

第5・6年 家庭科学習指導案

日時	平成18年10月17日(火)	4校時
場所	多目的室	
児童	5年生	女子2名 計2名
	6年生	男子5名 女子3名 計8名
指導者	T1 教諭	伊藤さくら
	T2 主任学校栄養職員	佐々木繁子

1 題材名 まかせてね!きょうのごはん

2 題材について

(1) 設定の理由

小学校学習指導要領において家庭科の目標は「衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、家庭生活への関心を高めるとともに日常生活に必要な基礎的な知識と技能を身に付け、家族の一員として生活を工夫しようとする実践的な態度を育てる。」と示されている。本題材は、学習指導要領家庭内容(4)「日常の食事に関心をもって、調和のよい食事のとり方が分かるようにする。」と(5)「日常よく使用される食品を用いて簡単な調理ができるようにする」の実現をめざすために設定している。

6年生の子ども達は、今まで「ゆでる」「いためる」加熱調理やごはんのみそ汁の調理について基本的な技能を身に付けてきた。5年生の子ども達は、ごはんのみそ汁の調理についてのみ学習しているが、調理に対する興味や関心も高まってきている。また、5・6年生とも、これまでに食べ物の組み合わせを考えて、いろいろな食品をバランスよく食べることが健康のために必要であることを学習してきた。

本題材ではこれらのことを確かめた上で、いろいろな食品を組み合わせで一食分の食事計画を立てて、家族の喜ぶおかずを考えて調理してみる。そして食品がさまざまな料理に変わり、工夫によって味も見た目も好ましいものになることを実感的にとらえさせる。一人一人の思いを大切に調理を計画し、意欲的に主体的に取り組むことにより、家庭生活をよりよくしていこうとする実践的な態度を育てることができ、それが、「よりよい食習慣を身に付け、心と体の健康づくりをする子どもの育成」の実現につながっていくものと考えられる。

(2) 児童の実態

児童は、食に関しての関心が高く、料理することや食べることが好きである。家庭で料理の手伝いをするという子どもも多く、体の成長や健康のために、バランスのよい食事をとることが大切ということも理解している。しかし、家庭での食事内容を調べてみると、特に朝食に関しては、品数が少なく、決して栄養的にバランスのとれた食事をしていないといえない。また、給食では、嫌いなものも食べるが、家庭では、自分の好きなものばかり食べたり、少食だったりする傾向がある。

6年生に比べると、5年生は、栄養的な基礎的な知識についても十分理解しているといえない。

(3) 指導について

指導に当たっては、まず、一食分の食べ物を選んで、栄養的なバランスを考えてみる。好きな食品だけを組み合わせただけでは、栄養的なバランスを整えたり、量を調節したりすることが難しいことに気付くであろう。栄養的にバランスのとれた食事の計画を立てることが大切であることをとらえさせたい。また、今までお世話になった人が出す条件にあった食事を考え、そこから一食分の食事を考える時に気を付けることをとらえさせる。

さらに、家族のために栄養的にバランスのよい食事を考えて実際に調理してみる。家庭では、食事の内容を決める時に、栄養的なバランスだけでなく、家族の好みや料理のいどり、味付け、季節感、家にある食品の利用なども考えている。また、楽しい食事のひとつがもてるように工夫していることにも目を向けさせ、この学習を通して、主体的に自分の家庭生活をよりよくしていこうとする態度を育てていきたい。専門的知識を持つ学校栄養職員とのTTにより、基礎的な知識の定着も図っていききたい。

3 題材の目標

- ・ 自分の食生活をふり返り、家族に喜ばれるおかずをつくらうとする。(関心・意欲・態度)
- ・ 食品を組み合わせ、家族が喜ぶおかずを工夫してつくる。(創意工夫)
- ・ これまでの学習を生かして、調理計画を立て、安全に気を付けて調理することができる。(技能)
- ・ 食品の選び方やいろいろな調理のしかたを理解する。(知識・理解)

4 食育とのかかわり

体の健康：食事と体の関連について関心を持ち、栄養のバランスの取れた食事をとろうとする。

- ・ 日常の食事について問題意識を持つ。
- ・ いろいろな食品をバランスよく食べることの必要性を理解する。

- ・栄養的にバランスのとれた食事の計画を立て、調理する。
- ・材料を選ぶ時に、品質表示などを確かめて選ぶことができる。

心の育成：基本的な食事のマナーを身に付け、相手を思いやる気持ちをもって楽しく食べようとする。

- ・家族と一緒に食事をするための役割に気づき、目的に合わせて工夫することができる。

社会性の涵養：身に付けたことを実践しようとする努力することができる。

- ・家族のために一食分の食事を考え調理する。

5 指導計画 (11時間)

