

# 家庭科学習指導案

指導者 京都市立広沢小学校 若松 美里

1. 日 時 平成22年10月27日(水) 14:45~15:15

2. 場 所 5年1組教室

3. 学年・組 第5学年1組 26名

4. 題材名 「料理って楽しいね!おいしいね!」

## 5. 題材について

本題材は、第5学年が始めて調理実習の経験をする単元である。まず、自分の食生活に関心を持ち、生活を見直すことから実際に調理を経験し、食の主体者へと育てていくことをねらいとしている。子どもたちはすでに、前期にゆでる調理を学習しているが、調理の体験を増やし、学習の定着を図るために、いためる調理は後期に行うことにした。

学習指導要領で示す本題材で学習する内容は、

「B 日常の食事と調理の基礎」

(1) ア 食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気付くこと。

イ 楽しく食事をするための工夫をすること。

(2) ア 調理に関心をもち、必要な材料の分量や手順を考えて調理計画を立てること。

イ 材料の洗い方、切り方、味の付け方、盛り付け方、配膳および後片付けが適切にできること。

ウ ゆでたり、いためたりして調理ができること。

オ 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱いおよびこんろの安全な取扱いができること。

である。

来年度から完全実施される「新学習指導要領」では、家庭科の学習内容が「A 家庭生活と家族」「B 日常の食事と調理の基礎」「C 快適な衣服と住まい」「D 身近な消費生活と環境」の4つで示されているが、家庭生活はこれらの内容が単独で成り立っているのではなく、常に衣食住のあらゆる要素が総合的に関わって成り立っていると捉えなければならない。そして家庭科の学習は、児童が家族の一員として家庭科で学習したことを家庭で実践することを目指す教科であることを改めて示していると考えられる。さらに、「D 消費生活と環境」の学習内容は子どもたちがこれから健康に、安全に生活していくために、これからの“生き方”を方向付ける最も重要な学習内容であるといっても過言ではない。特に物があふれた今の社会に生きる子どもたちにとっては消費者としての目を正しく、厳しく持つことは必須の条

件であり、便利な社会に慣れすぎた私たちは今後常に環境に目を向けながら生活しなければ地球は大変なことになるであろう。そして、この「D消費生活と環境」の内容は家庭科の全ての学習内容と大きく関連する内容であり、各単元に上手く組み込んでいくことが家庭科学習の課題となってくる。

そこで今回この「D消費生活と環境」の内容を本単元での学習活動に組み入れることを考え、指導計画を立てた。

本時はまず、『～を考えて料理を作ろう』と投げかけ、これまで学習した調理の経験を生かして、調理計画のポイントをおさえていく。さらに本時のめあてとして“環境を考えて”というキーワードを提示し、本時のめあてが環境に配慮して調理計画を立てることであると知らせる。ここでは、「外国産や季節はずれの食材を使った料理」と「地元産や旬の食材を使った料理」を提示しどちらが環境に良いか考えるようにする。環境に目が向いたところで、調理計画の手順を確認し、最初の献立決め、食材選びから環境に配慮して行えることを、資料を通して学んでいく。資料としては、昨年度製作され、22年度より京都市の5年生に配布されることになった「環境副読本 わたしたちの環境」を活用する。資料を参考にしながら、旬の食材を選ぶこと、同じ食材でも地元で作られたものを選ぶこと等が環境を守ることに繋がることに気付くようにしたい。さらに買い物、調理、後片付けの際にも、環境に配慮することを見つけるため、「エコカード」を使って、袋をもらわない、ごみを出さない、無駄なエネルギーを使わない、作ってすぐ食べる、洗剤を使いすぎない等、環境に配慮しながら調理しようとする態度に結び付けたいと考えている。

## 6. 児童の実態

子どもたちは家庭科が好きである。子どもたちにとって、家庭科は高学年になったことを実感できる教科であり、また、自分で作って食べることができたり、作った作品を生活に活用できたりすることは大変嬉しいことである。

