

## 第1学年A組 家庭科学習指導案

### 1 題材 「目的に合った食品の選択をしよう」

### 2 指導観

○ 輸入大国と言われる日本では、和食に欠かせない味噌や醤油の原料となる大豆でさえ、約95%を輸入に頼っているのが現状である。また、これまで世界一の消費量を誇っていたマグロは漁獲枠が削減され、原油価格が高騰し、さらには折からの日本食ブームで世界中で食されるようになり、これまでのような輸入が困難になりつつある。しかし、わたしたちの食生活はこうした輸入食品や加工食品の利用なくしては成り立たない。食品添加物や遺伝子組み換え食品の使用、輸入牛肉のBSE問題など、健康と直接かかわりのある食品だからこそ、表示を見て原材料を調べたり、食品添加物の種類や生産地を確認したりして適切に選択することは、健康的な食生活を送るうえで欠かすことができない。

本題材では、食品の鮮度や品質の良否を見分け、目的に合う食品を用途に応じて選択する力を身に付けさせることをねらいとしている。学習内容としては、生鮮食品の鮮度・品質、食品添加物の種類と使用目的、加工食品の表示やマーク、手作り食品と市販食品の比較などがある。このような学習を通して、身近な食品の品質の良否を知るために表示に目を向け、食品を比較して選択に必要な情報を収集し、目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響などを考えて食品を選択する力、つまり適切な意思決定力を身に付けさせることは意義のあることと考える。

○ 生徒は前時までに、食事の果たす役割と食品に含まれる栄養素の働きについて学習し、健康を維持したり、成長に必要な栄養素を得るためには、6つの食品群をバランスよくとることが大切であることを学習している。

事前のアンケート結果ではお菓子を購入する際、「おいしさ」を気にする生徒が95%と最も多く、次いで「値段の安さ」を気にする生徒が87%、「分量の多さ」が79%となった。「CM」については、気にする生徒が29%と低く、「表示やマーク」も気にする生徒の割合が39%であった。このことから、生徒がお菓子を買う際には、安くておいしいものをたくさんと食欲を満たすことが最優先され、CM、表示やマークなどの生活情報が、食品の選択の際、あまり生かされていないことが分かる。さらに、「太りにくいこと」は42%、「健康によいこと」は58%と、食と健康を結びつけて十分に実践しているとは言いがたく、これでは、用途に応じた食品を適切に選択する力が身に付いているとは言えないと考えられる。

○ 指導にあたっては、身近な食品の鮮度や品質を見分ける観点を知り、加工食品の表示やマークから品質の良否を見分け、目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響を考えようとして食品の選択が行えるようにさせていきたい。そこでまず、簡単な食品実験でハムに含まれる発色剤を調べさせることを通して、身の回りの食品に関心をもたせ、加工食品と食品添加物の存在に気づかせる。豊かな食生活の背景として、こうした加工食品の利点についても考えさせる。次に、生鮮食品の特徴と加工食品の特徴を理解させ、身近な食品の鮮度や品質の良否の見分け方、食品を保存するための加工と加工食品の種類、食品添加物の使用目的など食品の選択につながる基礎的・基本的な学習内容を理解させる。さらに、日頃から加工食品を利用する割合の高い食品について、手作り食品と市販食品の違いを表示で調べたり、調理実習を通して、材料、味、見た目、費用、能率、ごみの種類や量などを比較させる。最後に、目的に合った食品を用途に応じて選択することについて調べたことを報告させ、これからの食生活に生かすための家庭での実践について考えさせる。ここでは、調べて分かったことを基にして、夏休みの課題で休日の食事計画を立てさせ、必要な材料の鮮度や品質、栄養、費用、調理の能率、環境への影響など考えながら目的に合わせ用途に応じた食品が選択できたか、家庭での実践をレポートさせる。

### 3 目標

- 生鮮食品や加工食品に関心をもち、食品の鮮度や品質、能率などを考えながら選択しようとしている。
- 手作り食品と市販食品の比較調査を通して、目的に合った食品を用途に応じて工夫し選択することができる。
- 手作り食品と市販食品の違いを比較し、味、栄養、調理の能率、環境への影響など諸条件を考慮して目的に合った食品を用途に応じて選択することができる。
- 目的に合った食品を用途に応じて選択するために、生鮮食品と加工食品の特徴、鮮度の見分け方や品質の良否や違いを説明することができる。

