

技術・家庭－４（第１学年） 献立表などを用いて発表し合い、食生活の課題解決を図る事例  
【学習活動の概要】

1 題材名 食生活の課題にチャレンジ ～マイ食事プランを实践しよう～		
2 題材の目標 自分の食生活に関心をもち、食生活をよりよくするための工夫を考え、課題をもって日常食の調理の計画を立てて実践することができる。		
3 評価規準 【生活や技術への関心・意欲・態度】 ・自分の食生活をよりよくすることに関心をもち、課題を主体的にとらえ、1日分の献立や昼食の調理計画と実践に取り組もうとしている。 【生活を工夫し創造する能力】 ・自分の食生活について課題を見付け、その解決を目指して1日分の献立や昼食の調理計画と実践を自分なりに工夫している。		
4 題材について この題材では、内容「B食生活と自立」の(3)「日常食の調理と地域の食文化」のウの「食生活についての課題と実践」について、自分の食生活を振り返り、課題を見付けて計画し、実践、評価、改善するという問題解決的な学習を取り入れている。 まず、各自が食事調べをし、「食生活チェック表」を用いて自分の食生活の課題を把握する。次に、その課題を解決するために、「マイ食事プラン」として、これまでに学んだ知識や技術を活用して1日分の献立（夕食は既習の調理実習を活用し、朝食と昼食の献立を作成する）を考え、昼食について調理計画を立てて家庭で実践する。献立作成や調理計画については、3・4群の野菜が不足しているなど、同じ課題の生徒のグループで検討し合い、実践後にその成果と課題をまとめ、実践発表会を行う構成としている。		
5 主な学習活動 (1) 題材の展開（全6時間）		
	学習活動	言語活動に関する指導上の留意点
第一次 (1)	○各自が食事調べを振り返り、「食生活チェック表」を用いて自分の食生活の課題を把握する。	・自分の食生活の課題を明確にするためのチェック項目や現状を記入できる「食生活チェック表」を用意する。
第二次 (3)	○自分の課題を解決するために1日分の献立（マイ食事プラン）を立て、同じ課題を設定した生徒のグループで発表し合う。相互評価を行い、献立を修正する。(2) ○修正した献立の昼食の調理計画を立てる。(1)	・各自の課題や考えたことが把握できる献立表を工夫する。 ・色違いの付箋紙を用いて相互評価させる。 ・各自の工夫や家族からの一言が記入できる調理計画表を作成し、実践につなげる。
第三次 (2)	<昼食作りの家庭実践> ○調理計画を検討したグループで、昼食作りの実践発表会を行い、相互評価する。 <b>(2:本時)</b>	・昼食作りの実践について、グループで観点に基づいて相互評価し、気付いたことをまとめさせる。
(2) 本時の学習（5・6/6時間）		
①目標 昼食作り（マイ食事プラン）を振り返り、食生活をよりよくする工夫を考えることができる。		
②本時の展開 ○自分の課題を解決するための昼食作り（家庭実践）について成果と課題をまとめる。 ○グループで発表し合い、気付いたことを付箋紙に記入し、交換する。 ○友達の感想やアドバイスを生かして自分の昼食の実践を見直す。 ○課題ごとにグループの代表が実践を発表し合う。		

