

第5学年A組 家庭科学習指導案

1 題材 「選んで、作って、楽しい料理」

2 指導観

○ 平成17年度食育基本法が施行され、児童を取り巻く食の状況への関心は大変高まっている。つまり、「食育」は、学校や家庭・地域でも取り組まれるようになり、これからの児童に必要なのは「作る、食べる」だけでなく、「選ぶ、作る、食べる」ということだと考える。例えば、食事をするにも外食、中食、手作りなどの選択肢がある。手作りであるならば、材料の購入方法、種類、金額、その他にも食の安全性、環境との関連など考慮する事はたくさんある。大量の情報の中で取捨選択し、不確かな情報に惑わされることなく、自分にとってベストな選択をし、それに対し納得し満足する消費者になることが望まれる。健康や成長に欠かせない「食」であるからこそ、適切な選択が必要であるし、消費者として自分の価値観を作りあげていくことが大切と考える。

本題材では日常の食生活を振り返らせながら、自分の条件に合った食品を選び、購入計画を立て、ゆでる調理といった調理ができるようになることをねらいとしている。学習内容としては、食品の栄養的な特徴、調理に必要な材料の分量、材料の購入、手順を考えた計画、材料の洗いや切り方、味のつけ方および後かたづけの仕方、調理に必要な道具・コンロの安全で衛生的な取り扱い方、ゆでたりいためたりした調理、盛りつけや配膳を考えた楽しい食事、環境に配慮した食生活などがある。このようなことを通して日常の食事に関心をもち、自分の食生活を見直し豊かにしていこうとする態度を養っていきたい。このことは食生活への関心を高めるとともに、家族の一員として生活を工夫しようとする態度を育てる上で意義深いと考える。

○ 児童は5年生1学期の学習でくだものを切ったりお茶を入れたりしている。そのとき、2種類程度のくだものを家庭で準備してきている。安全に実習できたものの、高価なくだものを選んできた児童や実習時間内に切り終わらないほどの分量を持ってきた児童もいた。食品の購入に際して目的に合った物を選んだり、自分自身で責任を持って選択したりできる児童は少ないことが考えられる。

事前調査を行ったところ、児童が食品の購入の際に重視していることは、「おいしさ」(95%)「値段が安いこと」(80%)であった。おいしさの感じ方は個人で異なるものの、店頭ではわからず、結局購入して食べてみなければわからない。そこで情報の取捨選択が必要になってくる。メディアや表示・マークはその手がかりになると思われるが、前述の事前調査の結果では、「テレビコマーシャルでよく知っていること」(31%)、「表示やマーク」(34%)といずれも重視されていない。児童は食品を購入する際に、多くの判断材料をもたずに食品を購入していることが伺える。また、「これからの生活で大切にしたいこと」のうち順位の高いものは、「お金の使い方」(96%)、「時間の使い方」(91%)で、順位の低いものは、「自分で物事を決める」(80%)、「普段の生活に必要な技術を身に付ける」(77%)、「正しい情報を得る」(73%)だった。時間やお金を適切に使っていくためには、情報を取捨選択する力を身に付け、自分で物事を判断する力を養うことが不可欠である。

○ 指導にあたっては、日常の食生活の中で意思決定を必要とする場面を学習の中に取り入れながら、調理の計画を立て、基礎的な調理実習を行わせることを通して、自分の食生活の課題を解決できるようにしていきたい。そこでまず、自分の食生活に目を向けさせるために食事調べを行わせる。また、食品の栄養的な特徴や食品の組み合わせの大切さについてもふれる。ここでは、自分の食生活の実態から、「簡単な調理を覚え、自分の食生活に役立てる」という課題を持たせる。次に、調理の計画を立てさせる。ここでは、ゆでる調理の手順や道具の扱い方、後かたづけの方法について考えさせる。さらに、材料の購入計画を立てさせる。材料を購入する際、必要な情報を集め、適切な意思決定を行い、自分に合った材料を購入できるようにする。その後、ゆでる調理実習を行う。実習後は自分の調理実習を振り返らせるとともに購入が適切であったか記録させる。いためる調理実習でも同様のプロセスを踏み、計画、実習、振り返りを位置づけよりよい調理実習になるようにする。最後に課外として家庭でのゆでる、またはいためるの調理実習を位置づける。そのために、授業の中で2回行った調理実習を振り返り、自分の家族に合った材料・購入・調理方法などの計画を立てさせる。環境に配慮した調理や食事の楽しさについても触れ、これからの食生活について考えさせていく。