#### 4 計画 (6時間)

- 第1次 身の回りの食品について考える ----- 1
- ・ハムに含まれる発色剤の検出実験
  - ・食品添加物の使用目的
- 第2次 生鮮食品と加工食品の特徴について知る ----- 2
1. 生鮮食品の特徴 ----- (1)
- ・食品の鮮度
  - ・出盛り期
2. 加工食品の特徴 ----- (1)
- ・食品の保存と加工の種類
  - ・品質表示とマーク
  - ・消費期限と賞味期限
  - ・食品衛生法とJAS法
- 第3次 手作り食品と市販食品の比較調査を行う ----- 2
1. 手作り食品と市販食品の比較調査の計画を立て、調査活動をする ----- (1) 本時
- ・比較調査する項目
  - ・市販の加工食品の包装やパッケージ
  - ・手作り食品の材料と調理方法
2. 調理実習を通して手作り食品と市販食品の違いを調べる ----- (1)
- ・調理にかかる時間
  - ・味
  - ・見た目
  - ・費用
  - ・ごみの種類や量
- 第4次 報告会を行い、調べて分かったことをまとめる ----- 1
- ・目的に合った食品の選択
  - ・中学生の休日の食事計画と買い物レポート ----- 課外

#### 5 本時 平成19年7月11日(水) 第5校時 計画第3次 1/2 1年5組教室にて

##### (1) 本時の指導観

前時までに生徒達は、ハムの亜硝酸塩の検出実験を行い、身近な食品の品質について考え、加工食品に使用されている食品添加物の種類や使用目的について知り、生鮮食品と加工食品の特徴や、食品を加工する方法と加工食品の表示について食品衛生法やJAS法、食品につけられているマークなどを学習してきた。

そこで本時は、日頃よく利用する食品について、比較調査の計画を立てて、手作り食品と市販食品の違いについて調査することをねらいとしている。そのためにまず、アンケートの結果をもとに、4つの食品について手作り食品と市販食品の違いを調べることを確認させる。次に加工食品の利用の割合の高い食品について手作り食品を提示し、市販食品との違いを考えさせながら、手作り食品と市販食品を比較調査する項目を考えさせる。さらに、加工食品のパッケージや表示を調べたり、手作りの材料や作り方を本やインターネットで調べた資料を参考にしながらプリントにまとめさせる。最後に次時は、調理実習を通して手作り食品と市販食品を具体的に比較することを伝え、報告会に向けてまとめと自己評価を行う。

##### (2) 主眼

- 身近な4つの食品について、手作り食品と市販食品の比較調査の計画を立て、違いを調べることができる。

(3) 準備

- ①学習プリント ②手作りの食品 ③市販食品 ④比較項目カード ⑤加工食品のパッケージ ⑥料理の本  
⑦インターネットによる手作り食品の作り方の資料 ⑧自己評価表

(4) 展開

学習活動・内容	資料・教具	留意点	形態	配時
<p>1 本時のめあてを確認する。</p> <p>手作り食品と市販食品のちがいを調べよう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソーセージ</li> <li>・コーンスープ</li> <li>・ギョウザ</li> <li>・ミートソース</li> </ul>	①	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ アンケート結果を基に、加工食品を利用する割合の高い4つの食品について、確認させる。</li> <li>○ 比較調査後、報告会をすることを予告しておく。</li> </ul>	一斉	10
<p>2 比較調査の計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理方法と時間</li> <li>・味</li> <li>・費用、価格</li> <li>・分量</li> <li>・見た目</li> <li>・材料、原材料</li> <li>・栄養</li> <li>・ごみの種類と量</li> </ul>	②③④	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 手作りのトマトケチャップと市販のトマトケチャップを準備し、身近な食品に関心をもたせ、手作り食品と市販食品を比較する項目を考えさせる。</li> <li>○ 学習プリントは比較する内容が理解しやすいように表を作り、工夫しておく。</li> </ul>	一斉 ↓ 班	10
<p>3 調査活動をする。</p> <p>(1) 市販の加工食品について調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・包装やパッケージからわかること</li> <li>・原材料</li> <li>・調理方法、時間</li> </ul> <p>(2) 手作りの食品を調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・材料</li> <li>・作り方</li> </ul>	①⑤⑥⑦	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 調査活動の方法を知らせる。</li> <li>・加工食品の包装やパッケージにある表示や、本、インターネットによる資料を用いて調査する。</li> <li>○ 前もって市販食品のパッケージをいくつか集めてさせておく。</li> <li>○ ソーセージ、コーンスープ、ぎょうざの作り方は、料理の本やインターネットで調べて、資料を準備しておく。</li> </ul>	班	20
<p>4 本時のまとめをし、次時の確認をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調査活動の進捗確認</li> <li>・自己評価</li> </ul>	⑧	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 項目ごとに調査して分かったことや、気付いたことを自己評価し、本時の調査で分からなかった項目(味、見た目、ごみの種類と量など)を確認する。</li> <li>◇手作り食品と市販食品の比較調査の計画を立て、パッケージの表示や本などを用いて違いを調べることができたか。</li> <li>〈自己評価表分析〉</li> <li>○ 分からなかった項目について、さらに表示を見たり、店頭で確認したり、家の人に聞くなどして調査するように伝える。</li> <li>○ 次時は調理実習を通して、手作り食品と市販食品の違いを比較し、報告会の準備をするように予告しておく。</li> <li>○ 調理実習のための、エプロンと三角巾を準備するよう連絡する。</li> </ul>	一斉	10