時間	小題材	活動内容	評価規準と方法()
第1次 (2時間) 本時2/2	1 食べ物の組み合わせを考えよう	<ul style="list-style-type: none"> ・1食分の食べ物を選んで、どんな組み合わせで食べるとよいか考える。 ・1食分の食事を考える時に、栄養のバランスとともに、どんなことに気を付けて食品を組み合わせるとよいか考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物を組み合わせ、一食分の食事を考えようとしている。 (関...教科書・学習カード) ・栄養的なバランスを考えて、食べ物を組み合わせる必要があることを理解している。(知...学習カード、発言) ・1食分の食事を考える時に、どんなことに気を付けなければならないか考えることができる。 (創...学習カード、発言)
第2次 (7時間)	2 家族の喜ぶおかずをつくらう ○バランスのよい食事を考えよう ○おかずづくりの計画を立てよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族の喜ぶ一食分の献立を考える。 ・栄養的なバランスを調べてみる。 ・家で食事を作る時に、どんなことに気を付けているかを発表し合う。 ・自分の作りたいおかずの実習計画を立てる。 ・実習計画について発表し合い、お互いに助言し合う。 ・自分の計画に基づいて実習をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の組み合わせ方を工夫して、1食分の食事を考えようとしている。(創...教科書、学習カード) ・栄養的なバランスを考え、条件に合う1食分の食事の計画を立てることができる。 (技...教科書、学習カード) ・いろいろ、味のバランスなど調和の取れた食事のよさに気付く。(知...発言) ・作りたいおかずを決め、調理の手順・材料などを調べようとしている。 (関...計画カード) ・消費期限や賞味期限、品質表示など食品についている表示について調べ、その意味を理解している。(知...ワークシート、発言) ・食品についている表示に気を付けて調理に必要な材料を買うことができる。 (創...実習) ・日常よく使用される食品を用いてゆでたり、いためたりするなどの簡単な調理ができる。また、味見をし、味の濃さを整えることができる。(技...実習)
第3次 (2時間)	3 楽しい食事を工夫しよう	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい食事にするための工夫について話し合う。 ・家族で楽しい食事するために、休日の食事を計画する。 ・学習をふり返り、これからの生活に生かそうとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しく食事するために工夫しようとしている。(創...学習カード、発言) ・家族で楽しく食事をする計画を立てることができる。(技...計画カード)

6 本時の目標

(1) 目標

- ・ 一食分の食事を考える時には栄養のバランスとともに、地元や家庭で採れる食べ物や季節の食べ物、いろいろ、味付けなどいろいろな点に気を付けて工夫するとよいことが分かる。

(2) 仮説とのかかわり(仮説)

- ・ お世話になった人の出す条件に合わせた食事を考える活動を通して、1食分の食事を考えようとする意欲を高める。
- ・ 学校栄養職員とのTT指導により、専門的な立場からの適確な指導を加え、基礎的な知識・理解を深める。

(3) 展開

過程	学習活動	予想される児童の反応	指導形態		教師の支援と評価	教材・資料等
			T1	T2		
導入 7分	<p>1 学習の課題をつかむ。 ・前時の学習内容を想起する。</p> <p>・お世話になった人がみんなに考えてほしい食事について聞く。 ・課題を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>お世話になった人のために1食分の食事を考えよう。</p> </div> <p>・条件の確認し、どちらについて考えるか決める。 おじいさん、おばあさんが喜ぶ食事 子ども達が好きな食事</p>	<p>・栄養のバランス 赤の食品(体をつくる) 黄色の食品(エネルギーのもとになる) 緑の食品(体の調子を整える)</p> <p>・どちらを選んで考えようかな? ・子ども達が好きな食事にしようかな。</p>	全体指導	観察	<p>・献立作りで気を付ける点について想起させる。</p> <p>・お世話になった人が児童に考えてほしい食事について話を聞き、1食分の食事を考えようとする意欲を高める。 ・児童が1食分の食事を考える時に参考にできるように家庭で、献立を立てる時に気を付けていることは何か調べさせておく。 ・二人一組の5グループで考えさせる。</p>	<p>3つのグループ(6つの食品群の表) ビデオ</p> <p>学習カード</p>
展開	<p>2 お世話になった人のために1食分の食事を考える。 ・1食分の食事を考える。</p> <p>・グループで立てた献立について栄養のバランスを確認する。</p> <p>・気を付けた点、工夫した点をまとめる。</p>		全体指導と観察	観察	<p>・主食はごはん、汁物はみそ汁ということを知らせ、(みそ汁の実は考えさせる)おかずについて考えさせる。 ・料理カードを参考にしてもいいことを知らせる 条件に合わせて献立を考えようとしているか。 ・栄養的なバランスを学習カードで確認させたり、気を付けた点についてまとめさせる。考えのまとまらないグループには、机間</p>	<p>学習カード 料理カード 長机</p> <p>掲示用配膳カード</p>

