

第 6 学年 家庭科学習指導案

1 題材名 くふうしよう おいしい食事 内容 B (2)、内容 D (1) (2)

2 題材について

- 本題材は、小学校学習指導要領解説家庭編の B「日常の食事と調理の基礎」の(2)「栄養を考えた食事」のウ「1 食分の献立」と、D「身近な消費生活と環境」の(1)「物や金銭の使い方と買物」と(2)「環境に配慮した生活の工夫」を関連させて構成したものである。この題材では、これまでの学習で身に付けてきた日常食についての基礎的・基本的な知識を活用し、健康などの視点から、栄養のバランスを考え、3つの食品グループのそろった1食分の献立を考えることができるようにすることをねらいとする。また、調理で使う材料を購入する場面を設定し、物の選び方や買い方の学習を基に、目的に合ったものを選んで適切に購入できるようにする。5年時は、米飯やみそ汁などの調理の基礎や栄養を考えた食事について学習し、6年時は朝食の大切さや調理方法を学習している。本題材では、これまでの家庭科の学習で培った知識や技能を活用しながら生活を総合的に捉え、自分や身近な人々との生活や環境の関わりに気付き、快適に生活しようとする実践的態度を養うことをねらいとする。
- 本学級の児童の食に関する関心は高く、これまでも家庭科の授業や5年時の総合的な学習の時間に、自分たちで栽培した大豆を使ったみそ作りに熱心に取り組んだり、豆腐やきなこなどを使った調理に意欲的に取り組んだりすることができた。学校での調理実習の経験を踏まえ、長期休業中には家庭で簡単な調理を経験した児童も多い。また、1学期に実施した特別活動の授業における清涼飲料水の成分についての学習では、清涼飲料水に含まれる砂糖の量を栄養成分表示から確認し、糖分量を多く含む清涼飲料水の飲み方について考えることができた。自分の健康を考えた飲料の選択について学び、これからの生活に生かす意欲や態度が見られた。買物に関する事前アンケートの結果では、84%の児童が自分で買物を「よくする」「時々する」と答えていた。今後、食品を選択する場面が増えるであろう児童に、価格やパッケージだけでなく、多面的な視点をもって食品を選択する能力を身に付けさせたいと考えている。
- 指導に当たっては、ご飯とみそ汁、それに合うおかずの調理をさせるために、家庭に合うみそを選ぶところから授業を展開する。次に、おかずの献立を考えることを通して材料の選び方や買い方、栄養バランスについて考え、工夫させる。さらに、ご飯とみそ汁に合う身近な食材で作るおかずの調理を通して、調理の技能を身に付けさせる。家庭での実践にも取り組ませ、実践力を身に付けさせたいと考えている。本時は、5年時に総合的な学習の時間で取り扱ったみそを題材にし、「自分の家庭に合う」みそを選ばせる。児童にとって身近な食品を選択させることで、実践へと結び付きやすくなる。と考える。値段や量だけでなく、原材料や産地、簡便さなどの様々な視点に気付かせ、自分ならどの視点に注目し、食品を選択するかを考えさせる。その際、保護者への事前アンケートの集計結果の提示や栄養教諭の視点での食品を選択する際のポイントを伝えることで、立場や状況などにより、選択する視点が様々にあることを理解させる。このように、栄養教諭の協力を得て、食育の充実を図るようにし、食品を選択することが、自分の生活だけでなく、社会や環境、農業などとも関わり合っていることについて気付かせ、これからの生活で実践できる力につなげられるようにしたい。

3 題材の目標

- (1) 日常とっている食事に関心をもち、食事の役割を考えて、食事を大切にしようとしている。

- (2) 食品の表示の見方や選択の仕方について考え、多面的な視点から、食品を選択する。
- (3) 身近な食品を用いて調理計画を立て、目的に応じてゆでたりいためたりする基礎的・基本的な技能を身に付ける。
- (4) 調理の特性と材料に応じたゆで方やいため方、材料の選び方や適切な買い方、栄養バランスのよい 1 食分の献立の立て方について理解する。

4 題材における食育の視点

- ・食品表示など食品の品質や安全性等の情報について関心をもたせる。【食品を選択する能力】
- ・食品の品質の良否を見分け、食品に含まれる栄養素やその働きを考え、適切な選択ができる能力を身に付けさせる。【食品を選択する能力】

5 評価規準

家庭生活への 関心・意欲・態度 【関】	生活を 創意工夫する能力 【創】	生活の技能 【技】	家庭生活についての 知識・理解 【知】
・食事の役割や 1 食分の食事のとり方に関心を持ち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。	・食品の表示の見方や選択の仕方について考え、様々な視点を基に、食品を選択したり、1 食分の献立を工夫したりしている。	・調理の計画を立て、目的に応じてゆでたりいためたりしておかずを作ることができる。	・栄養バランスのよい 1 食分の献立の立て方について理解している。

