

テーマ

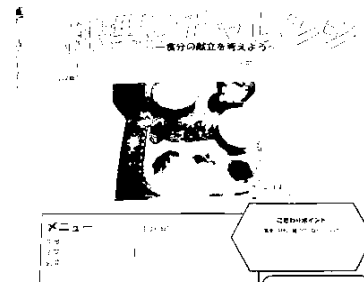
食事の重要性 社会性

食品を選択する能力

対象 6年生

家庭科 7月

家族のために 食事を作ろう



ねらい

- 一食作るという体験を通し、家庭生活への関心を高め、その大切さを知る。
- 食事に対する知識を身に付け、生活に活用できるようにする。

展 開

主な学習活動

□指導・支援 ☆評価 ◇資料

家族のために食事を作ろう

- 栄養についてバランスが大切だということを確認する。
 - ・おもに体をつくるもとになる食品
 - ・おもにエネルギーのもとになる食品
 - ・おもに体の調子を整えるもとになる食品
- 主食・主菜・副菜・汁物について理解する。

主食（食事の中心として主要なエネルギー供給源になる食物）

主菜（主となる副食物で、主食以外の、食事の中心となる料理）

副菜（主菜に添えられ、主に野菜などを使って作る料理）
- 主食、主菜、副菜にあてはまる料理を考え発表する。
- 家族のために、食事を作る計画を立てる。
 - ・家族の誰のために作るか。
 - ・何を作るか。
- ほかに大切だと思うことを発表する。
 - ・食材選び（品質・値段・量・・・）
 - ・調理（衛生・安全・準備・片付け・・・）
 - ・見た目（いろどり・配置・・・）
 - ・家族の協力
- 本時の学習を振り返る。

- 食品カードを使って、分類させる。
- ☆正しく分類できる。
- ◇食品カード
- ◇表示基準の拡大図
- ☆それぞれの意味を理解する。
- ◇食材カード
- ☆正しく分類できる。
- 普段お世話になっている人や食べてもらいたい人のことを頭に思い浮かべるとよい。
- 実際に、夏休みに作ることを確認する。
- ☆食事作りへの見通しをもてる。
- ☆家族のために作ろうという気持ちをもてる。