

1 単元名 献立作りと食品の選択

2 単元について

中学生は将来にわたって健康を支える身体をつくるために重要な時期である。現在の飽食の時代の中で、多くの食品の中から表示の情報を正しく読み取り、安全で適切に活用できる力を身に付けることは、今後の生活において健康で安全な生活を営むことにつながっていくと考える。

生徒は食生活の学習に興味・関心が高く、意欲的に学習に取り組んでいる。また、学習したことをできるだけ家庭で実践するよう取り組んでいる。

本時はオレンジジュースについて、その表示内容を比較する。グループでの話し合い活動や発表の際に、フィッシュボーン図やタブレットを活用する。これらの活動を通して、表示の意味だけでなく食品を選択する際の様々な観点に気付き、自分に合った食品の選択ができる生徒の育成を目指したい。

3 研修主題との関連

身近な食品を取り上げ、品質表示を基にどれを選んだらよいか話し合うことで、多様な考えに気付き、自分の生活を振り返りながら、今後の家庭での実践へとつなげることができると思う。

4 指導計画（全8時間）

- (1) 食品に含まれる栄養素・・・・・・・・・・1時間
- (2) 6つの食品群とバランスのよい食事・・・・2時間
- (3) 生鮮食品と加工食品・・・・・・・・・・2時間
- (4) 食品の選択と購入・・・・・・・・・・2時間（本時1／2）
- (5) 食品の保存と食中毒の防止・・・・・・・・1時間

5 本時の学習

(1) 目標

- ・食品の品質表示の意味を理解し、食品を購入する時の選び方について考えることができる。

(2) 展開

学 習 活 動 (○学習活動 ・主な内容)	予想される生徒の反応	指 導 上 の 留 意 点 (◎評価 ※配慮を要する生徒への手立て)
○本時の課題を確認する。		
食品の選び方について考えよう。		
○ジュースを購入する際、どんなことに気を付けて選ぶか考える。	・値段 ・味 ・期限 ・見た目 ・原材料 ・形態 ・内容量	・これまでの経験から購入する場面を想起するよう促す。 ・実物を準備しておく。
○ジュースの品質表示の情報を読み取り、比較検討する。	A 果汁が多くて体によさそう。 B 紙パックだから環境に優しい。 C 量が多くて値段が安い。 D ペットボトルは持ち運びに便利。	・フィッシュボーン図を使用し、比較するよう指示する。 ◎情報から品質表示の意味を理解している。 【ワークシート】
○自分はどのジュースを選ぶか考え、発表する。		・根拠を明らかにして選ぶよう助言する。 ・他の生徒の意見を知ることができるようタブレットを活用する。
○加工食品を選ぶとき大切なことについて考える。	・値段だけでなく表示も見る。 ・表示の意味を理解しておく。 ・自分に合ったものを選ぶ。	※自分で決められない生徒には、班の生徒の意見を参考にするよう助言する。 ・自分の生活に合った観点を考え、食品選択に生かすよう助言する。
○本時のまとめを行う。		◎食品の購入するときの選び方について考えている。 【ワークシート、発表】

(3) 研修の視点

- ・身近な食品の品質表示を調べ、グループの話し合いで検討する活動は、多様な考えに気付き、今後の生活において適切に食品を選択するのに有効であったか。