

# 家庭科学習指導案

日 時：平成27年11月12日（木）第5校時

場 所：1年A組教室

対 象：1年A組（男子19名、女子14名、計33名）

授業者：教諭・野中 清香

## 1 教材名

3 調理をしよう ⑤野菜の調理（開隆堂）

## 2 題材について

### （1）生徒について

本クラスは、事前のアンケート結果から『自分から進んで授業に臨んでいる』と答えた生徒が72%、『先生の説明や友達の発言を真剣に聞いている』と答えた生徒が97%と、多くの生徒が意欲を持ち取り組んでいることと、授業を大事に考えている事が分かる。しかし、自分の考えについて、『理由や根拠をあげることができる』と答えた生徒は56%であった。この結果から、理由や根拠を考えさせるような発問の工夫や、授業の組み立てを工夫することが必要である。

家庭の中では、配膳や片付けの仕事をしている生徒は多いが、実際の調理にかかわる役割を務めている生徒は少なく、食品や調理用具の扱いに慣れていないことが伺える。包丁を持つ頻度については、ほとんど使わないという生徒が75%と多かった。また、よく使用しているという生徒も9%おり、経験の違いから技能にも大きな差があると予想されることから、生活環境や経験にとらわれず、生徒が意欲を持ち続け、臨めるような授業展開を工夫することが大切である。

このことから、本題材で基礎的・基本的な知識や技能を身につけさせ、日常食の調理を身近なものにし、食生活をよりよくするために実践しようとする意欲と態度を養いたい。

### （2）教材について

本題材は、学習指導要領「B 食生活と自立」（3）日常食の調理と地域の食文化について、ア「基礎的な日常食の調理ができること。また、安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができること。」イ「地域の食材を生かすなどの調理を通して、地域の食文化について理解すること。」ウ「食生活に関心を持ち、課題をもって日常食又は地域の食材を生かした調理などの活動について工夫し、計画を立てて実践できること。」を設定した題材である。

食を取り巻く状況に様々な問題が取りあげられる中で、中学生が適切な食生活のあり方を学び、身に付けることは、生涯にわたり健康な生活を送るためにも大切である。ここでは、日常食の調理などに関する学習を通して、調理についての基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、地域の食文化についての理解と関心を深め、地域の食材などを生かした調理を工夫し、実践しようとする意欲と態度を育てることをねらいとしている。

### （3）指導にあたって

指導にあたっては、身近な食品である肉・魚・野菜の調理を通し、自分の家庭生活を振り返らせた。また、興味・関心を持たせるよう、食にかかわる問題を衛生面、環境面など様々な角度から取り上げていきたい。そのために、自分たちで、調理をして食べるという体験で終わってしまうことがないように、調理することの楽しさを味わい、協同作業をする中で友人の姿から学び、自分の生活で実践する力を付けさせたいと考える。調理についての基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、食品や調理用具の扱い方、効率を考えた調理の進め方など、生活をより良くするための実践につなげたい。

## 3 題材の指導目標及び評価規準

(1) 題材の目標

- ア 基本的な日常食の調理ができ、安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができる。
- イ 食生活に関心を持ち、課題を持って日常食又は地域の食材を生かした調理などの活動について工夫し、計画を立てて実践できる。

(2) 題材の評価規準

ア：生活や技術への 関心・意欲・態度	イ：生活を工夫し 創造する能力	ウ：生活の技能	エ：生活や技術に についての知識・理解
日常食の調理と地域の食文化について関心を持って学習に取り組み、食生活をよりよくするために実践しようとしている。	日常食の調理と地域の食文化について課題を見付け、その解決を目指して自分なりに工夫し創造している。	日常食や地域の食材を生かした調理に関する基礎的・基本的な技術を身につけている。	地域の食文化について理解するとともに、日常食や地域の食材を生かした調理に関する基礎的・基本的な知識を身に付けている。

