

第6学年家庭科学学習指導案

日時 平成15年11月12日(水) 5校時
児童数 男14名 女14名 計28名
授業者 担任 近藤 浩美 家庭科室

- 1 題材名 「楽しい食事を工夫しよう」
一こんな食べ方もあるよ！おすすめじゃがいも料理レシピー

2 題材について

(1) 教材観

本題材は、小学校学習指導要領の内容(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。」「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。」を受け設定したものである。

第5学年の調理では、「サラダ作り」を通して材料の分量・洗い方・切り方を学び「ごはん、みそ汁作り」では、炊く、煮るという加熱法及び複数の調理を計画的に行うことを学んできた。第6学年では、「朝食作り」で、たまごや野菜等を使い、焼く・煮る・炒める等の調理方法を用い簡単な朝食作りに取り組んできた。ここでは、日常の食事を見直し、栄養のバランスがよい食品を組み合わせることや、同じ食品でも調理法やその組み合わせによりバラエティーに富んだメニューができることに気づかせるようにする。さらに、一食分の食事作りを計画し、実践することによって、作る楽しさや食べる楽しさを味わうことができるようにすることをねらいとしている。その上で、将来にわたり健康な体を作るための自己管理能力、実践的態度を身につけさせたいと考えている。

本題材で扱うじゃがいもは、1年を通して手に入れやすく、日常よく利用される食品である。また、今年度児童は学年畑でじゃがいもを育て、8月に収穫している。今後、調理することを楽しみにしている。じゃがいもは、それ自体を食することもできるが、味が淡白であるため、調理法を変えることにより、様々な味わいを楽しむことができる食品である。このように、身近にもあり、料理のレパートリーを広げる良さや創意工夫を十分発揮できるため、児童が意欲を持って取り組める題材だといえる。

(2) 児童観

児童は、他の教科に比べ実習・実体験の多い家庭科が好きである。特に、食に関する興味・関心は他の領域に比べて大いに高く、調理実習にいたっては、どの児童も積極的に参加している。しかし、自分の得意なことだけを分担して行いがちなので、一人一人の思いの達成や基礎技能の習得は十分であるとは言えない。

1学期には、自分の生活をふりかえるとともに朝食の必要性について考え、朝食作りの計画・実習を行った。そして、家庭の協力を得ながら実践化を図ってきた。その取り組みを通して家族からの励ましをもらうことで調理についての自信を持つ児童も増えてきているが、家庭で継続している児童は多くない。

三世同居の家庭も多いが、朝食調べ(1学期)の際には食卓に煮物等のおかずがあってもそれを食べなかったり、好きなもの・速く食べられるものを中心に食べて来たりする児童も少なくなかった。また、好き嫌いのある児童も多く、給食の際は「食べたことのない味。においが好きではない。かたい。」という理由で、魚・野菜のおかずに残食が目立つ。

じゃがいもについては、キャンプや家庭でカレー作りの際に皮むきを経験した児童が多いが、皮むきに包丁ではなく皮むき器等の用具を使った児童が多かった。アンケートではじゃがいもを使った料理はカレー、肉じゃが、ポテトサラダ、フライドポテト等を挙げた児童が多かった。本題材では、「煮

る・ゆでる・焼く・炒める」の調理方法をし、加工食品・缶詰や他の野菜を加えることで、児童にも手軽にできるじゃがいも料理に挑戦させたい。

(3) 指導観

「毎日の食事を見直そう」では、食事調べを通して、各家庭では食事に気をつけ、おいしく食べるためにさまざまな調理の工夫をしていることに気づかせていきたい。また、そこでは、加熱の仕方、切り方、味のつけ方、材料の組み合わせ方（栄養面も含む）等を調理の工夫の観点として取り上げていく。食事調べについては、通信を通して保護者に理解と協力を得られるよう配慮したい。

「毎日の食事作りについて考えよう」では、食事作りのために必要な情報を家族や栄養士に聞いたり、本やインターネットで調べたりする活動を通して、食事作りのために必要なことをまとめ、食事の計画を立てていく。

また、包丁を使つての皮むき経験が少ない児童が多いという実態をふまえ、一人一人にじゃがいもの皮むきの練習をさせたい。包丁の使い方がこれまでと違うため、家庭でも家族とむくことを啓蒙し練習させたい。そして、1週間の期間を設け、課外時間を利用して5～6人の少人数で練習に取り組みさせていきたい。それでも、技能が未熟な児童には、じゃがいもを半分や四分の一に切ってから、むかせるように配慮したい。