3 目 標

- 日常の食生活に関心を持ち、食品の栄養的なはたらきを考えて、材料を選んだり買ったりしようとする。
- 自分に合った調理計画を考え、材料の選び方や買い方を工夫することができる。
- 調理に必要な用具や食器を準備し、安全や衛生に気をつけて、ゆでる調理といためる調理ができる。
- 食品の体内でのはたらきが分かり、食品を組み合わせて食べることの必要性について説明することができる。

4 計 画（10時間）

第一次	日常の食生活に関心をもつ。-----	1	
1	食品の栄養的なはたらきを知り、食事調べから課題を見つける。----- ・食品の栄養的な特徴、食品を組み合わせて取ることの必要性	(1)	
第二次	調理実習の計画を立てる。-----	3	
1	調理の意味や方法を知る。----- ・調理の意味、方法、 ・調理の材料、手順、用具の安全で衛生的な取扱い、後かたづけ	(1)	
2	材料の選び方について話し合う。-----	1	
3	自分にあった野菜の購入のし方を考える。----- ・材料の買い方	1	本時
第三次	簡単な調理実習を行う。-----	5	
1	ゆで野菜サラダの調理実習を行う。----- ・材料の洗いかた、切り方、ゆで方、盛りつけ、試食、後かたづけ	(2)	
2	ゆでる調理実習を振り返り、いためる調理実習の計画を立てる。----- ・調理の計画（手順、材料と分量、用具）	(1)	
3	いためる調理実習を行う。----- ・材料の洗いかた、切り方、いため方、盛りつけ、試食、後かたづけ	(2)	
第四次	これからの食生活について考える。-----	1	
	・食事の楽しさ ・環境に配慮した食生活 ・実践計画		
	○ 買い物、料理を実践する。-----		課外

5 本時 平成18年 9月13日（水） 第5校時 計画第二次2/2 5年A組教室にて

(1) 本時の指導観

前時までに児童は、一人でゆで野菜サラダを作るための調理実習の計画を立てている。そこで本時では、調理実習の計画の一つである「材料の購入」のしかたを考えることをねらいとする。そのためにはまず、「ゆで野菜サラダを作るために、自分にあった野菜の買い方を考える」ことを本時のめあてとして確認する。そして前時までの学習から、「情報シート」に集めた様々な情報をもとに、野菜の買い物でどんなことに気をつけたらよいかを自分なりに決める。これは次の「買い物シミュレーション」の意思決定の際の情報源となる。次に、「買い物シミュレーション」を行い、条件に合った野菜の選択を疑似体験させる。このとき、実物の野菜を手にとったり、表示を見たりして選び、カードを取ることで意思決定させる。さらに、その結果を小集団で交流することで購入の意思決定の根拠を明確にさせる。ここでは、「決定シート」を用い、自分と他者の意思決定の根拠を比較し、自分の意思決定が本当に納得のいくものであるか考えさせる。最後に、今日の学習を振り返らせ、調理実習の買い物（課外）および調理実習に意欲をもたせて本時のまとめとする。

(2) 主眼

- 「買い物シミュレーション」をもとに、自分に合った材料の購入のしかたを考えることができる。

(3) 準備

- ①情報シート ②決定シート ③野菜（キャベツ、ブロッコリー、ミニトマト、）
④野菜カード ⑤電卓 ⑥振り返りシート

(4) 展開

学習活動・内容	資料・教具	留意点	形態	配時
1 本時のめあてをつかむ。 自分に合ったゆで野菜サラダ用の野菜の買い方を考えよう。		○前時までに学習して集めた情報を活用し、本時は自分の条件に合った買い方を考えることを確認する。	一斉	5
2 「情報シート」をもとに、野菜の買い物で特に重視したい買い方の要素を確認する。 ・品質 ・安全 ・値段	①②	○買い物シミュレーションをスムーズに行うために、前時に学習した購入の要素から、野菜の買い物で特に重視したいことを確認する。	一斉 ↓ 個	5
3 買い物シミュレーションを行い、自分に合った野菜の買い方を考える。 (1)野菜を選び、同じカードを取ってくる。 ・野菜の選び方、買い方 (2)野菜の代わりに「野菜カード」を「決定シート」に貼り付け、選んだ理由を書き込む。 ・品質（新鮮さ・色・形・重さなど） ・安全（農薬の有無、生産地） ・値段（合計の代金） ・その他（分量、好み） (3)カードを見せ合いながら、野菜を買うときに重視したことを交流する。 (4)「満足度」を測り、自分の買い方を振り返る。 ・自分に合った食品の選択	①②③④⑤	○手に取って鮮度を確認したり、品質を確かめたりできるように、野菜を2～4種類置いておく。 ○札やシールから、値段や産地、農薬のことが分かることに気付かせる。 ○意思決定を明確にさせるため、野菜の代わりに「野菜カード」を決定シートに貼り付けさせる。 ○値段の合計が越えないように、電卓で計算させ、決定シートに記入させる。	個 ↓ 小集団 ↓ 個	30
4 本時のまとめをし、次時の確認をする。	⑥	○自分に合った買い物ができたことを賞賛し、家庭実践への意欲付けとする。 ◇根拠を明確にして自分に合った材料の購入ができたか。〈創：決定シート分析〉	一斉	5

