

第5学年 家庭科学習指導案

指導者 瀬川幸恵

I 題材名 家族におすすめわたしの料理 ―野菜サラダを作ろう―

II 題材の指導構成

1 題材について

- 本題材は、食物や食生活について関心をもち、健康・安全で豊かな食生活を目指して工夫する活動を通して、ゆでる調理について課題をもって、調理に関する知識及び技能を身に付けるとともに、おいしく食べるために調理計画を考え、調理の仕方を工夫することができることをねらいとしている。

本題材を学習しながら、調理に必要な調理器具や調理用具の安全な扱い方、野菜の特徴を生かした食べ方や調理の仕方に関する基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けるようにしていく。また、身に付けた知識及び技能を生かして、家族の願いや好みに合わせた野菜サラダの調理計画を立てたり、家庭で実践したりできるようにする。本題材は、ゆでる調理のよさに気づき、習得した知識及び技能を生かして調理する楽しさを味わうことができるとともに、家族のためにできることが増えていく自分の成長を実感することができる題材である。

- 子どもたちは、普段の生活や将来生きていく上で必要なことを身に付けることができるものとして家庭科の学習の有用性を感じている。これまでの学習で子どもたちは、家族の一員として家庭生活を見つめ直し、家族の生活を支える仕事に気づき、自分にできることを計画・実践してきた。しかし、身に付けた力を家族のために使ったり、生活をよりよく向上・改善させていこうと考えたりしていこうと考える子どもが多くは見られない。

本題材にかかわる実態調査では、「ガスコンロやIHなどの加熱器具を安全に使うことができる」と答えた子どもは、約48%で、「包丁を使って食材を切った経験がある・家庭でよく行う」は約65%、「野菜や卵をゆでたことがある・家庭でよく行う」約36%ということが分かった。また、調理の経験が全くないと答えた子どもが数名見られることから、生活経験には大きな差があることが分かる。さらに、アンケートから調理を行う上で、包丁やガスコンロを安全に使ったり、おいしく調理をしたりすることに不安を感じている子どももいた。

調理を経験した子どもたちが多くみられるものの、安全や調理の手順に不安を抱く子どもや食物アレルギーを有する子、視覚支援の必要な子どもがいることから、無理なく調理できるものを扱い、安全に十分配慮し、一人一人が自信をもって意欲的に学習ができるようにしていく。

本題材を通して、調理のよさを実感させるとともに、体験活動を繰り返すことを通して、調理実習の約束事や調理に必要な知識及び技能を身に付けさせる必要があると考えた。

- 本題材では、「家族におすすめわたしの野菜サラダ」という題材を貫く学習課題を設定し、学習を展開していく。導入の場面では、日常食べている野菜サラダを想起したり、ゆでた野菜と生の野菜を比べてゆでるよさに気付かせたりする中で、家庭生活を見つめ直し、家族の食の好みや願いに合わせた野菜サラダを作れるようになりたいという気持ちを高めさせたい。次に、調理する上で必要な知識や技能を身に付けるために、実習や実験を取り入れ、ゆで方の手順の根拠についてかんがえることができるようにする。さらに、おいしく食べるために、健康・安全などの視点から、調理計画や調理の仕方を考え工夫することができるように、友達との交流の場を通して、実習して考察したことを根拠や理由を明確にして分かりやすく説明する活動を充実させながら、調理の基礎・基本を習得させたり、習得した技能を用いて作る楽しさを感じたりしながら活動できるようにしていきたい。終末においては、できるようになった自分の成長を実感させ、身に付けた力を使って家庭実践につなげていきたい。

このような学びをすることで、本校でめざす具体の姿の「かんがえる子」と「おもしろいのある子」の「ウ 他と協調し、生活の充実を図る（学びに向かう力、人間性等）」が身に付いていくことにつながるようにしていきたい。

2 復興教育（3つの教育的価値）との関連

- いきる 「⑤自分の成長」とのかかわり

家族のための野菜サラダ作りを通して、自分の成長や生活が家族の支えで成り立っていることに気付くとともに、「家族にしてもらおう自分」から「できる自分」へと自分の成長を自覚する。

- かかわる 「⑧家族のきずな」とのかかわり

野菜サラダ作りの実践を通して、家族の一員として役立つことの喜びを実感したり、家族のためにできることを続けていこうとしたりする態度を養う。

Ⅲ 題材の指導計画

1 題材の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう人間性等
調理に必要な調理器具や調理用具の安全な扱い方、野菜の特徴を生かした食べ方や調理の仕方について理解する。 安全や衛生に気を付け、調理器具を適切に使って、野菜サラダの調理ができるようにする。	調理に応じて材料の組み合わせや切り方、調理法、味の付け方などを考え、野菜サラダの調理計画を自分なりに工夫して作成する。	家族の好みや願いに気付き、野菜の食べ方や調理の仕方について考えようと取り組むとともに、家族の一員として自分にできることを意識し、よりよい食生活を工夫し、実践しようとしている。

