

家庭科学習指導案

平成30年11月19日(月)第3校時 (調理室) 5年3組 指導者

I 題 材 Boil and delicious!

II 考 察

1 教材観

(1) 育成を目指す資質・能力の三つの柱

①知識及び技能

食品のゆで方についての基礎的な知識と、それらに係る技能

②思考力、判断力、表現力等

食品のゆで方について問いを見いだし、解決する力

③学びに向かう力・人間性等

家族の一員としてよりよい生活の実現に向けて、食品に適したゆで方をし、食べる人に合わせた調理の仕方を工夫しようとする態度

(2) 学習内容：学習指導要領上の位置付け

B 衣食住の生活 (2) 調理の基礎

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

(ア) 調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解すること。

(イ) 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及び加熱用調理器具の安全な取扱いについて理解し、適切に使用できること。

(ウ) 材料に応じた洗い方、調理に適した切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けを理解し、適切にできること。

(エ) 材料に適したゆで方、いため方を理解し、適切にできること。

イ 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。

(3) 題材の価値

本題材では、青菜、いも類、卵を調理の目的に応じて適切にゆでる学習を行う。その価値は、以下のとおりである。

ゆでる調理は、日常生活で頻繁に使われる食品の加熱方法であり、いためる調理と比べて、平易で焦がさずに中心部まで火を通すことができる。そのため、調理の基礎の内容を初めて学習する子どもにとって、必要な用具やその安全で衛生的な取扱い、調理手順を身に付けることに適している。

食品として扱う卵は、加熱をすると固まる性質をもち、ゆでる時間による固まり方の違いが顕著であるため、子どもがゆでる調理における時間の調節と食品の固さとの関係に気付きやすい。青菜やいも類は、加熱をするとやわらかくなるため、卵との比較により、食品には加熱すると固くなるものや、やわらかくなるものがあることに気付くとともに、ゆでる調理には時間の調節が欠かせないことを実感を伴って理解できる。また、青菜は火が通りやすく、いも類は火が通りに

くいことから、沸騰した湯でゆでるものと水からゆでるものがあること、ゆで方により味や色に変化することを実感を伴って理解できる。なお、青菜はゆでることがかさが減り、生の状態よりも多く食べられること、いも類はそのままゆでることもできるが、ゆでる前に包丁で切ることで調理時間を調整できることに気付くこともできる。

これらの食品を用いて、ゆでる調理によるビュッフェを行うことを通して、子どもは、複数の野菜や卵といった様々な食品に適したゆで方ができるようになるだけでなく、家族や自分の好みを考えて調理を工夫したり、取り分ける際の食品の組合せや味付けを工夫したりできるようになる。そして、調理する楽しさや、調理をして感謝される喜び、みんなで一緒に食事をする楽しさを感じることができる。

これらの学習を行うことは、子どもが調理への自信をもち、今後の日常生活の中で、家族の一員として食べる人に合わせた調理の仕方を工夫しようとする態度を育成することにつながる。

(4) 今後の学習

ここでの学習は、5年「Stir fry and delicious!」で、火力や加熱の順序を考え、目的に応じて適切にいためる学習へと発展していく。

2 児童の実態及び指導方針

子どもたちは、5年「ミシンに挑戦しよう」において、生活を豊かにする布を用いた物を考え、ミシンを用いた直線縫いでエプロンの製作をする学習に取り組んできた。そして、製作をしたエプロンを学校の調理実習や家庭生活での調理の際に活用したり、ミシンを用いた直線縫いによるほころびの直しや、生活を豊かにする布を用いた物の製作を行ったりしてきている。

これらの学習や生活経験の中で、明らかになった子どもたちの実態及び本題材を進めるにあたっての指導方針は、次のとおりである。

- ① ミシンを用いた直線縫いや返し縫いを試行した結果と、目標とする見本の縫い方とを比較して評価することを繰り返しながらミシン縫いの仕方を修正し、ミシン縫いの仕方についての知識と、それに係る技能を身に付けてきた。このような子どもたちが、食品に適したゆで方に必要な知識と、それに係る技能を身に付けることができるように、ゆでる時間を変えたゆで方を試行した結果と、目標とする見本のゆでた食品とを比較した評価を話し合う時間を設定する。
- ② 不織布とリボンを用いた試しのエプロンの製作から、自分の布を用いた製作へと段階的に製作をし、自分の体に合ったエプロンの大きさやミシンを用いた直線縫いの仕方を考えてきた。このような子どもたちが、食品に適したゆで方を考えられるように、1つの食品をゆでることから、複数の食品をゆでて組み合わせるビュッフェへと段階的に調理をする活動を設定する。
- ③ 複数のエプロンの観察や試着から生まれた疑問点や調べたいことを基に、課題を決定し、ミシンを用いて自分の体に合ったエプロンの製作をする方法を進んで追究してきた。このような子どもたちが、家族や自分の好みに合わせたゆで方を進んで追究できるように、複数のゆで野菜の試食から生まれた疑問点や調べたいことを基に、目標とする状態とよりよい生活を実現するための方法を求める課題を決定する時間を十分に確保する。

Ⅲ 目標及び評価規準

Ⅳ 指導計画 ※Ⅲ・Ⅳについては、指導と評価の計画参照

Ⅴ 本時の学習

- 1 ねらい ほうれん草のゆで方を試した結果について、歯ごたえを基に話し合うことを通して、葉菜は沸騰した湯で短時間ゆでて冷水にさらすことで、適度に歯ごたえよくゆでられることが分かる。
- 2 準備 ほうれん草 タイマー 検討シート
- 3 展開

学習活動と子どもの意識	指導上の留意点
<p>1 本時のめあてをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆで方の異なるほうれん草の歯ごたえを比べて、試食したほうれん草のように、シャキシャキした状態にしたいな。 <p>2 自分たちで決めた評価基準を基に、適度に歯ごたえがよくなるゆで方を話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卵は10分くらいまでは黄身の固まり方に変化があったけど、その時間以上はあまり変化がなかったから、ほうれん草は長くゆでてでも大丈夫なのかな。 ・1分ではゆでる時間が短すぎると思ったけど、長くゆでたものよりも、見本のシャキシャキ感に近いぞ。それに、長くゆでると食感がやらかすぎてしまうな。 ・友達は、僕と同じゆで時間だったけど、ゆでた後に水にとらなかつたら、僕がゆでたほうれん草よりもやわらかくなってしまったよ。 ・ほうれん草のように、葉を食べる野菜はゆですぎると歯ごたえがないやわらかさになるから、沸騰した湯で短時間でゆでるといいんだね。また、ゆでた後水にとるのは、それ以上やわらかくしないためなんだね。 <p>3 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卵とほうれん草は、自分の好みの固さにