

Ⅲ 学習指導案

第5学年

家庭科学習指導案

場 所 家庭科室
指導者 坂本 周史

1 題材名 食べて元気に

2 題材設定の理由

本題材は、新学習指導要領「B衣食住の生活（2）調理の基礎ア（オ）」を受けて設定した。ここでは栄養素とその働き、食品の栄養的特徴を知り、栄養を考えた食事に関する基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けるとともに、日常生活で活用する能力を育てることをねらいとしている。また、米飯及びみそ汁の調理に関する基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けるとともに、おいしく食べるために調理計画を考え、調理の仕方を工夫することができるようにすることもねらいである。

児童は、男子13名、女子15名の計28名である。5年生になり家庭科の学習に初めて出会い、家庭科の学習を楽しみにしている様子が見られる。1学期に行った「はじめてみようクッキング」では、ゆで野菜サラダに挑戦し、野菜を切ったり、ゆでたりということに意欲的に取り組み、用具や食品の安全な取り扱い方や食品を調理して食べることのよさについて学んだ。本題材に関するアンケートでは、ご飯を炊いたことがあると答えた児童は23人、みそ汁を作ったことがあると答えた児童は14人であった。一方で、みそ汁の中にだしが入っていることに気づいている児童はほとんどいなかった。

本題材の指導にあたっては、まず、給食のよさを話し合ったり、給食に含まれる食材を調べたりして、食品の栄養や体の中でのはたらきについて考えさせる。その中で、給食と自分の食事を比べることで、自分の食事を見直し、食品を組み合わせるとの必要性にも気付かせていくようにしたい。ご飯とみそ汁作りでは、ご飯の食べ比べからおいしいご飯を作るにはどうしたらよいかを考えさせたい。また、みそ汁作りでは、まずだしのよさをとらえるために、だしの無いみそ汁とだしの入っているみそ汁を飲み比べる活動を取り入れることで、おいしいみそ汁について考えさせる。そして、だしのとり方や実の種類によってちがう切り方、加熱の仕方が変わることを身に付けさせることで、自分でできることを増やし、調理の技能を高め、今後の家庭生活での実践につなげていきたい。

3 題材の目標及び指導と評価計画（別紙）

4 本時の目標

- だしのとり方を身に付け、だしのよさが分かる。

5 研究主題に迫るための手立て

【手立てⅡ】主体的な態度を育てるための学び合いの工夫

- いろいろなだしを試飲して気づいたことや感じたことを伝え合う活動を通して、だしのよさに気づかせる。

【手立てⅢ】確かな知識・技能習得のための教材の工夫

- だしのとり方を知り、実際にだしを取る実習をすることで、技能を身に付けさせる。

7 板書計画

④ だしのとり方をマスターし、だしのよさを見つけよう

気づいたこと

	味	かおり	色
にぼし			
かつお節			
こんぶ			

-
-
-
-

にぼしだしのとり方

- ①にぼしの頭とはらわたを取る。
- ②胴体を小さくし、水につける。
- ③強火でふっとうさせる。(5分)

かつおだしのとり方

- ①ふっとうさせる。
- ②かつおぶしを入れる。
- ③しずんで、2～3分後こす。

こんぶだしのとり方

- ①こんぶをさっと洗う。
- ②強火でふっとうさせる。
- ③弱火で5分間にする。

⑤ だしが入るとみそ汁はおいしくなる

<資料>

本時ワークシート

食べて元気に

5年1組 番 名前()

めあて

1 ①と②のみそ汁を比べてみよう 比べるポイント 味 かおり 色

①	②
---	---

2 いろいろのだしの入ったみそ汁を味わってみよう

にぼし	かつおぶし	こんぶ

☆ 今日の学習を振り返ろう

できるようになったこと(◎○△)	自分	友達はどうでしたか?
だしのとり方が分かった		
だしが入るとみそ汁の味が変わることが分かった		
だしをとることができるようになった		
安全に調理できた		
自分の仕事ができた		
友達と協力して作業できた		

分かったことや課題

題材の目標および指導と評価計画

※ 家族との関わり

題材名	時数	題材目標				
食べて元気に	11	<ul style="list-style-type: none"> ○ なぜ食べるのかを考え、日常の食事や使われている食品に関心を持ち、栄養のバランスを考えた食事を大切にしようとする。 ○ 五大栄養素を知り、食品に含まれる栄養素の体内での主な働きが分かる。 ○ 五大栄養素の働きによる食品のグループ分けが分かる。 ○ ご飯とみそ汁に関心を持ち、調理することができる。 				
時間	〈小題材〉・学習活動	関心・意欲・態度	創意工夫	技能	知識・理解	◇家庭 □もの ○環境
※ ご飯とみそ汁に関するアンケートを実施する。						
1	〈なぜ食べるのかを考えよう〉 給食の献立を参考に、どのようなものを食べているか食品を考え、仲間分けをする。	毎日の食事に関心を持ち、栄養を考えた食事のとり方について考えようとしている。				□給食献立表
2	〈五大栄養素のはたらき〉 五大栄養素のはたらきについて知る。				五大栄養素の種類と働きについて理解している。	□五大栄養素
3	〈3つの食品のグループとそのはたらき〉 3つの食品のグループとその働きについて知る。				食品の3つのグループの分け方がわかる。	□3つの食品グループ
※ 自分の家でのご飯とみそ汁の作り方を調べる。						
4	〈ご飯とみそ汁を作ろう〉 ご飯について関心を持ち、おいしいご飯について調べる。	米とご飯の違いを調べようとしている。	おいしいご飯の炊き方について考えている。		米の特徴を知る。	◇自分の家で調べてきたこと □米、玄米、胚芽米 □米 □ご飯
5	計量、水加減、時間を工夫してご飯を炊く。		おいしいご飯の炊き方を自分なりに工夫している。		ご飯の調理の仕方について理解している。	◇米とぎの実践 □米の吸水 □計量カップ ○火加減
6	みそについて関心を持ち、だしのとり方を知る。				みその特徴やだしのとり方が分かる。	◇自分の家で調べてきたこと □いろいろなみそ □いろいろなだし
7	だしをとり、そのよさについて話し合う。			だしをとることができる。	おいしいみそ汁を作るためには、だしが大切であることがわかる。	◇だしのとり方の実践 □にぼし □こんぶ □かつおぶし □だし汁 ○火加減
8	みそ汁の実の煮方について調べ、試しのみそ汁を作る。	実の煮え方の違いを調べようとしている。		安全に気をつけて、おいしいみそ汁を作ることができる。		◇実の切り方の実践 □みそ ○火加減 ○ゴミの始末
9	ご飯とみそ汁を同時にできるように計画を立てる。		みそ汁の実の組み合わせを工夫している。			
10・11	ご飯とみそ汁をおいしく作る。		おいしいご飯とみそ汁の調理の仕方について考えている。	おいしいご飯とみそ汁を作ることができる。		○火加減 ○ゴミの始末
※ ご飯とみそ汁作りを家庭で実践する。						