

①学習の目標

- ・食事を規則正しくとることの重要性が分かる。

②準備するもの

- ・教科書と新家庭総合資料

③学習の方法・手順

- ・教科書を読みながら、学習プリントを進めていく。

④学習のポイント・取り組み方の例

- ・学習プリント1枚が授業1時間の内容になっています。プリントの文字や記入欄が小さく、慣れるのに時間がかかると思いますが、丁寧にわかりやすく記入してみましょう。書ききれない場合は、裏を活用しても構いません。最後の太線枠内は、授業の中で記入します。

⑤自己評価の仕方

- ・自分の生活習慣と食事を見直し、食事を規則正しくとることの重要性がわかったか。