

<学習の範囲> ・教科書 p. 28～51

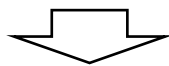
<題材の課題>

自分や家族の食生活を振り返りながら、健康な食生活を送るためにはどうしたらよいかを考えよう。

<わたしの問い>

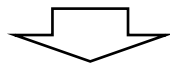
<学習内容>

時数	学習内容	自己評価 (A B C D)
1	食事の役割について考えよう。	A ・ B ・ C ・ D
1	栄養素の種類と働きを知ろう。	A ・ B ・ C ・ D
1	中学生に必要な栄養について考えよう。	A ・ B ・ C ・ D
1	6つの食品群の特徴を知ろう。	A ・ B ・ C ・ D
3	バランスのよい献立を考えよう。	A ・ B ・ C ・ D



<題材を通して身に付ける力>

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事の役割を理解できる。</li> <li>・ 中学生に必要な栄養の特徴や健康によい食習慣について理解できる。</li> <li>・ 栄養素の種類と働きや食品に含まれる栄養の特徴を理解できる。</li> <li>・ 6つの食品群の特徴を理解できる。</li> <li>・ バランスの良い献立作成の方法を理解し、1日分の献立を作成できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分や家族の食生活を振り返りながら、健康によい食習慣について考え、解決策を工夫できる。</li> <li>・ 1日分の献立について、栄養バランスなどを工夫しながら考えることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康によい食習慣やバランスのよい献立作成について、普段の食生活を振り返って改善しようとしたり、仲間との学び合いを通して自分の考えを深めたりしながら、粘り強く課題解決に取り組もうとしている。</li> </ul>



<学習を通して身に付けた力>

.....

.....

.....

.....