

小学校第5学年 家庭科学習指導案

日時 平成16年6月11日(金)5校時
児童 北上市立和賀西小学校 5年
男子12名 女子9名 計21名
指導者 教諭 伊藤 恵美子

1 題材名 見つめようわたしの食生活

2 題材について

家庭科の学習を始めるにあたって、子ども達にどんなことを期待しているかを聞いてみると、自分達で調理をすることや自分で裁縫をすることを挙げている子がほとんどである。今までにも家庭や学校で似たような経験をしている子もいるが、高学年になってからは、自分の力で計画したり準備したりして、実践していけるようになりたいという姿勢がみえる。

本題材では、食物は生命を守り健康を保つためのものであることを自覚するとともに、成長を促し活動を進めていく上での必要な栄養を、バランスよく摂取していくことの大切さが分かるようにしていきたい。また、それぞれの食品の特性を生かした調理法や献立を知り、自分の日常生活に積極的に活用できるようにしたい。あわせて、卵と野菜の調理を通して、ガス器具をはじめとする調理器具の扱い方を知り、作る楽しさや人と食べる喜びを感じるとともに、自分の家庭において実践しようとする意欲につなげていきたい。

本学級の児童は、食べることについての興味・関心は高く、生活科や総合的な学習の時間などに畑で育てた野菜などを喜んで調理していた。家庭での調理に関わる調査からも、大多数の子は何らかの形で調理に携わっていることが窺える。その中で、家の人の手伝いで調理をする場合は、さほど困っていないが、自分だけで調理をする場面では失敗や戸惑いを経験していることが分かる。しかし、生命の源である食事であるにもかかわらず、ほとんど家庭で調理をしていない子が1割程度いるのも事実であり、そういう子ほど調理の経験をたずねると、お湯を注ぐだけのようなインスタント食品を掲げる傾向がある。

指導にあたっては、食事調べを通して自分の食事を見つめさせながら調理法や食品への関心を広げさせていきたい。その中で調理に関しては、「ゆでること」に焦点をあてながら、計画と実践を繰り返し、調理器具やガスレンジの使い方、包丁やまな板の扱い方などの技能を身に付けさせるようにしたい。食品に関しては、食事調べを通して、自分の食生活を振り返る活動や食品の働きを知ることを通し、今後の食物を摂取する際に生かしていくように働きかけたい。なお、家族のために食事を作ってみたいという希望の子供もいるので、学校で実践したことを家庭でさらにに行い、調理する技能をより確実に身に付けさせたい。また、相手を意識して作る喜びや自分でできるという自信にもつなげさせていきたい。食事は自分の生命を維持するためだけでなく家族や友達などと共に食べることにより、自分の心が豊かになること、なごやかな雰囲気を作り出すこと、周囲との関係も円滑になることにも気づかせ、家庭での実践意欲に結び付けさせたい。

3 題材のねらい

【関心・意欲・態度】自分の食生活を見つめようとする。

【創意工夫】食べることを考え、作る楽しさを味わい相手を意識した食事を工夫する。

【技能】調理実習の進め方を知り、安全に留意して、「ゆでる」調理ができる。

【知識・理解】よく食べる食品(卵と野菜)の特徴と体内でのはたらきを理解する。

4 題材の指導計画と評価規準

次	時	学習活動	関心・意欲・態度	創意工夫	技能	知識・理解
一次 みつめよう 食事	1	食事調べを通して、食品を調理して食べていることや食事をする意味について考える。	食事調べや食事の意味について考えようとする。			食事が健康な生活や成長に大切な役割を果たしていることを理解する。
	2	よく使っている食品やどんな調理法が多いか調べる。	食事調べから、多く使われている食品や調理法を調べようとする。		家庭でよく使う食品や調理法について調べカードにまとめることができる。	

二次 つくる う サラダ	3	調理のきまりや調理器具・調理用具の扱い方を知る。	調理のきまり、器具・用具の扱い方の練習をしようとする。		調理器具や用具を正しく安全に扱う練習をすることができる。	調理のきまりや器具・用具の扱い方を知る。
	4	調理による(ゆでることを中心に)食品の変化をとらえる。	班の友達と協力して食品をゆでようとする。	ゆで時間に変化をもたせながら食品の変化について調べようとする。	安全に気をつけながら、食品をゆでることができる。	ゆで時間により食品の形状、味、食感に変化があることを知る。
	5	調理実習の計画を立てる。	班の友達と相談し、調理実習の計画に参加しようとしている。	調理の内容や手順を考えながら、役割分担をしようとする。		調理に必要な材料や分量を調べ、手順を考えた調理計画の立て方を理解する。
	6・7	ゆで卵、生野菜、ゆで野菜を使ったサラダを作る。	調理の手順や役割分担を意識しながら、班の友達と協力して調理実習に参加しようとする。	卵や野菜の切り方、いりどりなどを工夫しながら、盛り付けることができる。	調理用具の扱い方に気をつけながら野菜に適した洗い方、切り方、ゆで方ができる。	食品に合った洗い方や調理に合った材料の切り方、味のつけ方がわかる。
三次 知ろう よ 役割	8	調理した食品には、どんな働きがあるか知る。	調理した食品をはじめ日常よく出てくる食品の特徴を知ろうとする。			調理した食品や日常よく食べている食品の体内での働きについて知る。
	9	ゲストティーチャ から朝食の役割について話を聞き、自分の朝食のとり方について振り返る。	ゲストティーチャーの話を真剣に聞こうとする。		自分の朝食について振り返り、食品の働きを考えながらグループ別に分けることができる。	朝食のはたす役割や食品を組み合わせる取ることの大切さについて知る。
四次 喜ば せ たい ね	10	食品の働きや今までの朝食の反省をもとに、家族のために朝食のおかずを作る計画を立てる。	家族のために朝食のおかずを作ろうと計画することができる。	自分の朝食を振り返った気づきをもとに朝食のおかず作りの計画を立てようとする。	食品の組み合わせを意識しながら、献立を考える。	
	11	自分で工夫しながら、家族を朝食会に招待する準備をする。	家族を朝食会に招待するための具体的な計画を立てようとする。	家族に喜んでもらえるような招待の仕方を工夫しようとする。		
五次 教え あ ら う	12	報告会をする。	家庭での実践の報告ができるようにシートにまとめている。	実践の様子が分かるような資料を用意したり、表現したりしている。		

5 本時の指導

(1) ねらい

- 身近な食品を班の友達と協力して安全に気をつけながらゆでることができる。
(関心・意欲・態度、技能)
- 時間に違いを持たせながら食品をゆで、食品の形状・食感等に違いがあることを知る。
(創意・工夫、知識・理解)

(2) 評価の観点と具体的評価規準

具体的評価規準 評価の観点	A 十分満足できる	B おおむね満足できる	C 努力を要する児童 への手だて
班の友達と協力して食品をゆでようとする。(関心・意欲・態度) 観察	前もって自分のやることを確認し、友達と声を掛け合いながら作業を行っている。	自分の役割がわかり、作業をしている。	計画シートを見て動いたり、班の友達にも助けてあげたりするように声をかける。
ゆで時間に違いをつけて、食品の変化を調べようとする。(創意・工夫) シート	ゆで時間の違いによる食品の変化を絵や言葉で詳しく表現しようとする。	ゆで時間の違いによる食品の変化を言葉などで表現しようとする。	班の友達に分からないところは教えてもらいながら食品の変化を記入するように助言する。
安全に気をつけながら、食品をゆでたり、調理用具を片付けたりすることができる。(技能) 観察、シート	調理器具や用具を正しく扱って、食品を安全にゆでることができる。	調理器具や用具の扱い方を確かめながら食品をゆでることができる。	やけどやけがに気をつけながら作業をするように声をかける。
ゆで時間により、食品の形状、味、食感に違いがあることを知る。(知識・理解) シート、発言	ゆで時間により食品の形状、味、食感に違いがあることを知り、ゆでることのよさに気づくことができる。	ゆで時間により、形状、味、食感に違いがあることを知る。	食品の形状に焦点をあて、どう変化したか気づかせるように助言する。

(3) 展開

過程	学習活動	指導上の留意点	準備・資料	評価
導入 7分	1 前時までの活動を想起し、本時の学習課題をつかむ。		計画シート	
		ゆでると、食品はどのようにかわるのだろう		
展開 45分	2 ゆでたい食品のゆで時間などの計画を確認する。 3 自分たちの選んだ食品をゆでて、決めた時間ごとに取り出し、変化について記録する。 4 結果について、発表し、それぞれの食品の変化を交流し合う。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 予め係分担や、必要な用具などを準備させておく。 ・ 安全に留意して、ゆでることを強調する。 ・ 時間差で、ゆであがりの状態を調べさせる。 ・ やけどをしないように冷ましてから食品にふれさせる。 ・ 試食は、班のゆで方がすべて終了してから行わせる。 ・ 記録する際は、形状や食感などとともに手ざわりなどについても記録していくように助言する。 ・ 発表の際は、実物提示しながら発表させる。 ・ ほかの班の発表から次の調理実習に向け生かしていきたいことをみつけさせる。 	包丁・まな板・ざる・ボール・ストップウォッチ等	
終末 8分	5 食品をゆでるとどのようになるか、自分のことばでまとめる。 6 次時の活動を知る。 7 安全や衛生に留意し、後片付けをする。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 形状・食感などに触れてまとめるように示唆する。自分の好みはどの程度のゆで方なのかにも触れている子がいれば紹介し、人の好みには差があることも知らせる。 ・ 班のみんなで、一緒に後始末が完了したことを確認させる。 	模造紙の表	

(4) 板書計画

みつめよう わたしたちの食生活

ゆでると、食品はどんなふうにかわるの
だろう

時間 短 → 長

たまご 半じゆく かたまる

ブロッコリー ゴリゴリ やわらかく

キャベツ ぱりぱり やわらかく

ほうれん草 多い やわらかい・少ない

アスパラガス かたい やわらかい

安全に！
協力して

やけど
ほうちよう
ガスコンロ

ゆでると、野菜はやわらかくなる。

かさが少なくなるものもある。たまごは、
白味も黄味もかたまってくる。

たくさん
食べられる