3 3 分	<p>3 グループで立てた献立について話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・献立を発表する。 ・気を付けた点,工夫した点について発表する。 <p>・献立のよい点,改善したほうがよい点について考える。</p> <p>4 グループで立てた献立について評価してもらおう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・それぞれの献立のよい点,工夫したほうがよい点について話を聞く。 <p>5 学習のまとめをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>1食分の食事を考える時は,栄養のバランスとともに,地元や家庭で採れる食べ物や季節の食べ物,いろいろ,味付けなどいろいろな点に気を付けるとよい。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろを考えた。 ・家庭や西和賀で採れたものを使った。 ・好みも考えて立てた。 ・調理法を考えた。 ・もっと今の季節取れるものにしたほうがよい。 ・いろいろを考えたほうがよい。 <ul style="list-style-type: none"> ・家庭で取れるものを使っている。 ・栄養的なバランスがよい。 ・調理法をいろいろ工夫したほうがよい。 ・味の付け方も考えるとうよい。 ・予算も考えたほうがよい。 		<p>巡視をしながら,支援していく。</p> <p>評価</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで立てた1食分のメニューが,栄養なバランスとともに条件に合うよう工夫して立てられているかどうか意見や感想を発表させ,話し合う。 それぞれの献立について気を付けた点や工夫している点,もう一度考えたほうがよい点について考えることができたか。 ・それぞれの献立のよい点や気を付けたり,工夫したりしたほうがよい点についてT2より評価してもらい,次時の学習につなげる。 	
ま と め 5 分	<p>6 学習をふり返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今日の学習で分かったこと,生かしたいことをまとめ発表する。 <p>7 次時の予告をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・次に1食分の食事を考える時の参考にした。 ・考えたものを実際に作ってみたい。 	全体指導	観察	<ul style="list-style-type: none"> ・家族のための1食分の食事を考えることを知らせる。 	学習カード

(4) 評価規準

評価規準	評価方法	具体の評価規準		「C努力を要する」児童への具体的支援
		「A十分満足できる」	「B概ね満足できる」	
条件に合わせて献立を考える。(関心・意欲・態度)	学習カード活動 発言	条件に合わせて献立を工夫し、積極的に発言している。	条件に合わせて献立を考えている。	栄養的なバランスが取れているか、条件に合っているか机間巡視しながらアドバイスしていく。
それぞれの献立についてよい点、工夫したほうがよい点について考える。(創意工夫)	学習カード 発言	それぞれの献立のよい点や工夫したほうがよい点について自分の考えをまとめている。	それぞれの献立のよい点に気が付きまとめることができる。	机間巡視をし、アドバイスする。

(5) 板書計画

10/17 まかせてね!きょうのごはん
課題

お世話になった人のために1食分の食事を考えよう。

3つのグループ(6つの食品群)
 黄色(米,パン,いも類,油) おもにエネルギーのもとになる
 赤(肉,魚,卵,豆製品,牛乳) おもに体をつくる
 緑(野菜,果物,海そう,きのこ) おもに体の調子を整える

グループで考えた献立

まとめ 1食分の食事を考える時は

- ・ 栄養のバランス
- ・ 地元や家庭で採れる食べ物
- ・ 季節の食べ物
- ・ いろどりなど
- ・ 味の付け方など

よい点

- ・
- ・
- ・

気を付けた方がよい点

- ・
- ・
- ・

感想

- ・
- ・
- ・

に気を付けるとよい。