

家庭科 学習指導案

〈長野県技術家庭科教育研究会テーマ〉

共にひらく技術・家庭科の学習



- 1 日 時 平成27年10月23日(金) 第2校時(9時40分～10時25分)
- 2 会 場 松本市立芝沢小学校 調理室
- 3 授業学級 5年3組(男子15名, 女子10名 計25名)
- 4 題 材 名 「食べて元気に ～おいしいみそ汁を作ろう～」
- 5 指 導 者 長野県総合教育センター教科教育部専門主事 三澤 潤子 先生
- 6 授 業 者 小山 敏彦

目 次

1	題材名	1
2	題材設定の理由	1
3	題材の目標と評価規準	1
4	指導上の留意点	2
5	題材の展開	2～4
6	本時案	4～5
7	本時見ていただきたい点	5

1 題材名 「食べて元気に ～おいしいみそ汁を作ろう～」 5年

2 題材設定の理由

5年3組の子どもたちは、2年間の家庭科学習のめあてを「生活を送っていく中で必要なことを学べる。」「家で手伝いができるようになる。」と記入するなど、家庭科の学習に興味を持っている。特に、調理の分野では、「自分で作るとがんばった分おいしいから。」「友だちと協力して作る料理はおいしいから。」など、家庭科の学習を楽しみにしている様子がみられる。

子どもたちは、1学期にゆで卵やゆで野菜に取り組んだ。「ゆで卵」の学習では、班ごとに3分、5分、10分、15分とゆでる時間を計測し、どのゆで時間の卵が自分の好みでおいしく食べられるかを行った。ゆでる時間が違うと黄身の硬さが変わり、その食感も違うことに改めて気づいた子どもたちも多かった。また、「ゆで野菜」の学習では、ほうれん草をゆでたが、ほうれん草を入れるタイミングやいつ取り出せばいいかを迷ってしまう子どもたちも多く見られた。実習後の感想では、「長くゆでると柔らかくなり大きさも変わる。短いとあまり変わらない。」「ほうれん草はあまりゆすぎない方がいい」などと感想を書いた子どもたちが見られた。2回の調理実習で、ゆで時間を調整することで好みのゆで卵やゆで野菜ができる喜びを味わうことができた。そして、授業の中で実践したことを早速家庭で取り組んだ子ども達も見られた。この学習では、野菜のおいしさを引き出すにはそれぞれの野菜にあったゆで時間があること、人によって好みも違うということグループ毎のゆで時間を変えた調理実習を通して学んだ。また、1人でもできるようになることで、自信を持ち家庭実践意欲へつながることがわかった。

本題材では、五大栄養素やバランスのよい食事の学習をしてからみそ汁の作り方の学習をする。また、みそ汁の実の組み合わせを工夫することで、栄養のバランスを考えることもできる。

そこで、学級農園で作っているじゃがいもを入れたみそ汁の実習を仕組み、葉物野菜から根菜類へと広げていくことにした。根菜類は食感やうまみに関しても、ゆで時間と同時に切り方をも工夫する必要がある。また食べる人の食べやすさといったことにも工夫の余地がある材料である。

本学級の子どもたちは、パン食は少数でご飯を食べる家庭が多く、みそ汁もよく食べている。しかし、自分で調理した体験は少ない。そこで、日本の伝統食であるみそ汁への理解を深め、おいしいみそ汁を作るためのポイントを学び、一人一人が調理をすることで、基本的な知識と技能を習得させる。また、みそ汁に欠かせない「だし」の飲み比べをして「だし」の大切さに気づいたり、適切な実の切り方や入れ方について学んだりすることで、おいしいみそ汁ができることを理解できるように学習を展開していく。そしてみそ汁に対する興味を高めてから基本的なみそ汁の調理実習を行う。実習後、家庭で実践するとき困りそうなことについて話し合いながら計画を立てることで、自信をもって家庭実践ができるようになることを考えた。また実践後には報告会を行い、上手にできたこと、家族の反応、今後の課題などについて意見を出し合う場を設けることで、家庭実践の喜びにもふれ、繰り返し実践しようとする気もちを育てていきたい。