2 学びのつながり

- 子どもたちは家族の一員として家庭生活を見つめ直し、家族の生活を支える仕事に気付き、自分でできることを計画・実践してきた。また、4年生の体育科（保健）「毎日の健康と生活」の学習では、体成長にはバランスの整った食事が必要であり、食生活を家族生活や健康と関連付けて考えることができるようになってきている。
- 本題材では、家庭科における生活の営みに係る見方・考え方「健康・安全」の視点を働かせて、野菜サラダをおいしく食べるために、調理に必要な材料や分量、手順を考えて調理の計画を立てたり、切る、ゆでるなど調理の基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けさせたりしながら、調理の仕方を工夫することができる学習展開にしていく。
- 本題材で身に付けた力は、「健康家族の食生活 - おかずを作ろう - 」や「健康的な家庭生活をめざして - ごはんとみそ汁を作ろう - 」の学習で、ゆでたりいためたりする調理を通して、材料を変えたりや調理法を組み合わせたりして、簡単なおかずを作り、1食分の食事を整えることができるようになったり伝統的な日常食のよさを見直したりしながら、自分や家族の食生活をよりよくしようと工夫していくことにつながる。

3 題材の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 調理に使用する用具や用途、安全や衛生を考えた身支度の仕方を理解している。 ② こんろや調理に必要な用具、材料を安全で衛生的に取り扱うことができる。 ③ 卵や野菜をゆでるよさやゆでるものに応じたゆで方の違いについて理解し、ゆでることができる。 ④ 調理に必要な材料、用具、手順について理解している。	⑤ 野菜サラダの計画を立て、自分の課題を設定することができる。 ⑥ 調理実習や実験を振り返り、計画・実践等について課題を見付け改善策を工夫している。	⑦ 調理実習で学んだことをもとにして、家族におすすめわたしの野菜サラダ作りの計画を立てることができる。

4 題材の指導構想と評価の計画(全10時間)

時	学習内容 働かせる見方・考え方	研究にかかわる手立て	評価規準及び 評価方法
1	○ 調理に使用する用具や用途、身支度の仕方について調べる。 安全	【手立て2 生活経験を基に、課題把握を行う】 調理室の探検を通して、調理に必要な用具について、家庭と比較したり使い方を考えさせたりする。給食時間を想起し、安全や衛生を考えた身支度の仕方を理解させる。	【評価①】 [発言・ノート]
2	○ 野菜サラダを作るために身に付けたいことを考える。 ○ 「家族におすすめ私の野菜サラダ」の学習計画を立てる。 健康	【手立て2 生活の課題を把握し、解決の計画を立てる】 家庭生活や野菜サラダの学習を想起し、加熱することで食べることのよさに気付かせる。「家族におすすめわたしの野菜サラダ作り」という学習のゴールに向かい、自分の課題を設定させる。	【評価⑤】 [発言・ノート]
3	○ 包丁の使い方について知り、きゅうりの試し切りをする。 健康・安全	【手立て2 知識や技能を習得し、解決方法を検討する】 作業のポイントを考えさせながら、切り方の工夫に気付かせる。	【評価②】 [発言・ノート]

4	○ ガスコンロの安全な取扱いについて知り、お湯を沸かす。 健康・安全	【手立て2 生活経験を基に、生活の課題把握を行う】 安全な操作ができるようにお互いに見合いながら取り組ませる。家庭で湯を沸かしてできること考えさせる。	【評価②】 [発言・ノート]
5	○ 卵のゆで方を知り、ゆでみる。 健康・安全	【手立て2 実習・交流活動を行い、実践を評価する】 実習を通して、課題にそったゆで卵になっているか友達と相互評価してよさや課題について振り返り、実践に生かせるようにさせる。	【評価③】 [発言・ノート]
6 本時	○ 野菜のゆで方を知り、ゆでみる。 健康・安全	【手立て2 実習・交流活動を行い、実践を評価する】 実習を通して、課題にそったゆで野菜になっているか友達と相互評価してよさや課題について振り返り、実践に生かせるようにさせる。	【評価③】 [発言・ノート]
7	○ 計量の仕方を知り、ドレッシングを作る。 健康・安全	【手立て2 知識及や技能を習得し、解決の見通しをもつ】 試食しながら、課題にそった味付けになっているか(正しく計量ができているか)友達と相互評価をしてよさや課題について振り返らせる。	【評価②】 [発言・ノート]
8	○ 野菜サラダづくりの計画を立てる。 健康	【手立て2 実習を振り返り、改善策を検討する】 自分の作りたい野菜サラダの計画を交流を通して、見直し改善・向上を図るようにさせる。	【評価④⑦】 [ワークシート]
9 10	○ 野菜サラダの調理実習を行う。 健康・安全	【手立て2 改善策を生かし、実践する】 題材を通して学んだことや身に付いたことなどについて振り返り、実践への意欲化を図る。	【評価③⑥】 [ワークシート]
課外	○ 家庭で野菜サラダ作りに挑戦する。 健康・安全	【手だて2 成長を実感し、次の学びに生かす】 学んだことを生かして、家族の好みや願いを考えた野菜サラダを作る。	【評価⑦】 [ワークシート]

