小学校　６年　家庭科

考える 表す × 話す・聞く 書く 読む

育成したい国語力
◇ 複数の理由により、自らの考え方を効果的に述べたり、話し手の意図を考えながらその根拠を聞き取る。
◇ 目的や意図に応じ、考えたことなどを筋道立てて文章に書く。
◇ 複数の事例や考え方を比較しながら読み、内容をとらえる。

単　元　名

「見直そう！毎日の食事」

本時の目標

いろいろな食品をバランスよく組み合わせて食べることの大切さを理解する。　【家庭生活についての知識・理解】

本時の流れ

導　入

本時のめあての確認（一斉）
「食事の栄養的なバランスとおかずの役割を考えてみよう！」

展　開

食事たんけん１（個人・一斉）
・前時（ごはんとみそ汁作り）で使った食品を思い出し、その働きを調べる。
・「きょうの給食」を見て、含まれている食品を見付け、その働きを調べる。

食事たんけん２（個人・一斉）
・「休日の昼食例」を知る。
・食事に含まれている食品を見付け、その働きを調べる。
・食事たんけん１と食事たんけん２を比べて気付いたことを書く。

「おかずの役割」についての話し合い
・各自の気付いたことを基に話し合う。（グループ）

まとめ

本時の振り返り
・おかずを選ぶときのポイントとその理由を書く。

次時の学習を知る

単元の流れ

第１次（第１時）
【どんな食べ物を食べているのかな】
・１週間の食事の内容を調べてみる。
・毎日の食事で主食として何を食べることが多いか話し合う。

第２次（第２～８時）
【ごはんとみそ汁を作ろう】
・ごはんとみそ汁の作り方を調べる。
・ごはんとみそ汁の調理計画を立てる。
・ごはんとみそ汁を調理する。
・実習を振り返り、交流する。

第３次（第９・10 時）（本時）
【おかずの必要性を考えよう】
・自分が食べた食事などに使われた食品を書き出し、栄養的なバランスを調べる。
・学習を振り返り、これからの生活に生かそうとする。

国語力育成の視点

「きょうの給食」や「休日の昼食例」、「体内での主なはたらきによる食品の分類例」などの資料から情報を読み取り、比較し、「考える力」を育てることを大切にします。また、１時間の学習のまとめとしておかずを選ぶときに大切にしたいことを条件にそって適切に書きまとめ「表す力」を育てます。

視　点❶　考える力

「きょうの給食」と「休日の昼食例」を同じ様式で整理し、比較をします。
ワークシートに書き比べることを通して「休日の食事例」の課題を明確にすることができます。

視　点❷　考える力

食事たんけん２で気付いたことを基に「おかずの役割」についてグループで話し合います。話し合いを通して考えを互いに深めることができるよう、各自の意見については根拠を明らかにして話すようにします。

視　点❸　表す力

気付いたことを「おかずを選ぶ時のポイントとその理由」に表します。与えられた条件の中で自分の考えを「表す力」を育成します。

食事たんけん１　　名前

☆食事に含まれている食品を書き出し、栄養的なバランスを調べてみよう。

【きょうの給食】

	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品
ごはん			
みそしる			
おかず			

食事たんけん２　休日の昼食例について、食事たんけん１と同じように調べてみよう。

【休日の昼食例】

	おもにエネルギーになる食品	おもに体をつくるもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品

「きょうの給食」と「休日の昼食例」と比べて気付いたことを箇条書きにしましょう。

☆おかずを選ぶときのポイントとその理由を 100 字程度にまとめよう。
【ポイント　　】
↑このポイントは５・７・５など覚えやすいリズムに乗せて表すことも効果的です。
〈理由〉