

小学校 第6学年 家庭科 学習指導案

日 時 平成 29 年〇月〇日 (〇) 第〇校時
 対 象 第 6 学年〇組 〇名
 学校名 〇〇〇〇小学校
 授業者 〇〇〇〇
 栄養士 〇〇〇〇

1 題材名

くふうしよう おいしい食事

2 題材の目標

- ・栄養のバランスを中心に、1食分の献立を考えることができる。
- ・身近な食品を用いて調理計画を立て、簡単なおかずを作ることができる。
- ・日常とっている食事に関心を持ち、食事の役割を考えて、日常の食事を大切にしようとする。

3 題材の評価規準

ア 家庭生活への 関心・意欲・態度	イ 生活を創意工夫 する能力	ウ 生活の技能	エ 家庭生活について の知識・理解
① 毎日の食事に関心を持ち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。 ② 身近な食品を使っておかずをつくらうとしている。 ③ 食事の役割を考え、食事を大切にしようとしている。	① 御飯とみそ汁を中心とした3つのグループの食品がそろった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。 ② 材料や目的に応じたゆで方やいため方について考えたり、自分なりに工夫したりしている。 ③ 栄養バランスや食品の組み合わせを考え、1食分の献立を工夫して考えている。	① 材料や目的に応じたゆで方やいため方ができる。	① 栄養のバランスを考えた1食分の献立について理解している。 ② 食事の役割や大切さについて理解している。 ③ 楽しく食事をするためのマナーについて理解している。

4 指導観

(1) 題材観

小学校学習指導要領解説家庭編 第2章 家庭科の目標及び内容 第1節 家庭科の目標では、「衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、日常生活に必要な基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けるとともに、家庭生活を大切にしようとする心情をはぐくみ、家族の一員として生活をよりよくしようとする実践的な態度を育てる。」となっている。この家庭科の目標を受けて、当題材は第3節家庭科の内容 B 日常の食事と調理の基礎に該当する。

内容については、B(2) 栄養を考えた食事 ア 体に必要な栄養素の種類と働きについて知るこ

と イ 食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせるとる必要があることが分かること
 ウ 1食分の献立を考えること、に対応する題材として設定している。児童はこれまでに、食べ物の組み合わせを考えて、いろいろな食品をバランスよく食べることが健康のために必要であることを学習してきた。高学年の児童にとって、今後成長していく過程で、自分や家族の食事作りに関わる機会が増えてくる。そこで、食生活の現状を振り返り、料理の基本や献立の考え方を身に付けておくことは、家族の健康や自分の成長、健康を管理するうえで必要なことであると考え。この題材では、いろいろな食品を組み合わせる栄養のバランスのとれた1食分の献立を考え、おかずの調理に取り組む。家族と共に楽しい食事をしたいという児童の思いを大切に調理を計画し、主体的に取り組ませる。そして、家庭生活をよりよくしていこうとする実践的な態度を育てたい。

また、平成13年12月に日本の和食がユネスコ無形文化遺産に登録されたことから、和食の大切さを改めて考えさせ、1食分の献立を考えたり調理したりすることを通して、「食」への関心を深めていくのに適した題材である。児童が家に帰ってから実践につなげられる学習を目指すとともに、更に将来にわたって健康な体をつくり、保つための自己管理能力を育てる第一歩となるために適切な題材といえる。

(2) 教材観

本題材の指導に当たっては、題材の特徴と児童の実態を踏まえ、以下のように指導していきたい。児童は献立を考えた経験がほとんどないので、まず題材の導入では、好きな食品だけを組み合わせただけでは、栄養のバランスを整えたり、量を調節したりすることが難しいことに気付かせたい。給食に携わっている栄養教諭の指導のもと、給食の献立を例にとり、1食分の食事を考える際に必要なポイントを理解させる。そして、一人一人に1食分の食事を考えさせる。「茶わん・汁わん・角皿・小鉢」(和食)、「パン皿・スープカップ・大皿・サラダボール」(洋食)等の食器に料理を盛ることで「主食・汁物・主菜・副菜」という食事の基本形態を理解させる。また、料理の絵カードを使い、それを操作することで献立の具体的なイメージをもてるようにする。そして、食品のグループ表を使い、自分の考えた献立が3つの食品群から選んでいるか確認させる。一人一人が1食分の食事を考え、それを発表し仲間と交流する中で、基本的な献立の組み合わせがあることを理解させたい。調理実習の際には、自分たちで作れる1食分の食事を考え、季節、調理時間等の条件に合ったものをグループで調理実習する。3～4人の少人数のグループ編成をし、一人一人が関わって実習し、調理技術が向上するよう配慮したい。事前に手順や時間、材料、用具などをワークシートに書き入れ、計画を立てて実習に臨ませる。盛り付けや食器の並べ方も工夫し、楽しい試食ができるようにする。

実習後は、学習のまとめとして実践発表会を計画する。児童が調理実習で学んだことを基に、一人で(そばには保護者にいてもらう)一食分の食事を考え一部を調理することを冬休みの宿題として取り寄せ、これまでの学習を今後の生活に生かすことができるようにしていきたい。この題材では、様々な学習活動で栄養教諭とT1(担任)T2(講師)で指導に当たる。献立を作る際の助言だけでなく、児童の作成した1食分の食事の計画の一部を学校給食の献立の中に組み込んで意欲をもたせたい。