また、家庭科は自分の生活と直接結びついた教科であり、生活の中から課題を見つけたり、学んだことすぐに生活の中で実践したりすることができるという点からも意欲的に学習することができる教科であると考えられる。

しかし、実際には子どもたちの生活実態は様々であり、生活経験も実に乏しい。家庭で手作りされるものも少なく、簡単に買って簡単に捨ててしまう生活が身に付いてしまっている子どもも少なくない。また、食生活においても、偏った食事をしている子どもが年々増える傾向にある。そのような中で、学校で学習したことを家庭生活に繋げることは大変重要なことである。

本時の調理計画において、子どもたちは“好み”を最優先に考えるであろう。しかし、今回その中にこれまでとは違った“環境”という新たな視点を持つことで、消費者の立場として、料理を作る立場として、食べる立場として、さらにその他の生活のあらゆる場面で環境への意識を持つことができ、主体者として少しでも生活に生かしてくれることを願っている。

## 7. 題材の目標

- ・ 日常の食生活や調理に関心をもち、いろいろな食品を組み合わせる食べることの必要性を理解できるようにする。
- ・ 調理の手順や食品に合った調理の仕方を工夫できるようにする。

・調理実習の進め方や，安全で衛生的な調理の仕方の基本が分かり，「ゆでる」調理と「いためる」調理ができるようにする。

#### 8．題材の評価規準

| 家庭生活への<br>関心・意欲・態度                           | 生活を<br>創意工夫する能力                                  | 生活の技能                                       | 家庭生活についての<br>知識・理解   |
|--|--|---|--|
| ・日常の食生活や調理に関心をもち，日常よく使う食品を用いた簡単な調理をしようとしている。 | ・日常よく使われている食品を用いて，簡単な調理を考えたり，自分なりに工夫したりすることができる。 | ・日常よく使われる食品を用いた簡単な調理に関する基礎的・基本的な技能を身に付けている。 | ・食品の体内での働きが分かり，食品を組み合わせる必要性や簡単な調理に関する基礎的・基本的な事項について理解している。 |

9. 指導計画 (13時間)

| 時間 | 学習活動   | 留意点   | 評価の重点 |   |   |   | 評価の視点<br>(評価の方法)   |
|----|--|---|-------|---|---|---|--|
|    |  |   | 関     | 創 | 技 | 知 |  |
| 1  | <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">1. 1日の食事を調べよう</div> <p>きのう1日の食事について思い出そう。</p> <p>きのうの朝食や夕食を発表する。</p> <p>・給食についても話し合う。</p> <p>1日の食事について、気づいたことを話し合おう。</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・事前にアンケートで食事調べをしておき、どのような食事をしているのかを思い出せるようにしておく。</li> <li>・給食についても話し合えるように働きかけるようにする。</li> <li>・毎日の食生活のなかで、いろいろなものを食べていることに気づくようにする。</li> <li>・児童の家庭環境に配慮する。</li> </ul>                                      |       |   |   |   | <p>自分の食生活に関心をもって話し合いに参加している。</p> <p>(観察・ワークシート)</p>              |
| 2  | <p>食べたものの材料や調理方法について話し合う。</p> <p>・ゆでる いためる 煮る<br/>揚げる 焼くなどの調理方法を話し合う。</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べたものの材料に目を向け、どのような材料をどのようにして食べているのかを話し合えるようにする。</li> <li>・調理方法についても触れ、調理に目を向け次時への学習に生かす。</li> </ul>  |       |   |   |   | <p>自分の食生活に関心を持ち、なぜ食事をするのが大切なのか、自分の考えをもてる。</p> <p>(観察・ワークシート)</p> |
| 3  | <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">2. たまごや野菜を調理しよう</div> <p>調理の計画を立てよう</p> <p>調理することの意味を考える。</p> <p>調理に必要な用具の種類や扱い方について調べる</p>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろ工夫を加えることで、おいしい食事ができることを理解できるようにする。</li> <li>・食品をむだにせず、手際よく調理をするために計画が必要であることに気づくようにする。</li> <li>・安全面、衛生面にも留意し、特に包丁の安全な扱い方や、まな板、ふきんの衛生的な取り扱いについて指導しておく。</li> <li>・計量スプーンやはかりを実際に使えるように用意しておく。</li> </ul> |       |   |   |   | <p>調理の意味と調理実習のすすめ方を理解している。</p> <p>(ワークシート・観察)</p>                |