本時では、じゃがいもについての調理方法をあまり知らない児童も多いので、生と加熱した時の違いを実際に比べ、「煮たり、ゆでたりして」食べる時間、「つぶす・炒める・焼く」等のためのゆで時間を知り、それをもとに自分でできそうなじゃがいも料理を考えさせるようにしたい。ゆでるじゃがいもは皮むきに時間差が出ることや、技術差があるので事前にむいておき本時にそなえたい。

じゃがいも料理作り後は、グループ毎に作り方を紹介したり、試食させたりすることで工夫したりおいしくできたりした料理のポイントを聞く等、他の調理方法についても知る機会を設ける。

以上、学習したことを生かし「家族と食事しよう」では紹介しあったレシピをもとに家庭での一食分の献立作りをしていく。

題材を通して、自分の問題として食事への関心や認識を深めさせ、毎日の食事の大切さに気づかせたい。調べ学習や実習を通すことにより栄養的な食品の組み合わせを考えた適切な能力を養い、その知識や能力を日常の生活の中で生かしていけるようにしたいと考えている。そして、料理を通して、家族の一員として喜んでもらえたという満足感を味わわせたい。

3 題材の目標

(1) 観点別目標

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
<ul style="list-style-type: none"> ・ 日常の食事に関心をもち、調和のよい食事のとり方をしようとしている。 ・ 調理に関心をもち、日常よく使用される食品を用いた簡単な調理をしようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食生活を見直し、調和のよい日常の食事について考えたり、自分なりに工夫したりしている。 ・ 日常よく使用される食品を用いた簡単な調理について考えたり、自分なりに工夫したりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 調和のよい日常の食事のとり方に関する基礎的な技能を身に付けている。 ・ 日常よく使用される食品を用いた簡単な調理に関する基礎的な技能を身に付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 調和のよい日常の食事のとり方について理解している。 ・ 日常よく使用される食品を用いた簡単な調理に関する基礎的な事項について理解している。

(2) 題材の評価規準

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
<ul style="list-style-type: none"> ・ 日常の食事の仕方について課題を見つけ、課題を解決するために意欲的に学習活動をする。 ・ 実習計画に沿って、協力して楽しく調理することができる。 ・ 学習したことを家でも意欲的に実践しようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 疑問な点を聞いたり、調べたりして進んで情報を収集しようとする。 ・ 自分の思いを生かすために、食品の組み合わせや調理法、盛り付けを工夫しようとする。 ・ 日常の食事を栄養的な観点から見直し、望ましい食事に改善したり、工夫しようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 安全に気をつけ、協力して調理実習をすることができる。 ・ 日常の食事を主食・副食・おかずで整えようとすることができる。 ・ 調理において「ゆでる」「煮る」「炒める」等の加熱をしたり、切り方や味のつけ方、材料の組み合わせの工夫等いろいろな方法で調理することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 一皿のおかずとしての食品の組み合わせを考え、加熱時間を考慮した作り方がわかる。 ・ 栄養バランスの良い食生活の大切さがわかる。

4 題材の指導計画 (11時間)

小題材名	時間	学習内容
1 毎日の食事を見直そう (1) 3日間の食事を振り返ろう	(1) 1	・ 3日間の食事調べをして、自分の食事について振り返る。
2 毎日の食事作りについて考えよう (1) 食事作りのプロに学ぼう (2) 食事作りのポイントをまとめよう	(3) 2 1	<ul style="list-style-type: none"> ・ 毎日の食事作りについての情報を集め、発表し合う。 ・ 食事作りには栄養のバランスを考え、調理法が工夫されていることを知る。
3 食事作りをしよう (1) ジャガイモについて知ろう (2) 生とゆでたジャガイモを比べてみよう (本時) (3) おすすめのジャガイモ料理レシピを考えよう (4) ジャガイモ料理を作ろう (5) ジャガイモ料理を入れた1食分のメニューを考えよう	(6) 1 60分 30分 2 1	<ul style="list-style-type: none"> ・ ジャガイモの特性や栄養について知る。 ・ ジャガイモの皮むきをする。 ・ 生とゆでたジャガイモを比較してみる。 ・ 切り方や加熱時間によるゆで加減の違いを知る。 ・ 自分の作りたいジャガイモ料理レシピを考える。 ・ ジャガイモと他の材料を組み合わせで料理を作る。 ・ 友達の料理を試食し、他のレシピを知る。 ・ 栄養のバランスを考えた1食分のメニューを考える。
4 家族と食事しよう (1) 家でも作ってみよう (2) 報告会をしよう	(家庭 実践) 1	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家で1食分の料理を作る。 ・ 家で作った料理の報告会をする。