これらの活動を通して、子どもが学習したことを家庭で実践していこうとする意欲を育むことができると考え、本題材を設定した。

3 題材の目標と評価規準

(1) 題材の目標

- ① 食事の役割を知り、食品を組み合わせることで栄養のバランスよくとろうとする。
- ② 米飯やみそ汁の調理に関心を持ち、必要な材料と分量を考えて、調理計画を立てることができる。
- ③ 調理に必要な用具を安全で衛生的に取り扱い、米飯やみそ汁の調理をすることができる。

(2) 評価規準

家庭生活への 関心・意欲・態度	生活を 創意工夫する能力	生活の技能	家庭生活についての 知識理解
ア 食品を体内での3つの働きや栄養素ごとにわけることができる。 イ 日本の伝統的な日	ア 手順や見通しをもって、みそ汁の調理計画を立てたりしている。	ア 調理に必要な用具を安全に取り扱うことができる。 イ だしの取り方や実	ア 日常の食事の役割の大切さや食品のはたらきについて理解している。

常食であるみそ汁に関心をもち、みそ汁の調理をしようとしている。		の切り方、みその入れ方を考え、みそ汁を作ることができる。	イ みその特徴とみそ汁の作り方について理解している。
---------------------------------	--	------------------------------	----------------------------

4 指導上の留意点

- (1) 学習カードや調理手順を示した資料を掲示し、材料を入れる順番やタイミングをつかみやすいようにする。
- (2) コンロや包丁等の取り扱いには、十分に気をつけさせるために、具体的に示しておく。
- (3) ジャガイモの芽をしっかりとるようにする。

5 題材の展開

学習問題	○学習活動（・児童の反応）	◇指導 ◆評価	時間
1 どんな食品を食べているか調べよう。	○給食の献立を見て、献立に使われている食品について調べる。 ・月曜日から木曜日まではご飯がでる。 ・金曜日はパンがでていいる。 ・ご飯には必ず汁物がついていいる。 ○4年生での学習を想起させ、なぜ食事をするのかを考えさせる。 ○給食の献立を3つのはたらき、「エネルギーになる」(黄色)「体をつくる」(赤色)「体の調子を整える」(緑色)に分けてみる。	◇給食では、栄養を考えたくさんの食品が使われていることを確認する。 ◇食事をとらないと学習や運動するにも力がでないことや、活動のエネルギーになることを確認する。 ◇食品には、主なはたらきとして3つの色別グループに分けられ、3つのはたらきは「エネルギーになる」(黄色)「体をつくる」(赤色)「体の調子を整える」(緑色)であることを確認する。 ◆自分の家や給食を振り返り、食品の3つの働きについて興味や関心をもつことができる。【関心ア】	1
2 食品の栄養素について調べよう。	○五大栄養素の種類や働きを教科書から調べる。 (炭水化物、脂肪、タンパク質、無機質、ビタミン) ○給食の献立を五大栄養素に分類する。	◇食品には、五大栄養素があることを伝え、教科書などを参考に調べさせる。 ◇学習プリントに食品を分類していく。 ◆給食を振り返り、食品を栄養素ごとに分けることができる。【知識理解ア】	1
3 バランスのよい食事をするにはどうしたらよいか考えよう。	○今朝食べてきた食事を学習プリントに記入し、何を食べたかを振り返る。 ・朝、ご飯を食べてきた。 ○バランスよく食事をするためには、どのようなことに気をつければよいかを考える。	◇食事には、様々な食品が取り入れられていることを確認する。 ◇各自の家での食事のメニュー調べから、何を主食にしているかを発表させる。 ◇三つのグループに分けた時、足りなかったものや少なかったものに注目し、どんな食品を補えばよいか考えさせる ◇みそ汁を例にとり、実の組み合わせ	1