IV 本時の指導計画

1 目標

- 青菜のゆで方や、加熱した時のよさがわかり、ゆでることができる。

2 評価規準

ゆでることのよさやゆでるものに応じたゆで方の違いについて理解し、ゆでることができる。

【知識・技能】

<努力を要する状況の子どもへの手立て>

試食や対話をする中で、野菜に合ったゆで方について考えることができるようにする。

3 展開

階段	学習過程	時間	学習活動	期待する子どもの姿	研究にかかわる手立て	留意点と評価
導入	課題をもつ	3	1 前時の学習を想起する。 2 学習課題を把握する。 青菜は加熱するとどのように変化するのだろうか。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 前回は卵をゆでたな。 ・ 卵は水からゆでたな。 ・ ゆでる時間で卵の固まり具合が違ったな。 ・ ゆでる時間はどれくらいかな。 ・ 水からゆでるのかな、お湯からゆでるのかな。 ・ 家ではお湯からゆでているよ。 	【生活の課題発見】 既習の知識や生活経験を基に、青菜の加熱の仕方や変化について考えさせる。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 事前に家庭で青菜のゆで方について調査活動を行っておく。

展開	見通す	5	3 青菜のゆで方を知る。	<ul style="list-style-type: none"> ・ やけどしないように気を付けよう。 ・ 根から入れるのはなぜだろう。 ・ 水に入れるのは理由があるのかな。 ・ こんなに短い時間でゆでられるのかな。 ・ かさが減った。 ・ 味にも変化があるのかな。 	<p>【知識及や技能を習得し、解決の見通しをもつ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 青菜のゆで方を知り、食べやすくおいしくするために目的に応じたゆで方があることを理解させる。ゆでることによってかさが減るものは、多くの量を食することができるなど調理の特性を理解させる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 青菜の洗い方も指導し、衛生面にも気を付ける。
		15	4 青菜をゆで、試食する。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 色がきれいにできたな。 ・ やわらかくなりすぎた。 ・ うまくできた。 ・ 甘くなった。 ・ 均等に切ることができなかつたな。 ・ 歯ごたえも残っているな。時間はちょうどよかったな。 	<p>【実習・交流活動を行い、実践を評価する(根拠を明確にするための交流の場①)】</p> <p>実験を通して考えたことを友達と交流させ、ねらいりにゆでることができたか、理由を付けて発表させるまた、うまくいかなかった場合は、原因を考えたり友達にアドバイスをもらったりして改善の方法を考えさせる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 包丁の使い方、材料のおさえ方、立ち方、こんろの扱いに気を付けて実習を行わせる。
深める		12	5 ゆで時間やゆで方が違う青菜と比較する。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 水からゆでると、色が悪いね。くたくだね。 ・ 長い時間ゆでると、歯ごたえがない。 ・ 栄養もなくなっていそうだ。 ・ お湯からゆでると、短い時間で歯ごたえよく仕上がる。 ・ 時間を短くしてゆでればいいと思う。 	<p>【実習・交流活動を行い、実践を評価する(根拠を明確にするための交流の場②)】</p> <p>ゆで方の手順について根拠をもつことができるように青菜のゆで方・時間の違う標本を見せ、科学的な資料を基に理解させる活動を行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生の青菜、お湯からゆでた青菜、水からゆでた青菜など比較できるものを準備する。
		10	7 本時の学習を振り返る。	<ul style="list-style-type: none"> ・ たまごの時は、水からゆでたけれど、青菜は栄養を逃がさないために、お湯から短時間でゆでることが分かった。 ・ 手早くすることが難しく、柔らかくなりすぎたので、次は手早くできるようにしたい。 ・ ゆでると、たくさん食べることができて、栄養がたくさんとれそう。 ・ 自分の作りたいサラダに入れる野菜はどのくらいの時間ゆでるのか知りたい。 	<p>学習前の自分から、本時の学習を通し分かったこと、できるようになった自分を自覚できるようにするとともに、健康の観点で振り返ったり、それらを野菜サラダ作りなどのように活用したいかこれからできるようになりたいか考えさせたりする。</p>	<p>【評価⑦】</p> <p>発言 ノート</p>
終末	まとめる・生かす		8 次時の学習の学習への見通しをもつ。	<p>次時は、身に付けた力を使って、野菜サラダ作りの計画を立てることを確認し、見通しをもたせる。</p>		