4 単元の指導計画及び評価計画

時間	ねらいと学習活動 ◎ねらい ○学習活動	・基礎的な日常食の調理ができる。 ・安全と衛生に留意し、食品や調理用具の適切な扱い、管理ができる。	評価規準	評価方法
1	◎調理の流れと手順を理解し、安全に配慮することができる。 ○安全と衛生に留意し、環境にも配慮した調理実習について知る。 ○調理の目的を知る。 ○調理実習に必要な用具の正しい扱い方を知る。 ○野菜の皮のむき方と2種類の切り方を知る。 ○野菜の皮のむきと2種類の切り方で大根を切る。	わかる できる	エ	活動状況の観察 ワークシート
2	◎安全や衛生に注意して、包丁・まな板・計量器具の使い方が分かる。 ○野菜の7種類の切り方を知る。 ○食品や調理用具の安全と衛生に配慮し、7種類の切り方を実践する ○計量器を使いドレッシングを作ることができる。 ○盛り付け、食事のマナーについて知る。	わかる できる できる わかる	ウ	活動状況の観察 ワークシート
3	◎魚の調理上の性質について理解し、魚をおいしく食べるための調理計画を立てる。 ○魚の種類、選び方を知る。 ○魚の調理上の性質、特徴を知る。 ○和食の配膳について知る。 ○安全と作業能率を考慮して実習の計画を立てることができる。	わかる わかる わかる できる	エ	ワークシート 後日ペーパーテスト
4	◎魚の特徴を生かして美味しい「さんまのつみれ汁」を作る。 ○班で協力し、意欲的に調理実習をする。 ○材料に適した洗い方、切り方、下ごしらえができる。 ○正しく計量することができる。 ○安全と作業能率を考慮して、調理することができる。	できる できる できる できる	ウ	観察 レポート
5	◎肉の調理上の性質について理解し、ハンバーグを美味しく食べるための調理計画を立てる。 ○肉の種類や部位によって特徴があり適する料理があることを知る。 ○肉の調理上の性質を知る。 ○洋食の配膳について知る。 ○安全と作業能率を考慮して実習の計画を立てることができる。	わかる わかる わかる できる	エ	ワークシート 後日ペーパーテスト
6	◎肉の特性を生かして美味しいハンバーグを作る。 ○材料に適した洗い方、切り方、下ごしらえができる。 ○正しく計量することができる。 ○安全と作業能率を考慮して、調理することができる。	できる できる できる	ウ	観察 レポート

7 本 時	◎野菜の調理の性質を理解し、野菜を美味しく食べるための調理計画を立てる。 ○野菜の種類と選び方を知る。 ○野菜の調理上の特徴を知る。 ○安全と作業能率を考慮して実習の計画を立てることができる。	わかる わかる できる	イ	ワークシート 後日ペーパーテスト
8	◎野菜の特性を生かして、おいしい「せんべい汁」を作る。 ○材料に適した洗い方、切り方、下ごしらえができる。 ○正しく計量することができる。 ○安全と作業能率を考慮して、調理することができる。	できる できる できる	ウ	観察 レポート

## 5 本時の指導

### (1) 指導目標

地域の野菜を活用し、調理上の性質を生かした、おいしく食べるための工夫をすることができる。

### (2) 本時の評価規準

評価の観点	「概ね満足である」と判断される状況（B） （評価方法）	支援を要する生徒への具体的な手立て
【生活を工夫し創造する能力】	野菜の調理上の性質を理解し、調理に必要な手順や時間を考えておいしく食べるための工夫をすることができる。	キーワードカードを準備し、前時の学習を想起させる。

### (3) 校内研究との関連

研究主題 主体的に学ぶ生徒の育成～「わかる」「できる」喜びのある授業について

#### ①育てたい生徒像

家庭科の育てたい生徒像は「生活の自立を目指し、実践できる生徒」である。学んだ知識や技能を日常生活の中で生かすために、生活と学習を関連させた課題を設定することで、意欲を持って授業に取り組むようになることを考える。また、それぞれの家庭環境や生活体験の違いにより、学びや技能に個人差がある。そこで、グループ学習や学び合いを意図的に設定し、自分以外の家庭生活の状況や考えを知る機会を作ることで、多様な価値観を知ることができることを考える。立場を変えて物事を見る機会にもなり、多様な視点を持つことができる。そして、生活の中での多様な選択肢から、今の自分にとっての最適解を考え、選択する力を付けることで育てたい生徒像に迫りたい。

#### ②「わかる」「できる」喜びのある家庭の授業のために

##### ア まとめにつながる学習課題

日常的な生活場面と学習内容のつながりを想起させるような導入の工夫を行い、課題を提示する。

##### イ 発問、教具の工夫

既習事項を意識させ、根拠を明らかにして説明できるような発問を工夫する。

実物を用意することで、実感を伴った理解になるような活動を工夫する。

##### ウ 学び合い

個人で考える時間を確保した上で、グループで考えを深める時間を設定する。グループ学習では、自分以外の考え方や生活の工夫を知り、多様な考えにふれる機会を作る。

##### エ 生徒の言葉によるまとめ

理由を明確にし、考えをまとめることで学習課題に迫る。

### 家3

### (4) 本時の指導の構想

導入では、生活と学習のつながりを意識させるために、地元の産直から購入した野菜を提示し、興味を持たせたい。そして、野菜をおいしく食べることについて、おいしいとは具体的にどのような事かを考えさせ、本時の学習課題につなげたい。

展開では野菜の調理上の性質を理解し、調理することがおいしさにつながることを重点にしながら、

栄養的特質、野菜の切り方、加熱による変化についての既習事項の確認を短時間で行う。緑黄色野菜の色の変化、切り口の色の変化については見て分かるよう実物を用意する。

次に学習課題である「せんべい汁の材料である野菜をおいしく食べる工夫を考える」に迫るため野菜の選び方と切り方、加熱時間にポイントを絞り、個人、班、発表の順に考えを深める手立てをとりたい。

