

## 第6学年家庭科学習指導案

日 時：令和4年11月24日 公開授業1  
学 級：6年3組 29名  
指導者：佐野 充 恵

### 1 題材名

「こんだてを工夫して」（開隆堂 5・6年）

### 2 内容のまとめ

第5・6学年 B 衣食住の生活 (2) アイ (1) アイ (3) アイ  
A 家族・家庭生活 (2) イ (3) アイ  
C 消費生活・環境 (1) アイ (2) アイ

### 3 題材の目標

- (1) 献立を構成する要素がわかり、栄養を考えた1食分の献立作成の方法や調理の基礎及び身近な物の選び方や買い方、環境に配慮した物の使い方について理解するとともに、それらに係る技能を身に付ける。  
[知識・技能]
- (2) 1食分の献立について栄養バランスを考え工夫することや、おいしく楽しく食べるために日常の食事の仕方を考え工夫することについて問題を見出し、課題を設定し、さまざまな解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付ける。  
[思考・判断・表現]
- (3) 栄養を考えた1食分の食事やおいしく楽しく食べるための調理の仕方について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、ふり返って改善したりして、生活をよりよく工夫し実践しようとする。  
[主体的に学習に取り組む態度]

### 4 題材について

- (1) 児童について
  - ア これまでに、食生活に関わる題材の中で「ゆでる調理」「ご飯とみそ汁の調理」「いためる調理」を経験し、その調理方法や食事の大切さについて学習してきている。
  - イ 単元「クリーン大作戦」では、学校の汚れをタブレットのカメラ機能を用いて撮影して交流したり、単元「すずしく快適に過ごす着方と手入れ」で自分の考えたすずしい着方について絵や文で表して発表したりする学習経験がある。
  - ウ 調理に対する興味関心は高く、個人差はあるが主体的に学習準備をしたり、学習後に家庭で再度やってみたりする子も少なくない。
- (2) 題材について
  - ア 本題材は、第6学年「できることを増やしてクッキング」の学習を受けて設定したものであり、小学校で学習する最後の食生活に関わる内容の題材となる。さらに中学校で衣食住の生活(2)「中学生に必要な栄養を満たす食事」や(3)「日常食の調理」の学習につながるものである。
  - イ 本題材では、家族や身近な人のために1食分の献立を工夫し、調理計画を立て実践する活動を通して、主体的に学習に取り組む態度や自分や家族・周りの人のため食生活について考え工夫する力や技能を育成することをねらいとしている。
- (3) 指導について
  - ア 本題材における言語活動を充実させるための工夫  
家庭科での言語活動を充実させるために、今までの経験と結び付けたり、下記のような食生活に関する基礎用語を使ったりしながら、自分なりの考えをもち、説明したりまとめたりできるようにしたい。

<本単元で活用させたい用語>

・食事 ・栄養 ・バランス ・料理 ・食品 ・こんだて ・主食 ・主菜 ・副菜  
 ・調理 ・組み合わせ ・1食分 ・しる物 ・食品のグループ  
 ・エネルギー ・体を作る ・体の調子を整える ・炭水化物 ・脂質 ・たんぱく質  
 ・無機質 ・ビタミン ・食生活 ・分量 ・材料 ・安全 ・用具

イ 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた工夫等

「主体的な学び」を実現するために、この学習では児童に「家族のために1食分の献立を考えよう」という目的意識をもたせる。児童が相手として選ぶ家族の好みや生活の様子を考慮し、よりよい献立を作成して喜んでもらおうという思いを高めさせることにより、課題解決に対する意欲を高めたい。

「対話的な学び」を実現するために、献立の立て方を学習する際には、一つの献立についてグループでそのよさや改善点について話し合っグループの意見をまとめ、その後全体で交流する場を設定する。調理計画を立てる際には、材料・分量・作り方・手順等についてもグループで調べたり話し合ったりする場面を設定する。個々に家族のために献立を立てる際にも、自分の献立の工夫した点について発表し意見を交流する場面を設定する。