資料 第5学年「選んで、作って、楽しい料理」全体計画と要素との関連表（全10時間）

関心:関心・意欲・態度 創:創意工夫 技:生活の技能 知:知識・理解 (a~mについては、研究紀要P3の資料-3を参照)

段階	配時	学習活動・内容	評価規準 〈評価方法〉【要素】	具体的評価規準	
				十分満足できる (A)	おおむね満足できる(B)
気 付 く	2	1 食品の栄養的なはたらきを知り、日常の食事に関心をもつ。 ・食品の栄養的な特徴 ・食品の組み合わせ	関:自分の食生活に関心をもち、食事について見直そうとしている。 〈活動チェック〉【a, h】 知:食品の体内での主な働きが分かる。 〈小テスト分析〉【b,l】	・食事調べから自分の食生活を振り返ろうとしている。	
				・食品を体内での働きで3つに分けることができる。	・食品を体内での働きで分けることができる。
見 通 す	2	2 ゆで野菜サラダの調理実習の計画を立てる。 ・調理の意味、方法、計画(手順、材料と分量、用具)	技:調理の意味を理解し、調理実習の計画を立てることができる。 〈学習ノート分析〉【c,d,e,k,l】	・調理の手順や調理時間を考えた調理計画を立てている。	・調理の手順を考えた調理計画を立てている。
		3 野菜の特徴を知り、選び方について考える。	技:野菜の選び方について、情報を集めることができる。 〈学習ノート分析〉【c,d,e,i,k,l,l】	・野菜を選ぶときの要素をまとめている。	・野菜を選ぶときの要素に気付いている。
		4 野菜の購入について買い物シミュレーションをして、購入計画を立てる。	創:野菜の選び方や買い方を考えることができる。 〈決定シート・満足度スケール分析〉【a,b,c,g,h,i,k,l,m】	・集めた情報をもとに、自分に合った野菜を買っている。	・自分に合った野菜を買っている。
さ ぐ る	5	5 ゆで野菜サラダの調理実習を行う。 ・洗い方,ゆで方(水の量,加熱時間,),切り方 ・盛り付け ・試食,後かたづけ	技:安全や衛生に注意し、調理実習をすることができる。〈様相観察〉【b,c,d,e,f,j】	・用具や食器、コンロを安全・衛生に気をつけて扱っている。	・包丁やコンロを安全に扱っている。まな板やふきんを衛生に気をつけて扱っている。
		6 前回の実習を振り返り野菜のための調理実習の計画を立てる。 ・調理の計画(手順、材料と分量、用具)	技:調理実習を振り返り、いためる調理実習の計画を立てることができる。 〈学習ノート分析〉【c,d,k,l】 創:材料の選び方や買い方を考えることができる。 〈学習ノート分析〉【b,c,g,h,i,k,l,m】	・ゆでる調理実習から、自分の技能にあった計画を立てている。 ・自分に合った野菜を買っている。	・自分の技能にあった計画を立てている。 ・自分に合った調理の計画を立てている。
		7 野菜のための調理実習を行う。 ・洗い方,いため方(火力),切り方,味の付け方 ・盛り付け ・試食,後かたづけ	技:安全や衛生に注意し、調理実習をすることができる。〈様相観察〉【b,c,d,e,f,j】	・用具や食器、コンロを安全・衛生に気をつけて扱っている。	・包丁やコンロを安全に扱っている。まな板やふきんを衛生に気をつけて扱っている。
ま と め る (課 外)	1	8 家庭での実践計画を立てる。 ・食事の楽しさ ・環境に配慮した食事 ○家庭で実践する	創:材料や目的に合わせて家庭での実践計画を立てている。 〈学習ノート分析〉【a,b,c,d,g,h,i,j,k,l,m】 関:自分の食生活について学習したことを生かした調理を行おうとする。 〈学習ノート分析〉【a,i,j,m】	・家族の一員として、今までの学習を生かして、材料を選んでいる。 ・自分の食生活に関心をもち、学習したことを生かして簡単な調理を行おうとしている。	・家族の一員として材料を選んでいる。