5 本時の指導

(1) 目標

- ・生とゆでたじゃがいものちがいを調べようとする。(関心・意欲・態度)①
- ・じゃがいもの切り方によるゆで時間、ゆで加減等の違いについて理解する。(知識・理解)②

(2) 展開 (60分)

段階	学習活動	指導上の留意点	支援 (○) と評価 (☆)
つかむ 3分	<p>1 学習内容をつかむ。</p> <p>2 学習課題をつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>じゃがいものゆで加減を調べ、生との違いを知ろう。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・生のじゃがいもでは料理が難しいことを気づかせる。 	<p>○いくつかの大きさのじゃがいもを用意し、固さを調べる等してそのままでは調理に不向きなことを理解させる。</p>
見通す 5分	<p>3 じゃがいものゆで加減の調べ方について確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・教師のタイマーで、点火から5分・10分・15分とゆで加減のちがいを調べていくことを説明する。 ・切り方の違うじゃがいも(薄切り・4分の1)も同時にゆでることを知らせる。 ・ペア班のぶんのじゃがいもも取り分けておき、後で食感を比較することを知らせる。 	<p>○チェック項目を提示して、安全に注意してゆでるようにさせる。</p> <p>○手順を板書で確認後、同じ内容のプリントを各班に配布する。</p> <p>○ぬれぶきんを用意し、熱い物に使用するようにする。</p>
深める 47分	<p>4 じゃがいもをゆでてみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薄切り(1cmくらい) ・4分の1程度の大きさ <p>Aグループ…男爵(1・2・3班)</p> <p>Bグループ…メイクイーン(4・5・6班)</p> <p>5 生のじゃがいもと比較したり、ゆで加減の違いを調べたりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・串にさす ・つぶす ・食べる、かじる 	<ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいもは切っておき、すぐゆでられるようにしておく。 ・グループ内で役割分担をして効率よくできるようにさせる。 ・各班を回りながら安全に気をつけさせる。 ・生と比較したり、切り方やゆで時間のちがうじゃがいも同士を比べたりすることで、調理方法を選ぶめやすにさせる。 ・ゆでた時間によって、生煮えだったり、くずれてしまったりすることに気づかせる。 	<p>○最初の5分間で生のじゃがいもの様子をメモさせる。</p> <p>○プリントを使い、まとめやすいようにしておく。</p> <p>○紙皿に時間毎のじゃがいもを置くことができるようにしておく。</p> <p>☆生とゆでたじゃがいもの違いを調べようとする。(①)</p> <p>☆じゃがいもの切り方によるゆで時間、ゆで加減等の違いについて理解したか。(②)</p>

	6 分かったこと等をまとめて、発表し合う。	<ul style="list-style-type: none"> 加熱時間とゆで加減について知り、調理方法によって、かため・柔らかめを使い分けた方がいいことを知らせる。 自分達のじゃがいもを試食等して気づいたことを発表する。 他のグループのじゃがいもを試食し、食感の違いを確かめる。 2種類のじゃがいもを食べ比べての感想・意見を持つ。 	<p>○後片付けは、メモ・感想を記入した子どもからするようにする。</p> <p>○発表が次時のレシピ作りに参考になるように、まとめていくようにする。</p>
まとめ 5分	7 学習のまとめをする。	<ul style="list-style-type: none"> 学習を振り返って感想を書かせる。 自己評価をさせる。 	○感想発表させ、次時のレシピ作りへ意欲がもてるようにさせる。

(3) 評価

評価規準	十分満足 (A)	おおむね満足 (B)	努力を要する児童への支援	評価方法
①生とゆでたじゃがいもの違いを調べようとする。(関心・意欲・態度)	作業の手順がわかり、生とゆでたじゃがいもの違いを調べ、調理方法を考えようとする。	生とゆでたじゃがいもの違いを調べようとしている。	どこが違うか作業を通して調べるよう助言していく。	<ul style="list-style-type: none"> 活動の様子 学習プリントの記述
②じゃがいもの切り方によるゆで時間、ゆで加減等の違いについて理解する。(知識・理解)	それぞれの切り方・ゆで時間・ゆで加減をまとめ、特性の違いがわかるとともに調理の見通しを持つ。	それぞれのじゃがいものゆで時間、ゆで加減の違いがわかる。	じゃがいもを串で刺す等してゆで加減とかたさを確認させる。	<ul style="list-style-type: none"> 活動の様子 学習プリントの記述