

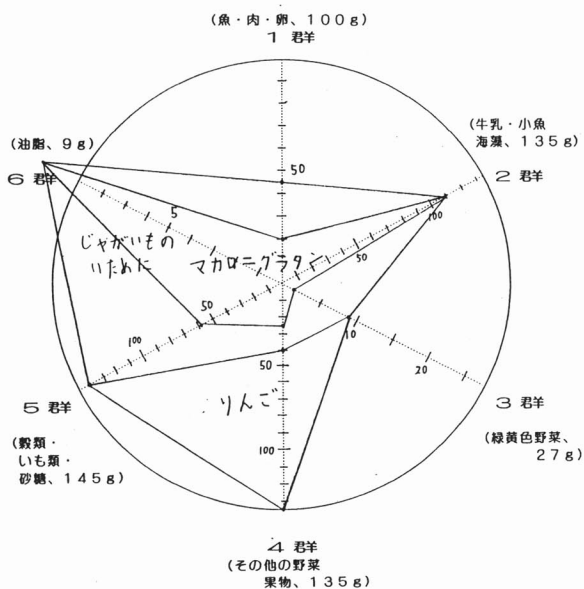
② 栄養のバランスシートについて

栄養のバランスを考えて献立を立てさせるのに、食品群別摂取量のめやすに照らし合わせ、過不足が一目でわかるように栄養のバランスシートに記入させた。〈資料1〉

〈資料1〉 栄養バランスシート

栄養のバランス

考えた献立の栄養のバランスを調べてみよう。



③ 生徒の創意工夫について

今までの生活経験から「めん料理」を考えさせ、さらにグループで具や味付けを創意工夫させた。その後、栄養のバランスを考え、不足した栄養を補うものを調理カードから選ばせ、一食分としての献立を決めさせた。また、一人一人が主体的に関わることができるように、作業計画表を作成させ、実習の計画を立てさせた。検証授業1の授業の後のプリントに記載された感想は次の通りである。

〈授業を振り返っての感想〉

めん類っていろいろあるし、栄養も自分で考えて組み合わせを決めなくてはいけないので、いろいろ栄養点などがでてきて迷ってしまった。
でも、自分で献立を作って、学習するのは、おもしろそうでいいと思った。

④ 家庭での実践について

献立作成に興味を持っている生徒はグループでの活動にとどまらず、個人でも実践してみようという気持ちや、栄養についても今後考えたいという気持ちを持つことができた。

〈家庭での実践について述べた生徒の感想〉

・ もっといろいろな料理など勉強して、自分のうちでもつくってみたいです。
・ それと、私は野菜がきらいで、あまり食べないので、おいしく食べられて、健康的なものをつくって食べれるようにしたいです。

(3) 考察

① 生徒の創意工夫から

これまでの調理実習は教科書の題材例に沿って実習してきており、生徒の創意工夫が生かされる場面はあまりなかった。今回の実習計画では「めん料理」という以外はすべて自分達の考えが生かされたので、生徒の学習への取り組みの様子は大変意欲的で、特に男子生徒が積極的に活動する姿が見られるなど、生徒の学習意欲を高めるのに効果的であったと思われる。

ア. 調理カードの活用について

調理カードの使用は生徒の思考の手立てとしては十分に役立ったと思われる。ただ、調理カードの範囲を越えられない思考の固さもみられた。今回は最初から調理カードを示してしまいましたが、生徒が考える場面を設けその後で提示したほうが、もっと生徒の創意工夫を生かすことにつながったのではないかと考える。