

# GIGA 端末活用実践事例

宇都宮大学共同教育学部附属中学校：指導者：山崎 由果利

教科・領域等	学年	単元名・題材名等
食生活	2 学年	健康的で持続可能な献立作成

## 1. GIGA 端末活用のポイント

### (1) 本時の目標

栄養バランスを踏まえた献立を考えよう～食べる人や食べる時期などを意識して～

### (2) 活用アプリ

ロイロノートスクール

### (3) GIGA 端末以外で利用した機器

### (4) アプリの活用場面と目的

オンライン  オフライン

#### 授業での活用場面（授業概要）

- ① 汁物を考える活動。旬なども意識させるため、この時期にスーパーに並んでいる主な食材の視覚教材を用意した。汁物の案として、検索機能を活用する場面もあった。
- ② ①で考えた汁物を取り入れ、一食分の献立を考えさせる活動。ここでも食べる時期や食品群のバランスなどを意識させるため、参考となる視覚教材を提示した。また、食材カードにして献立表にも活用できるようにした。また、個々で考えた献立をロイロノートのアプリを通じて全体で共有する活動を行った。

## 2. GIGA 端末活用の画面例（写真等）

① 家族決定（この家）  
夕食の汁物

使用する食材（例）新玉ねぎ、冷凍野菜ミックス  
トマト、じゃがいも、人参、新玉ねぎ、固形コンソメ、塩、コショウ、オリーブオイル、水、キャベツ、イタリアンパセリ、パンネ、白ワイン、ベーコン

その汁物や食材を選んだ理由  
旬のトマト・じゃがいも・人参・新玉ねぎを使った。ミネストローネは栄養がバランスよく取れるから。タンパク質のベーコンを摂取することによって、割れ傷などを防げるから。（この日の再掲）

② 考えた『汁物』を取り入れて、1食分の献立を考えよう。  
別紙の表を活用して考えてみよう。  
最終決定した献立イメージをまとめよう。

献立イメージ

組み合わせなどで、工夫したところ

- ・スープがイタリアンなので、主食などもイタリアンで統一した
- ・全ての栄養素を摂取している
- ・トマトが多く使われてがん予防

友達からのコメント、アドバイスもあろう！

- ・野菜が多く摂れている
- ・トマトの使いすぎ
- ・飽きる

③ ★食品群のバランスを踏まえて、献立を考えよう

献立	主食	主菜	汁物	デザート	食品群
トマトのバスケット	イタリアンパセリ	ミネストローネ	サラダ		食品群
厚切りベーコン	・とりもも肉	・ベーコン			3 個 /1-2
チーズ	・チーズ				2 個 /1-2
トマト		・人参 ・トマト ・パセリ	・トマト		5 個 /2
レモン	・キャベツ ・玉ねぎ	・レタス ・きゅうり ・オレング			5 個 /3-4

← 献立作成のワークシート

- ① 汁物の献立案
- ② 汁物を取り入れた献立案
- ③ 食品群のバランス確認表

↓ 5月の主な食材と食品群例

<p>おもに体をつくるものになるもの</p> <p>タンパク質が多く、おもに筋肉や血液になる</p> <p>カルシウムが多く、骨や歯をつくる</p>	<p>おもに体の調子を整えるものになるもの</p> <p>色の濃い野菜で、ビタミン、ミネラルが多い</p> <p>色のうすい野菜や果物で、ビタミン、ミネラルが多い</p>	<p>おもにエネルギーのもとになるもの</p> <p>穀類やいもで、炭水化物が多い</p> <p>油脂製品で脂質が多い</p>
--	---	---

### 3. 効果と課題

#### (1) GIGA 端末 (アプリ) を活用して効果的だった点

一斉学習	■	教師による教材の提示				
個別学習	■	個に応じた学習	■	調査活動	■	思考を深める学習
	□	表現・制作	□	家庭学習	□	
協働学習	■	発表や話し合い	■	協働での意見整理	□	協働制作
	□	学校間の交流	□	家庭学習	□	

食生活の学習においては、視覚教材を多く活用したことで、生徒達がスムーズに活動を進める手立てになったり、献立作成の場面で生徒が思考を広げながら取り組む手立てになったりした。また、検索機能を用いることで、様々な献立例に気付くきっかけにもなった。また、個人で考えた献立案の工夫をロイロノートのアプリを通してグループや全体で共有することができ、発表の場面でより効果的に活用することができた。

#### (2) GIGA 端末 (アプリ) を活用して課題に感じた点

一斉学習	■	教師による教材の提示				
個別学習	■	個に応じた学習	□	調査活動	□	思考を深める学習
	□	表現・制作	□	家庭学習	□	
協働学習	□	発表や話し合い	□	協働での意見整理	□	協働制作
	□	学校間の交流	□	家庭学習	□	

献立作成の場面において、様々な視覚教材を同時に提供することが可能となったが、情報が多いことで様々な視点で考えられる良さがあるが、情報を整理したりそこから選んで考えたりすることに時間も要する。適切な情報量を吟味して、こちらも提供する必要がある。