

おすすめICT活用事例のご紹介

区分	学年	教科	単元等	活用ソフト
中	1	家庭	6つの基礎食品群と栄養バランス	プレゼンテーションソフト
授業内容	6つの基礎食品群について知り、栄養バランスについて考える。			活用ツール テキストボックス
	準備： ・ワークシート用ファイルを準備する。 ・ワークシート用ファイルを課題として子供たちにコピーを配付する。			
	授業の流れ： 1. <u>＊五大栄養素について復習＊</u> 各自ワークシートファイルを開き、ワークシート①の五大栄養素の栄養素の「はたらき」が記載されているカードに、それぞれ該当する五大栄養素（たんぱく質、炭水化物、脂質、無機質、ビタミン）を入力する。 2. ワークシート①の栄養素のカードをワークシート②にコピーして、3つのはたらき（主に体の組織をつくる、主に体の調子をととのえる、主にエネルギーになる）にまとめる。なお、複数の枠に入る栄養素もある。 3. <u>＊6つの基礎食品群について知る＊</u> 1群～6群の食品のはたらきについて先生の説明を聞き、ワークシート③のそれぞれのスライドの【】内に書き込む。 4. 各自、ワークシート③の1群～6群の食品にそれぞれ3つの食品名を書き込む。 5. 周囲の席の友達と見せあい、食品名を追加する。 6. 食品名を挙げる際に気づいたことや疑問に思ったことを全体で確認し、必要に応じて先生から補足の説明をする。 7. <u>＊栄養バランスについて考える＊</u> ワークシート③の6つの基礎食品群から、「1回の食事でおいしく食べられる」ことを意識して食品を選び、ワークシート④に入力する。考えたこと、気づいたことを入力する。			<div></div> <div>ワークシート①入力例 ：【】の中に該当する栄養素を入力する。</div>
				<div></div> <div>ワークシート②入力例 ：ワークシート①の栄養素のカードをコピーして貼り付ける。</div>
				<div></div> <div>ワークシート③入力例 ：【】の中に入力する。それぞれの食品群は具体的にどのような食品があるか、列挙する。</div>
ICT利活用のポイント		入力した内容をもとに整理することで、学習内容を関連付けて考えることができます。		
おすすめポイント		食材に注目して栄養バランスについて考える取り組みをすることで、献立を考える学習の下地になります。ワークシート例をお使いいただけます。		