食育学習指導案（家庭科）

指導者　Ｔ１　教科担任

　　　　Ｔ２　栄養教諭

１、日　　時 令和元年11月15日（金）　第4校時

２、学　　年　 1年

３、場　　所 1年教室

４、単 元 名 「中学校の給食について知ろう」

５、単元目標　　中学生が必要な食事摂取基準を知る。

摂取基準を満たすため、給食を残さず食べようとする。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 生徒 | 指導者 | 教材等 |
| T1 | 小学校と中学校の給食の違いは？  給食の写真を見比べ、小学校給食と中学校給食の違いをワークシートに書き出す | 内容について違いを考えさせる | 給食の写真  ワークシート |
| T2 | 給食で摂取できる栄養素の量は？  小中の給食での摂取基準の違いを知り、ワークシートに記入し、どうして違うか考える。 |  | ワークシート  給食カレンダー |
| T2 | 一品欠けると摂取基準を満たせないことに気づき、満たせなかった場合どうなるか、考える。 | 筋肉や骨を分解して補ったり、代謝がうまく回らなくなったりすることを伝える。 | 棒グラフ |
| T2 | 献立を立ててみよう  摂取基準に近づけるような給食の組み合わせを考える。  （エネルギー、ビタミンC、カルシウムの摂取基準で考える） | 給食は摂取基準に近づくように考えていることを伝える。  献立を立てるときのポイントを伝える  （主食・主菜・副菜・副菜・飲み物） | ワークシート |
| T2 | 考えた献立を発表する |  |  |
| T2 | 献立を立ててみて、気づいたことを発表する。 | 満たしにくい栄養素はあったか確認する。  給食は、毎日すべてを満たしているわけではなく、数日単位で考えていることを伝える。  残してしまうと、充足できない栄養素が出てくることを再確認する。  アレルギーがある場合は他のもので満たすようにすることを伝える。 |  |
| T2 | 分かったこと、感想を書く |  | ワークシート |