		<p>によって、いろいろな栄養が補えることをおさえ、次のみそ汁へ意欲づける。</p> <p>◆自分の食事を振り返り、使われていた食品を3つのグループに分けて栄養バランスがよいか調べることができる。【関心ア・知識理解ア】</p>		
4 みそ汁の作り方を調べよう。	<p>○みそ汁について調べてきたことを発表し、基本のみそ汁の作り方を知る。</p> <p>・家では、だしは粒状のものを使っている。</p> <p>・実は、豆腐、わかめが多いです。</p> <p>○みそ汁のだしの取り方を知る。</p>	<p>◇家族に聞いて調べてきたみそ汁の作り方を発表させる。</p> <p>◇にぼし、かつお節、こんぶの3種類のだしの試飲をして、だしの大切さを知り、興味を持つことができるようにする。</p> <p>・だしの取り方を師範する。</p> <p>◆だしに関心を持ってだしの取り方を理解することができる。【関心イ・知識理解イ】</p>	1	
5 みそ汁の特徴を知り、みそ汁の作り方の手順を確認する。	<p>○みそ汁を作るときに気をつけることを発表する。</p> <p>○みそ汁の作り方のポイントをおさえる。(実の切り方や入れる順番、みその扱い方)</p>	<p>◇実際に教師がみそ汁を作り様子を観察するように伝える。</p> <p>◇みそ汁を作る時に気をつけることを理解できるようにする。</p> <p>◇試しに味見をさせ、おいしく作りたいという願いが持てるようにする。</p> <p>◆みそ汁の基本的な作り方を知り、試食し願いを書くことができる。【関心イ・知識理解イ】</p>	1	
6 みそ汁作りの計画を立てよう。	<p>○実の切り方と入れるタイミングを考えて計画を立てる。</p> <p>○自分が作るみそ汁はどんなみそ汁にしたいかを考える。</p> <p>・ジャガイモは小さく切って食べやすくしたい。</p> <p>・長ネギは最後に入れよう。</p>	<p>◇同じテーブルで調理するお互いのみそ汁について感想を伝え合うために、ペア+2人分(4人分)の材料と分量で作るように伝える。</p> <p>◆実の切り方や入れるタイミングを考えて、手順や時間の見通しをもった実習計画を立てている。【工夫ア】</p>	1	
7 みそ汁を作ろう。(ペア学習)	<p>第7時</p> <p>○材料や用具の準備をする。</p> <p>○ジャガイモやネギを計画書通りに切る。</p> <p>○自分の願いをペアや班の友だちに伝えるために付箋を書く。</p>	<p>◇安全に実習ができるよう、包丁の扱いを確認する。</p> <p>◇ジャガイモの芽の取り方や切り方などの安全面について確認する。</p> <p>◇自分の願いを付箋に書くように伝え、ペアや班の友だちに渡すように伝える。</p> <p>◆調理に必要な用具を安全に取り扱い、計画書通りに実を切ることができる。【技能アイ】</p>	1	2 本 時
本時案参照			1	
8 家での実践を考えよう	<p>○「家庭でも一人でつくるおいしいみそ汁」の計画を立てる。</p> <p>・おいしいみそ汁のポイント(実</p>	<p>◇今までの学習を活かして、「おいしいみそ汁」をつくるためのポイントをふまえて、家庭でも一人で実践するた</p>	1	

	の切り方やタイミング) に気をつけて計画を立てる。	めの計画を立てられるようにする。 ◇切り方やタイミングの確認, 困りそうなことを解決できるようにする。 ◆家族に食べてもらうおいしいみそ汁の調理計画を立てられる。【工夫ア】	
《家庭実践》			
9 家庭実践後の振り返り。	○家庭で作ったみそ汁づくりを振り返る。 ・うまくできたこと・工夫したこと, 家族の反応や感想を発表する。 ・うまくできなかったことがあれば, 課題について意見を出し合う。 ・今後, どんなみそ汁をつくりたいか考える。	◇家庭実践を振り返り, 家族の反応や感想はどうであったか発表させる。 ◆みそ汁づくりを家で実践しようとしている。【関心・意欲イ】	1

6 本時案

(1) 主眼

実の切り方, 入れるタイミングを考えて計画を立てた子どもたちが, 計画書を見ながらペア調理をし, 友達と試食・アドバイスしあうことを通して, 願い通りのみそ汁を作る見通しがもてる。

(2) 本時の位置 (全10時間扱い中第8時)

