品表示について知識を深める。 ・原材料名は多い順 ・食品添加物 ・アレルギー物質を含む食品 ・遺伝子組み換え食品	40	・プレゼンソフトで資料を提示し、調べた事柄に補足をする。 ・メモをしながら話を聞けるように、ワークシートを工夫する。
6 学習したことをもとにハンバーグをもう一度選ぶ。 (1) 食品カード選び、選んだ理由をまとめ る。 (2) 発表する。	45	・机間指導を行い、用途や目的に応じた食品選択のポイントに気付かせたい。 ・食品表示について理解したことを活用して、自分自身で判断する場を設定する。 評 用途や目的に応じて、収集した情報を活用して考えている。 (ワークシート・発表)
7 自己評価をし、本時の感想を書く。	50	・本時の学習をもとに次時の学習につなげたい。