

「家庭基礎(人間生活探究)」学習指導案

福 井 県 立 武 生 高 等 学 校

1 実 施 日:令和6年11月1日(金)5限(13:30~14:25)

2 学年・学級:1年2組(38名)

3 場所:1年2組教室

4 題材名:食生活をつくる

5 指導に当たって

(1) 題材観

この題材は、学習指導要領の内容Bの「(1) 食生活と健康」を踏まえ、発展的な内容で授業設定したものである。卒業後自らの力で食事計画を行う力を身に付けるために、自分に必要なエネルギー量や栄養素量を知り、それを満たすような食事の選択ができるように演習活動を通して知識と技術を身に付けさせたい。今回は、物理学における熱とエネルギーの説明も交え教科横断的で探究的な授業を行う。

(2) 生徒観

1年2組は、男子21名・女子17名の計38名のクラスである。明るい生徒が多く授業内での発言が活発で、自然に生徒間で意見のやり取りをすることができる。学ぶ意欲や探究心が強く、他教科で得た知識をつなぎ合わせて新たな考えを導き出す力を持っている生徒も多い。

(3) 指導観

本校の生徒は、卒業後は進学するものが多く、日頃は学校での課題や部活動、塾などがあり勉学に忙しい生徒が多い。そのため、各家庭で家事などの手伝いをしている生徒は多くない。授業を通して、自らの力で健康的で自立した食生活を営むための生活実践力を養うと共に、生徒らが親になったときに次世代へ繋ぐことができるように知識や技術を身に付けさせたい。そのために、生徒にとって身近な題材にすることで、授業の内容と生徒の食生活の関連性に気付かせることで授業に興味関心を持ち、実生活での実践に繋がるような働きかけを重視していきたい。演習活動ではグループワークを行い、様々な考えに触れることで生徒の主体性が高まるようにする。

6 本時の展開

(1) 本時の目標

消費エネルギーと必要エネルギーを知り、適切なエネルギーを確保できる食生活を計画できるようになる

(2) 準備物

・授業プリント、A3用紙、マジック、計算機、パソコン、プロジェクター

(3) 学習の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価場面・評価方法等
導入 (2分)	1 本時の目標・ルーブリックの確認		
展開 (50分)	1 ～物理復習～ 1kcal を再確認する。 2 必要エネルギー量の内訳を確認し、プリントに書き込む。 3 基礎代謝量について学び、計算する。 4 推定エネルギー必要量について学び、計算する。 5 運動によるエネルギー消費量の算出方法を学び、計算する。 6 1日に必要なエネルギーの合計を出す。 7 班で意見を交換しながら推定エネルギー必要量を満たすような1日分の食事計画を立てる。 8 A3サイズの紙に食事計画を書き、計画した食事の内容を発表する。	・パワーポイントスライドを用いて説明を行う。 ・3人または4人班になる。 ・パワーポイントを用いて計算方法を示す。 ・机間指導を行う。 ・パワーポイントを用いて計算方法を示す。 ・机間指導を行う。 ・パワーポイントと配布プリント(メッツ表)を用いて算出方法の説明をする。 ・平均的な1人前の料理のエネルギー量をまとめたプリントを配布する。 ・各班をまわり、必要に応じて助言を行っていく。 ・1班30秒で時間測定をする。 ・発表後の班の紙を黒板に掲載していく。	・ルーブリック ・ルーブリック ・ルーブリック ・ルーブリック ・ルーブリック ・ルーブリック ・班活動 ・班活動 ・発表の様子
まとめ (3分)	1 本時のまとめを行う。	・エネルギー管理を行う際のポイントや留意点を生徒に伝えていく。	

7 ご高評