前時: 実の切り方や入れる順番を考えた。調理計画に沿って, 材料を準備した。

次時: 実際に家で作る調理計画を立てる。

(3) 指導上の留意点

- ・身支度 (エプロン・マスク・帽子), 手洗いをしっかりし, 確認する。
- ・加熱した鍋やガス, 包丁の扱い方の確認をし, 安全面に留意する。
- ・作業手順 (役割分担) を確認してから調理に取りかかるよう伝える。
- ・写真 (絵) カードなどを使い, 調理手順などを視覚的に確認できるように掲示しておく。
- ・前時までに調理器具を用意したり材料を切ったりしておく。

(4) 展開

段階	学習活動	予想される児童の反応	◇指導 評価	時間
課題把握	1 どんなみそ汁にしたいか願いの確認をする。	・ジャガイモがほくほくしたみそ汁を作りたい。 ・ねぎがシャキシャキしたみそ汁を作りたい。	○子どもたちの願いを聞き, みそ汁作りへの意欲を高める。	5
	学習問題: 計画書を見ながら, 自分の願いに沿ったみそ汁を作ろう。			
	2 今日の学習課題を確認する。	・ねぎをシャキシャキするように最後に入れよう。 ・長く煮込みすぎないように, 柔らかくなったら火を止めよう。	◇自分の願いにそったみそ汁にはどのような点に気をつけるかを確認させ, 発表させる。 ◇二人で作り方を見合うように伝える。	
学習課題: 実を入れる順番・タイミング・火を止めるタイミングに気をつけて調理しよう				
	2 みそ汁を作る。	・計画書を見ながら順番に実を入れよう。 ・ジャガイモが透き通ってきた。	◇机間指導を行い, 個々の子どもへの指導を行えるようにする。 ◇交代しながら手順にそって調理していたら認める声かけをする。	20

<p>究 明 ・ 実 践</p>	<p>3 自分達のみそ汁を試食しながら感想を書く。</p> <p>4 隣のペアのみそ汁を試食し、感想を書く。</p>	<p>・やわらかくなったかは竹串で確認しよう。</p> <p>・みそを入れたら中火にしよう。</p> <p>・みそを溶いて入れたら、沸騰する前に火を消そう。</p> <p>・一煮たちしたから火をけそう。</p> <p>・できたぞ、早く食べたいな。</p> <p>・ジャガイモもやわらかくなったよ。</p> <p>・ネギの色がきれいなだな。</p> <p>・隣のペアの作ったみそ汁を試食し、感想を書く。</p> <p>・ジャガイモがやわらかくて食べやすいね。</p> <p>・香りもあり、味もしょっぱくなくておいしいね。</p>	<p>◇安全面、技能面について心配な子には、机間指導の際に助言していく。</p> <p>◇鍋の取手が熱くなったら、ふきん等を鍋つかみの代わりにするように声がけをする。</p> <p>◇自分たちのみそ汁をよそい、試食する。</p> <p>◇試食して、自分達の計画したみそ汁になっているか確認させ、感想を書かせる。</p> <p>◇感想の書き方に困っていたら、自分の願いを確認させる。</p> <p>◇隣のペアのみそ汁を試食し、感想を書くように促す。</p>	<p>15</p>
<p>整理 ・ 発展</p>	<p>5 分かったことや感想などを発表する。</p>	<p>・僕のみそ汁は、早く入れたのがよかったから、実もやわらかくておいしかった。</p> <p>・いいタイミングで入れられた。</p> <p>・だしもきいていておいしくしあがった。</p> <p>・私のみそ汁は、ジャガイモが少し硬かった。</p> <p>・次はもっと小さくじゃがいもを切ってみたい。</p>	<p>◇分かったことや感想を発表するように促す。</p> <p>◇新たに気づきや課題が生まれた児童の姿や意見も取り上げる。</p> <p>◆実を入れるタイミングを考えて、みそ汁を作り、願い通りのみそ汁を作る見通しがもてたか。【工夫ア・技能イ】</p> <p>《ここで参観終了》</p>	<p>5</p>
<p>協力して後片付けをする。(時間外)</p>				

(5) 見ていただきたい点

- ① 願いどおりのみそ汁を作るための見通しをもつことに計画書が有効であったか。
- ② ペア同士の関わりの場を設けたことは、家庭実践への見通しを持つことにつながったか。