|          |  |   |  |  |   |
|----------|--|---|--|--|---|
| <p>4</p> | <p>たまごや野菜を調理しよう。</p> <p>ゆで卵とゆで野菜のサラダをつくる計画をたてよう</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・本單元では、たまごや野菜を使って「ゆでる」「いためる」の学習をするが、「いためる」学習は後期にするので、ここでは「ゆでたまご」とゆで野菜のサラダ」を作ることにする。</li> </ul>   |  |  | <p>野菜の特徴や「ゆでる」調理の安全で衛生的な調理のしかたについて理解している。<br/>(観察・ワークシート)</p> |
| <p>5</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ここでたまごと野菜を取り上げるわけを考える。</li> <li>・たまごと野菜の加熱変化を知る。</li> </ul> <p>作り方を調べて調理の計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サラダ作りの調理の手順を考える。</li> <li>・安全で衛生的な調理のしかたを考える。</li> </ul> <p>もりつけ方やドレッシングの味付けを考える。</p> <p>使う道具の名前とある場所を確かめておく。</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・たまごと野菜は身近で扱いやすい食材であり、さまざまな調理法によって、さまざまな料理にすることができると気付くようにする。</li> <li>・教師実験で野菜を加熱するとかさが減ることやたまごが固まる様子を観察できるように準備しておく。</li> <li>・計画カードに記入し、調理自習の際に掲示できるようにする。</li> <li>・ゆで野菜サラダ作り方の手順を考えて、全員で確かめる。</li> </ul> <p>野菜を洗う<br/>野菜をゆでる<br/>野菜を切る<br/>ドレッシングを作る<br/>もりつける</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・切り方やもりつけかたやドレッシングはなるべく一人ずつ考えるようにして、手順カードに書き込むようにする。</li> <li>・使う道具が実際にどこにあるか確かめておく。</li> </ul> |  |  | <p>自分なりに工夫して野菜の切り方や盛りつけ方を考えて計画している。<br/>(ワークシート)</p>          |

|                   |   |  |  |   |
|-------------------|---|--|--|---|
| <p>6</p> <p>7</p> | <p>ゆで野菜のサラダの調理をしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・材料と計画手順表を確認する。</li> <li>・手順表をもとに調理する。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・盛りつける。</li> <li>・試食する。</li> <li>・後かたづけをする。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・実習をふり返って交流する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・材料としては、生でも食べられるが火を通せるキャベツや、ゆでて食べるブロッコリーなどがよい。材料や切り方やゆでる時間によって、火の通り具合ややわらかさがちがうことに気づくようにする。</li> <li>・安全面から調理台の使い方や道具の置き場所も指導する。</li> <li>・安全な包丁の使い方やコンロの使い方を回って指導する。</li> <li>・どの子も体験できるように活動の形態や進め方に気をつけて作る。</li> <li>・ドレッシングは教科書P22を参考にしてボウルでグループ分を作る方法と、空き瓶を利用して個別に作る方法がある。</li> <li>・後かたづけのしかたについてもポイントを掲示し、具体的に指導する。</li> <li>・自己評価したり、交流し合ったりして実習をふり返る。</li> </ul> |  | <p>ゆで方、切り方に関心を持ち材料や目的に応じた調理をしようとしている。<br/>(観察・ワークシート)</p><br><p>計画にそって、安全で衛生的に生野菜のサラダを作ることができる。<br/>(観察・作品)</p> |
|-------------------|---|--|--|---|