「深い学び」を実現するために、生活の営みに係る見方・考え方を働かせると共に、家族に喜んでもらえる献立の条件についてしっかり把握したうえで考えを交流できるようにする。その条件として、家族の好み・家族の様子(年齢・仕事等)・栄養バランスがあげられる。この条件を根拠とした話し合いによって、より理想的な献立を立てることに結びつけたい。また、その他にも児童の調理技能や彩り、季節、材料の値段等、既習を生かした話し合いにつなげたい。

ウ 研究の手立てとの関わり

ロイロノートに、献立についての考えや献立チェック表を用いた栄養についての考えを表示し、学級全体で見て共有できるように話し合いを深める手立てとしたい。また、タブレットを料理や調理法等についての調べ学習に役立てたい。調理の際にはカメラ機能を活用して電子黒板に調理の様子を映し、調理方法を視覚からも理解できるように支援する。

5 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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解している。</li> <li>・調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。</li> <li>・材料に適したゆで方、いため方を理解しているとともに、適切にできる。</li> <li>・食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解している。</li> <li>・環境に配慮した物の使い方について理解している。</li> </ul>	<p>1食分の献立の栄養バランスや食事の仕方について問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。</p>	<p>家族の一員として、生活をよりよくしようと栄養を考えた食事について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとしている。</p>

6 題材と評価の計画(全11時間)

時	学習活動	指導上の留意点	評価規準・評価方法		
			知識・技能	思考・判断・表現	主体的学習に取り組む態度
1	どのような料理や食品を組み合わせるとよいだろう				
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでの学習を振り返る。</li> <li>・自分がどのように食事を選んでいるかを振り返り、こんだてをなぜ立てるのか考</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2年間学習した食生活に関わる題材の資料を準備し、自分ができるようになったことやその成長に気付けるようにする。</li> </ul> <p>ICT(視覚化・焦点化)</p>		<p>【思①】(発言・ノート)                      栄養を考えた食事について問題を見いだして課</p>	<p>【主①】[発言・ノート]                      栄養を考えた食事について、課題の解決に</p>

	<p>える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「1食分のこんだてを立て、家族や身近な人と食事をする」ために必要なことを考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本題材の課題は「家族のために1食分のこんだてを考えよう」であることを伝え、主体的な学びとなるよう働きかける。</li> </ul>		<p>題を設定している。</p>	<p>向けて主体的に取り組もうとしている。</p>
<b>2</b>	<b>1食分のこんだてを立てよう 工夫して毎日の食生活に生かそう</b>				
2 本時	<ul style="list-style-type: none"> <li>献立の立て方について考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食の献立等を参考に、主食、おかず（主菜・副菜）、汁物の組み合わせで献立ができることに気付くようにする。</li> <li><b>ICT</b>（視覚化）</li> <li>主食、おかず、汁物の順で考えるように助言する。</li> </ul>	<p>【知①】（発言・ノート）</p> <p>主食、おかず、汁物の組み合わせで1食分の食事が構成されていることが分かり、1食分の献立作成の方法について理解している。</p>		
3 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養士さんになったつもりで1食分の献立を立てグループで話し合う。</li> <li>3つの食品群に分類し栄養バランスについて話し合い、交流修正する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>献立の工夫の仕方についてふれ、足りない栄養があるときどうしたらよいか等に気付かせる。</li> <li>調理法、彩り等工夫した点を発表し合い、自分の献立の修正につなげられるようにする。</li> <li><b>ICT</b>（視覚化・共有化）</li> </ul>			<p>【主②】[発言・ノート]</p> <p>栄養を考えた食事について、課題解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。</p>
<b>3</b>	<b>工夫して毎日の食生活に生かそう</b>				
5 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>ジャーマンポテトの調理計画をグループごとに立てる。</li> <li>じゃがいもの皮むきを練習する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>学んだことを生かしたじゃがいも料理に必要な材料の分量や手順等の計画を立て、自分たちで料理できる献立の幅を広げることに意欲をもたせる。</li> <li><b>ICT</b>（視覚化・共有化）</li> <li>調理実習をするために、自分たちの課題に気付かせる。</li> <li>材料の選び方や環境を考えた調理法についても気付かせる。</li> </ul>	<p>【知②】（行動・ノート）</p> <p>調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。</p> <p>【知⑤】（発言・ノート）</p> <p>環境に配慮した物の使い方について理解している。</p>	<p>【思②】（行動・ノート）</p> <p>ジャーマンポテトの調理の仕方、食品の選び方、味付け等について実践に向けた計画を考え、工夫している。</p>	
7 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>ジャーマンポテトの調理計画に基づき調理をする。</li> <li>試食する。</li> <li>まとめと振り返りをする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>安全衛生面の配慮について助言する。</li> <li>盛り付けや環境に配慮した後片づけについても考えさせる。</li> <li>出来上がりを写真に撮り、交流やふり返りに生かす。</li> <li><b>ICT</b>（視覚化・共有化）</li> <li>相互評価・自己評価により成長に気付かせる。</li> </ul>	<p>【知③】（行動・ノート）</p> <p>材料に適したゆで方、いため方を理解しているとともに、適切にできる。</p>	<p>【思③】（行動・ノート）</p> <p>ジャーマンポテトの調理の仕方、食品の選び方、味付け等について実践を評価したり、改善したりしている。</p>	