個人では、調理手順プリントを確認しながら、おいしく食べるために工夫できそうな箇所に線を引いた後、学習シートに具材にしたい野菜と切り方を記入させる。時間があればなぜそう考えたのかも記入させる。

次に、グループごとに意見を出し合い、班の考えとしてまとめさせる。グループ学習では、班長を中心に、全員が考えを出し合い、話し合いが進むよう促す。話し合いの結果は、ホワイトボードにまとめさせ、なぜそのような選択をしたかについて、根拠をあげて発表させる。生徒の言葉で話し合いが進むことを意識しながら、意見交流を行いたい。また、出された意見は、学習課題を意識させるために、野菜の切り方、栄養面、時間配分（火の通り具合）、旬（新鮮）、見た目の5つの視点が明らかになるように板書の工夫をしたい。

まとめでは、学級で出された意見をもとにしながら、各家庭や個人で工夫できることや、授業を通しての気づきを自分の言葉でまとめさせる。その後、生徒の発表をもとに「野菜をおいしく食べるための工夫」について教師がまとめを行う。

(5) 本時の展開

は本校の研究に関わる手立てや工夫

段階	学習活動及び学習内容	指導上の留意点及び評価
導入 5分	1 既習事項・生活の振り返り ・二戸（浄法寺）で収穫した野菜を紹介する。  ・おいしいとは具体的にどのようなことか考える。 2 学習課題の設定	・実物を提示し、生活と学習のつながりを持たせる。 ・旬や季節の食材、地元の食材を扱う意義を確認する。 既習事項の確認  ・〈予想される生徒の反応〉 味が良い、歯ごたえが良い、苦くないなど
<b>学習課題</b> せんべい汁の材料である野菜をおいしく食べるための工夫を考える まとめとのつながり重視		
展 開  35分	3 野菜の調理上の性質を知る <b>わかる</b> ・栄養面（ビタミンA、ビタミンC、食物繊維） ・野菜の切り方を確認する ・葉や花を食べる野菜、根や茎を食べる野菜、実を食べる野菜 ・加熱のメリット、デメリット ・色の変化（クロロフィル、アントシアン）  4 野菜の切り方を考える ・調理計画プリントで作り方を確認する。  ・使いたい野菜と切り方を考える。（個人）  ・グループごとに意見を出し合い、野菜の切り方を考えていく。（班） <b>できる</b>  学び合う時間の確保  ・なぜそのような切り方が良いと思ったのか発表する。  生徒の言葉でつなぐ授業展開	既習事項の確認  ・調理に適した野菜の切り方をイメージする。 ・おいしく食べるための調理上の性質を理解させる。  ・工夫できそうな箇所に線を引ながら確認させる。 ・調理の条件は、切る時間15分、煮る時間5分とする。 ・学習シートに記入する。 ・早く終わったら理由を記入させる。  ・野菜の切り方、栄養面、時間配分（火の通り具合）、旬（新鮮）、見た目の5つの視点が出たらよい。 ・グループ学習の中で、お互いが考えを出し合い、学習を深める。 〈支援を要する生徒への手立て〉 キーワードカードを準備する  ・ホワイトボードに記入させる  ・自分たちのグループに出なかった意見はメモをとりながら聞く  ・他の班と自分の班の違いを意識させる。

<p>終末</p> <p>10分</p>	<p>5 本時のまとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜をおいしく食べるために工夫できることをまとめる。</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>わかる</b></p> <p>・次時の実習の予告をする。</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">生徒の言葉によるまとめ</div> <p>〈予想される生徒の反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜の切り方で、火の通り方が変わるので、同じ大きさに切る</li> <li>見た目も大事なので、○○切りにする。</li> <li>早く煮えるように野菜を小さく切る。</li> <li>野菜を入れる順番を野菜の特徴から考えて入れる。</li> <li>旬の野菜を買い、新鮮で栄養価の高いものを食べる。</li> </ul> <p style="text-align: right;"><b>【工夫・創造】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>実習への意欲を持たせる。</li> </ul>
----------------------	--	--

**(6) 板書計画**

**次時の調理実習「せんべい汁」**

学習課題

せんべい汁の材料である野菜をおいしく食べる工夫を考える。

野菜

葉や花を食べる野菜 根や茎を食べる野菜 実を食べる野菜

旬がある…料理に季節感やアクセントを与える

旬のものは栄養価が高い

野菜の調理上の性質

- 加熱による変化…柔らかくなる、かさが減る、VCが流出
- 塩を振った時の変化…水が出る
- 色の変化…加熱、切った後、酢

➔

1班	2班	3班
4班	5班	6班

いろいろな野菜の切り方

まとめ

- 野菜の火の通りが同じになるように切る時の大きさをそろえる。
- 栄養のバランスを考えて3群と4群を入れる
- 時間内に火が通るように切り方を考える
- おいしく栄養価の高い旬の野菜を利用する
- 彩りを良くするために3群の緑黄色野菜を入れる