|          |   |   |  |   |
|----------|---|---|--|---|
| <p>8</p> | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>3. なぜ食べるのか考えよう</p> </div> <p>なぜ、毎日いろいろな食べ物を食べる必要があるのか考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品をいろいろなグループに分けてみる。</li> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 動物グループと植物グループ</li> <li>* 生の物と加熱した物</li> <li>* 海の物と山の物</li> <li>* 体内での主な働き等</li> </ul> </li> <li>・食品の体内でのおもな働きを知る。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日の食事から食べている食品を見つけることで単品で食べるだけでなく、いろいろな食品を組み合わせることに気づくようにする。</li> <li>・児童の思いでいろいろなグループに分けてみる。</li> <li>・体内での主な働きにより、大きく3つのグループに分けるようにする。</li> <li>・給食の献立やたまごや野菜の栄養表を見て、食品の体内での3つの働きをおさえられるようにする。</li> </ul> |  | <p>食品の体内での3つの働きがわかり、いろいろな食品を組み合わせる必要性を理解することができる。<br/>(観察・ワークシート)</p> |
|----------|---|---|--|---|

|              |  |   |  |  |  |   |
|--------------|--|---|--|--|--|---|
| 9            | <p>食事の楽しさや良さについて話し合おう。</p> <p>・家庭で実践する計画を立てる。</p> <p>(ここまでを前期に学習)</p>  | <p>・食事は、栄養をとるためだけでなく、共にすることで心が和み、人間関係を豊にする上で重要な意味をもっていることに気づけるようにする。</p> <p>・これまでの学習を生かしてたまごや野菜を使った料理を家族のために作る計画を立てる。</p> <p>・家庭の事情に配慮する。</p> |  |  |  | <p>学習した事をもとに家庭での調理実践の計画を工夫している。<br/>(ワークシート)</p>  |
| 10<br>本時     | <p>(ここから後期に学習)</p> <p>環境を考えた調理計画をたてよう。</p> <p>・環境に配慮するためのさまざまな条件を考える。</p>  | <p>・環境への配慮としてごみ、省エネ、節水のほかに、食材選びや買い物の仕方もエコに関わることを知らせる。</p> <p>・『わたしたちの環境』を資料として使用する。</p>   |  |  |  | <p>「環境」考えて、調理の計画を立てようとしている。<br/>(発言・ワークシート)</p>   |
| 11           | <p>・前時の学習を生かして、グループで選んだ野菜で「野菜いため」を作る計画を立てる。</p> <p>・フライパンの正しい使い方や手入れのしかたを知る。</p> <p>・調理の手順を考える。</p> <p>・手順表を作成する。</p>              | <p>・どの児童も確実に体験できるように、実習グループや活動の形態を考えておく。</p> <p>・野菜は柔らかくいためるために、切り方、入れる順番、火加減に留意することを知らせる。</p>  |  |  |  | <p>「いためる」調理のしかたが理解できている。<br/>(ワークシート・観察)</p>  |
| 12<br><br>13 | <p>フライパンを使って「野菜いため」をつくろう。<br/>手順を確認する。</p> <p>・計画にそって実習をすすめる。</p> <p>・盛りつける。</p> <p>・試食する。</p> <p>・後かたづけをする。</p> <p>・実習をふりかえる。</p> | <p>・安全に自分の思った通りの「やさしいため」がつかれるようにめあてを確かめる。</p> <p>・フライパンの使い方や火の強さの調節について指導する。</p> <p>・試食しながら、成功した場合も失敗した場合も原因を考えて自己評価するように働きかける。</p>           |  |  |  | <p>いためる調理実習に関心をもて取り組んでいる。<br/>(観察・ワークシート)</p> <p>フライパンを使って野菜をいためる調理ができる。<br/>(観察・作品・ワークシート)</p> |

