

2時間目

ハンバーガーは何でできているの？ ～食品群とそのはたらき～



給食の献立表でも子どもたちになじみのある、赤、緑、黄に色分けした3つの食品群。この授業では、どのような食品を、どう組み合わせで食べたらよいか、6つの食品群でさらに細かく考えさせます。

授業のねらい

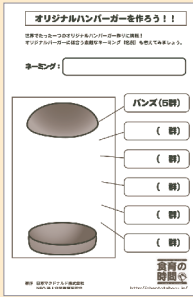
- ◆ 献立ではなく、その材料となっている食品ひとつひとつに焦点をあてて、栄養バランスの大切さについて考える。
- ◆ 食材を6つの食品群に分けたり、いろいろな食品群の材料を使ったハンバーガーを考え出したりするゲームなどを通じて、楽しみながら食品の栄養素について興味を持たせる。

指導案

DVD … 収録コンテンツ **貸出** … 貸出教材 **DL** … ダウンロード

学習のながれ	●指導のポイント／◎発問	教材	目安の時間
1. 導入	<ul style="list-style-type: none"> ● 授業のテーマを伝える ● アニメ「ハンバーガーは何でできているの？」を視聴させる 	DVD 「ハンバーガーは何でできているの？」	5分
2. 意見発表 ハンバーガーの材料をあげてみる	<ul style="list-style-type: none"> ● 一般的なハンバーガーにはどんな材料が入っているだろう？ (食材の栄養素、原材料などを質問しながらゲームで楽しく紹介など) 	DVD 「ハンバーガーチェック！」 DL ハンバーガーの材料イラスト	5分
3. 6つの食品群に分けてみよう	<ul style="list-style-type: none"> ● 6つの食品群について説明する (毎日いろいろな食品をとるために分かりやすく工夫された、栄養指導のための分け方。同じような栄養成分をグループ分けしたもの) * 貸出教材を活用すると、ハンバーガーの材料を6つの食品群パネルに分ける授業ができる ● いろいろな食品を、6つの食品群に分けてみるゲームに挑戦させる (全部正解するまでやってみる) 	貸出 「食品群パネル」  DVD 「6つにわけてみよう」 DL 6つにわけてみようワークシート	10分

次ページにつづく

学習のながれ	●指導のポイント／◎発問	教材	目安の時間
4. オリジナルハンバーガーを考えてみよう！	<ul style="list-style-type: none"> ●材料の例を示し、自由に発想させる ●ルールを設定し伝える <ul style="list-style-type: none"> ・各食品群から3つ以上選ぶ(パンズと調味料は含まない) ・見た目(色合い)にもこだわってみる ・ハンバーガーのネーミングも工夫する 	DL ワークシート、ヒント集 	10分
5. グループごとに発表する	<ul style="list-style-type: none"> ●まず、グループの中でそれぞれのオリジナルハンバーガーを見せ合って、栄養バランスがよくおいしそうだと思うものを選ばせる ●グループごとに前へ出て、オリジナルハンバーガーを発表する 		13分
6. まとめ 栄養バランスに興味を持つ	<ul style="list-style-type: none"> ●6つの食品群が、食事の栄養バランスを考える上での目安になることを復習する ●いろいろな食品を組み合わせることの楽しさと、大切さに気づく (ハンバーガーに牛乳、野菜サラダ、スープを組み合わせる例 など) 		2分

この指導案は、鹿児島県名瀬市立(現奄美市立)名瀬小学校(6年生)でのモデル授業を参考に制作したものです。

使用する教材

DVD

「ハンバーガーは何でできているの？」



自分たちで、ハンバーガーの材料を考えてつくってみるのですが…

DVD

「ハンバーガーチェック！」



ハンバーガーがどんな食品や材料、栄養素でできているのか詳しく調べていきます。

DVD

「6つにわけてみよう」



さまざまな食品を6つの食品群にわけ、それぞれの食品がどのように体に働くのかを知ります。



貸出

食品群パネル

マグネットで黒板等に貼り付け、ハンバーガーの材料が6群のどこにあてはまるか考えさせるのに使用します。

※詳しくは4ページをご覧ください。