6 題材計画（全 6 時間）

過程	主な学習活動	教師の働き掛け（○）	評価（・）評価の観点【】	時配
つかむ	○食品の選び方を考える。	○食品を選ぶときは、様々な視点があることを理解させ、自分の家に合う食品を選択させる。	・様々な視点を基に自分の家に合う食品を選ぶことができ、自分の考えを適切に表現している。【創】	1 (本時 1/6)
	○バランスのよい献立を考える。	○毎日の食事に関心をもたせ、栄養のバランスを考えた 1 食分の献立を考えさせる。	・栄養バランスのよい 1 食分の献立の立て方について理解している。【知】 ・1 食分の献立について考えたり、自分なりに工夫したりしている。【創】	1

調べる	○身近な食品でおかずを作る。	○計画的に調理をさせる。 ○材料や目的に応じたゆで方やいため方を学習させる。	・ 1 食分の食事のとり方に関心をもち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。 【関】 ・ 調理の計画を立て、目的に応じてゆでたりいためたりしておかずを作ることができる。 【技】	3
考え・まとめる	○楽しく、おいしい食事を工夫する。	○食事の役割を理解させ、家族との楽しい食事を工夫させる。	・ 食事の役割を考え、食事を大切にしようとしている。 【関】 ・ 楽しくおいしい食事について考えたり、自分なりに工夫したりしている。 【創】	1

7 本時の目標

栄養や安全、地産地消や価格などの情報を基に、自分の家に合うみそを選択することができ、自分の考えを適切に表現している。

8 本時の展開

学 習 活 動	教師の働き掛け（○）と評価【】
1 みそのよさを知り、本時のめあてをつかむ。	○ご飯とみそ汁、それに合うおかず作りの家庭での実践をすることを伝える。本時はその時に使うみそを選ぶために学習するという見通しをもたせる。昨年自分たちで手作りしたみそを思い出させ、みその栄養素やその働き、みそが出来上がるまでの過程を振り返らせる。（T 1）
自分の家に合うみそを選ぼう！	
2 5種類のみその中から、自分ならどれを選ぶか考える。 ① 外国産大豆みそ ② 佐賀県産大豆みそ ③ だし入りみそ ④ 減塩みそ ⑤ 手作りみそ（自分たちで作った物）	○選ぶ観点を1つずつ提示し、自分の家に合うみそを考えさせる。（T 2） ・ 色、パッケージ ・ 価格、賞味期限 ・ 原材料表示（添加物、産地）
3 選ぶための情報として何が足りないかを考える。	○みその色やパッケージだけで選ぶことができるかを確認する。（T 1） ○価格を提示し、原材料表示について説明する。（T 2）

4 選んだ理由を記入し、班の中で意見交流をする。	○選ぶ際の視点を広げるために班で意見交流をさせる。 (T 1)
5 みその選び方について、教師の説明を聞く。 A) 家庭の立場から 保護者への事前アンケートの結果を提示する。 B) 栄養教諭の立場から	○それぞれの立場で、いろいろな観点をもち、食品を選んでいることを知らせる。(T 1、T 2) A) 家族の健康、家計など B) 栄養や健康、安全、地産地消、食文化 原材料表示、佐賀県の大豆生産量(食料自給率)について分かりやすく説明する。
6 5種類のみその中から、自分の家に合うみそを考える。	○自分の家族構成や実態を踏まえながら、自分の家に合うみそを選ばせる。(T 1) 選んだ理由をワークシートに記入させることで、どのような視点で選んだのかが把握できるようにする。 栄養や安全、地産地消や価格などの情報を基に、自分の家に合うみそを選択することができ、自分の考えを適切に表現している。【創意工夫】
7 今後、商品を選択するときに意識したいことをまとめる。	○みそだけでなく、他の食品でも同じ事が言えること、選択の仕方によって、自分や家族の健康、地産地消などにもつながることをまとめる。(T 1、T 2)
8 次時の見通しをもつ。	○和食でバランスのよい献立を考えていくこと、調理実習をすることなどを知らせる。(T 1)

9 本時の評価

評価規準	栄養や安全、地産地消や価格などの情報を基に、自分の家に合うみそを選択することができ、自分の考えを適切に表現している。【創意工夫】		
判断する目安 (判定基準)	十分満足できる状況(A)	おおむね満足できる状況(B)	努力を要する状況(C)
	栄養や安全、地産地消や価格などの中から複数の視点で、自分の家に合うみそを選択している。	栄養や安全、地産地消や価格などの中から1つの視点で、自分の家に合うみそを選択している。	(B)に達していない状況
→(B)、(C)と判断した生徒への支援		→家族の人数や健康などについて尋ねることで、複数の視点で、自分の家に合うみそを考えることができるようにする。	→みその種類を絞って提示する。
評価方法	ワークシートへの記述、発言の内容		