10. 本時の目標

「環境」を考えて料理を作るために、できることを考えようとする。

11. 本時の展開

|   | 学習活動   | おもな支援と留意点  | 評価の視点  |
|---|--|--|--|
| 1 | <p>本時のめあてを知る。</p> <p>料理を作る時に、大切にすることを考える。</p> <p>今日は環境を考えて料理を作る学習をすることを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><b>環境</b></p> <p>を考えて、料理を作ろう</p> </div> | <p>・『～を考えて料理をしよう』と投げかけ、自分が料理を作る際に、考えることを出し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 栄養</li> <li>* 好み</li> <li>* 値段</li> <li>* 季節</li> <li>* 量</li> </ul> <p>・環境に目を向けて学習することをおさえる。</p>   |  |
| 2 | <p>2つの料理を見て、どちらが環境に良いかを考える。</p> <p>調理手順を確かめ、それぞれの段階でどのように環境に配慮できるかを考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理の手順を確認する。</li> </ul> <p>・グループで話し合う。</p> <p>・発表する。</p>                      | <p>・「外国産の食材で作った料理」「近郊で取れた食材で作った料理」を提示し、環境に目が向くように、どちらが環境に良いかを考えるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 油を使わない</li> <li>* 量が少ない</li> <li>* 燃料を使わない</li> <li>* 安い材料で作っている。</li> </ul> <p>・『わたしたちの環境』を見て、材料選びから全ての調理が環境に関わることを知らせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全ての調理に共通する手順としておさえておく。</li> <li>* 献立を決定する。</li> <li>* 食材の量、予算を考え、買い物計画を立てる。</li> <li>* 買い物に行く。</li> <li>* 調理の手順を考える。</li> <li>* 調理をする。</li> <li>* 食べる。</li> <li>* 後片付けをする。</li> </ul> <p>・『わたしたちの環境』・『エコカード』を参考にしながら、グループで話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 旬の食材を選ぶ。</li> <li>* 地元の食材を選ぶ。</li> <li>* 必要な量だけ買う。</li> <li>* 特売等を利用する。</li> <li>* 自転車や徒歩で買い物に行く。</li> <li>* ごみを減らす。</li> <li>* ガスや水を大切に使って調理をする。</li> <li>* 食べる量だけ作る。</li> <li>* 作ってすぐ食べる。</li> <li>* 油はふき取ってから、フライパンや食器を洗う。</li> <li>* 洗剤は少量にする。</li> </ul> | <p>(関・意・態)</p> <p>「環境」を考えて料理を作るために、できることを考えようとしている。(発言、ワークシート)</p> |

|   |                                 |  |  |
|---|---------------------------------|--|--|
| 3 | <p>家庭で実践できることを考えてワークシートに書く。</p> | <p>・自分が家庭で実践したり,家の人に働きかけたりできることを具体的に書くようにする。</p> |  |
|---|---------------------------------|--|--|

12. 板書計画

～を考えて料理を作ろう

↓

好み

栄養

ねだん

季節

時間

こん立を考える

・旬の食材

・地元産

買い物

・エコバック

・特売

調理

・節ガス

・手早く

もり付け

・残さない

・食器の量

食べる

・すぐ食べる

・残さない

後片付け

・節水

・油の処理

家庭生活で生かせること

- ・ 買い物は自転車で行く。
- ・ 食べ残しをしない。
- ・ 節水・節電を心がける。
- ・ 地元の食材を買う。

エコカード

赤 2

エコカード

青 2

エコカード

赤 5

エコカード

青 5

13. 評価の実際

| 学習における<br>具体の評価規準と評価方法  | 具体的な評価の指標と手だて  |
|---|--|
| <p><b>【関心・意欲・態度】</b></p> <p>・「環境」を考えて、野菜のための計画を立てようとしていたか。</p> <p>学習中の発言とワークシートに記入した内容によって見取っていく。</p> | <p>十分満足できる（A）と判断する子どもの具体の姿<br/>調理計画の中で「環境」を守ることに繋がることをこれまでの学習や資料から読み取って、5つ以上考えて、発言またはワークシートに記入している。</p> <p>おおむね満足できる（B）と判断する子どもの具体の姿<br/>調理計画の中で「環境」を守ることに繋がることを考えて、発言またはワークシートに記入している。</p> <p>（A）の状況に高めるための手だて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ これまでの社会科や理科,総合的な学習を想起するよう助言する。</li> <li>・ 資料の見方を助言する。</li> </ul> <p>規準に到達していない場合の手だて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 資料の見方を助言すると共に,具体的な例を出して説明する。</li> </ul> |