9 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>家庭で実践するため、家族のために1食分の献立を考え、調理の仕方・食品の選び方等を調べ、準備を行う。</li> <li>調べたことをもとに、調理計画を修正する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>家族にインタビューし、家族の好みを考慮できるようにする。</li> <li>家族に喜んでもらえるよう献立となるよう支援する。 ICT (共有化)</li> </ul>		<p>【思②】(行動・ノート)</p> <p>1食分の献立の栄養バランスや食事の仕方、調理の仕方について実践に向けた計画を考え、工夫している。</p>	<p>【主③】[発言・ノート]</p> <p>栄養を考えた食事について工夫し、実践しようとしている。</p>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>家庭での食事の工夫として、栄養バランスだけでなくマナーや環境への配慮等についても考えまとめる。</li> <li>この題材を通して自分ができるようになったことについてまとめる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事は栄養バランスだけでなく、気持ちを満たすための物になっていることにも気付かせる。</li> <li>こんだてだけでなく家族と楽しく食事するための工夫についても考えさせる。</li> <li>自分ができるようになったことについて気付かせ、家庭で実践する意欲を高める。 ICT (共有化)</li> </ul>	<p>【知④】(発言・ノート)</p> <p>食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解している。</p>	<p>【思④】(行動・ノート)</p> <p>1食分の献立の栄養バランスや食事の仕方、調理の仕方についての課題解決に向けた一連の活動について、考えたことを分かりやすく表現している。</p>	

## 7 本時の指導 (2 / 11 時)

### (1) 目標

家族のために1食分の献立を立てるために、献立を構成する要素を理解し、献立について考えることができる。

### (2) 展開

段階	学習活動	指導上の留意点 (◇評価)
導入 5分	1 前時想起 2 問題把握 ・例として挙げられた献立について検討する。 ICT (視覚化) 3 課題把握 家族のための1食分のこんだてについて考えよう。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分たちで家族のために献立を考えることを確認し、学習への意欲を高める。</li> <li>給食の献立を例に挙げ、主食・汁物・主菜・副菜が組み合わされていることに気付かせる。</li> </ul>
	4 提示された献立について話し合う。 (1) 自力解決 (2) 話し合う。 ・主食・おかず(主菜・副菜)汁物で構成されているとよい。 ・赤・黄色・緑の食物を使いバランスが良いとよい。 ・彩りを考える。 ・家族の好みを考えるとよい。 等 5 グループで提示された献立について話し合う。 (1) グループごとに提示された献立について評価してみる。 ICT (視覚化) 例) 硬いものが苦手なおばあさんのいる家庭の献立 等 (2) 発表し合う。 ICT (視覚化・共有化)	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食と提示されたものを比較し、既習の食事に関する知識を生かし思考できるように支援する。</li> <li>話し合いをもとに献立を構成する要素として必要なことを押さえる。</li> <li>要素を5の活動の評価項目にする。</li> <li>4での話し合いをもとに新しくグループごとに提示された献立を評価してみることにより、献立を構成する要素についての理解を深める。</li> <li>誰のための献立かという相手意識ももたせて考えさせたい。</li> </ul>