5 年間指導計画における位置付け (B「日常の食事と調理の基礎」)に関わる内容

第5学年 ・はじめてみようクッキング ・食べて元気に ・じょうずに使おう お金と物 ・家族とほっとタイム
--

第6学年 1学期 ・いためてつくろう 朝食のおかず

第6学年 2学期 【本題材】 ・くふうしよう おいしい食事

6 題材の指導計画と評価計画 (12時間扱い)

	ねらい	学習内容・学習活動	学習活動に即した具体的な 評価規準 (評価方法)
第1時	バランスのよい献立を考えよう	・給食のメニュー表を見て、バランスのよい献立はどんな事が大切か考える。	エー② 食事の役割や大切さについて理解している。(発表) アー① 毎日の食事に関心をもち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。(ワークシート・発表)
第2時 第3時	1食分の献立を考えよう	・御飯とみそ汁を中心とした献立を個人で考える。	イー① 御飯とみそ汁を中心とした3つのグループの食品がそろった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。(ワークシート・発表)
第4時	栄養のバランスを考えよう	・個人で考えた献立(本時で使用する。)の栄養のバランスを考え、献立を見直す。 ・五大栄養素と食品の体内での働きを学習する。	イー③ 栄養バランスや食品の組み合わせを考え、1食分の献立を工夫して考えている。(発表)
第5時	身近な食品でおかずをつくらう	・調理実習(ジャーマンポテト)の計画を班で立てる。	イー② 材料や目的に応じたゆで方やいため方について考えたり、自分なりに工夫したりしている。(計画表)
第6時 第7時		・調理実習(ジャーマンポテト)を班で作る。(ゆでる・いためる料理)	アー② 身近な食品を使っておかずをつくらうとしている。(観察) ウー① 材料や目的に応じたゆで方やいため方ができる。(観察・調理品)
第8時		・調理実習の振り返りをする。	エー② 食事の役割や大切さについて理解している。(ワークシート)
第9時	楽しくおいしい食事を工夫しよう	・第2、3時間目に個人の立てた献立をグループで発表してそれぞれの良さや見直す点を話し合う。	エー① 栄養のバランスを考えた1食分の献立の立て方について理解している。(ワークシート・発表)

第10時 (本時)		<ul style="list-style-type: none"> ・給食の献立を考える。 ・栄養士から大切なポイントを教えてもらう。 	<p>エー① 栄養のバランスを考えた1食分の献立の立て方について理解している。 (ワークシート・発表)</p> <p>イー① 御飯とみそ汁を中心とした3つのグループの食品がそろった、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。(ワークシート・発表)</p>
第11時		<ul style="list-style-type: none"> ・他の班が考えた献立を見てアドバイスをする。 ・栄養士がクラスで一つの班の給食を選び、3学期の給食のメニューになることを知る。 	<p>エー① 栄養のバランスを考えた1食分の献立の立て方について理解している。 (ワークシート・発表)</p>
第12時		<ul style="list-style-type: none"> ・食事を楽しくする工夫やマナーを考える。 	<p>アー③ 食事の役割を考え、食事を大切にしようとしている。(発表)</p> <p>エー② 食事の役割や大切さについて理解している。(ワークシート・発表)</p> <p>エー③ 楽しく食事をするためのマナーについて理解している。(ワークシート・ペーパーテスト)</p>

7 指導に当たって

- ・ワークシートを毎回使い、前回のワークシートを振り返ることで、単元を通して見通しがもてるようにする。
- ・主体的に学ぶ姿勢を身に付けさせるため、話し合い活動等、協働的な学習を取り入れた授業計画とする。

8 本時（全12時間扱いの第10時間目）

（1）目標

- ・栄養のバランスを考え、ご飯とみそ汁を中心とした給食の献立を立てることができる。

（2）展開

時間	具体的な学習活動	指導上の留意点・配慮事項	学習活動に即した具体的な評価規準（評価方法）
導入	○前時までの学習内容を振り返り、本時の学習内容を知る。	・献立を考えるときに大切なこと「栄養のバランス」「いろいろ」「旬」「食品の数」などを確認する。	
展開	○栄養士から、給食の献立を考えるときの大切なポイントを聞く。 ・食器の数と費用 ・調理方法と時間 ・色の濃い野菜と色の薄い野菜の両方を入れる。 ○給食の献立を班で考え、話し合っ、よりよいものにする。	・栄養士からの助言を生かして献立を考えるようにする。 ・個人が考えた献立、レシピ本、給食の献立表などを参考にしながら、工夫して考えられるようにする。 ・各班（4人）に、おすすめポイントを発表できるように助言する。 ・栄養士ともに7班を順番に回り、献立づくりのポイントを考えられているかを助言する。 ・各班の代表がおすすめポイントを発表する。	エー① 栄養のバランスを考えた1食分の献立の立て方について理解している。（ワークシート・発表） イー① 御飯とみそ汁を中心とした3つのグループの食品がそろった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。（ワークシート・発表）
まとめ	○本時の学習内容について振り返る。 ○次時の学習を知る。	○次時では、今日考えた献立を皆でアドバイスをしあうこと、栄養士に学級の代表を選んでもらうことを知らせる。	