第1学年「目的に合った食品の選択をしよう」全体計画と評価規準表（全6時間）

関：関心・意欲・態度 工：工夫・創造 技：生活の技能 知：知識・理解

段階	配時	学習活動・内容	評価規準 (評価方法)【項目】	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	1	1 加工食品に使用されている添加物を調べる。 ・食品添加物の種類 ・使用目的	関：加工食品に使用されている食品添加物を調べ、添加物の使用目的に関心をもつ。 〈学習プリント分析)【安全】	・ハムの亜硝酸塩を調べ、色をよくするために発色剤が使用されていることが分かり、添加物の使用目的に関心をもっている。	
見通す	2	2 生鮮食品の特徴を知る。 ・食品の鮮度 ・出盛り期 ・産地	知：身近な食品の鮮度と品質の良否を見分け方を理解する。 〈学習プリント分析)【安全、情報】	・食品の鮮度を見分けることができ、出盛り期や産地の違いから品質を見分ける方法が分かる。	・食品の鮮度を見分ける方法が分かる。
		3 加工食品の特徴を知る。 ・食品の保存と加工の種類 ・品質表示とマーク ・消費期限と賞味期限 ・食品衛生法とJAS法	知：加工食品の表示やマークの意味を理解する。 〈学習プリント分析)【安全、契約・取引、情報】	・加工食品の種類、表示やマークの意味、消費期限と賞味期限の違いが分かり、食品衛生法とJAS法による表示の対象となるものを知っている。	・加工食品の種類、表示やマークの意味、消費期限と賞味期限の違いが分かる。
さぐる	2	4 手作り食品と市販食品の比較調査の計画を立て、調査活動をする。 ・調理方法と時間 ・価格 ・分量 ・原材料 ・栄養など	技：手作り食品と市販食品の比較調査の計画を立て、調査活動をすることができる。 〈学習プリント分析)【情報】	・加工食品の表示から調理方法と時間や、価格、分量を調べ、原材料や栄養が分かり、食品の選択に役立てることができる。	・加工食品の表示を調べ、食品の選択に役立つ情報を収集することができる。
		5 調理実習を通して手作りとし販食品のちがいを比較する。 ・味 ・見た目 ・ごみの種類と量 ・調理の能率など	技：調理実習を通して、調理時間や味、見た目などのちがいについて調べることができる。 〈学習プリント分析)【情報、環境】	・手作り食品と市販食品を比較し、栄養や品質、調理の能率、環境など違いを多方面から具体的に調べることができる。	・手作り食品と市販食品を比較し、味や使いやすさを、調べることができる。
まとめる	1	6 手作り食品と市販食品のちがいをまとめ発表する。	工：目的に合った食品を用途に応じて工夫しながら選択することができる。 〈学習プリント分析)【情報】	・手作り食品と市販食品の、比較調査を通して分かったことを生かし、工夫して食品を選択しようとしている。	・手作り食品と市販食品の違いを調査し、表示の内容などの情報を食品の選択に生かそうとしている。
生かす (課外)		○ 家庭で実践する。	関：これまでの学習を生かし、食品の鮮度や品質の良否を見分け、食品を選択している。 〈家庭実践レポート分析)【安全、契約・取引、情報】	・食品を選択する際、食品の鮮度、必要量、費用などを考え、選択したことが述べられている。 ・実践を振り返り、食品の選択における課題に気付き、次に生かそうとしている。	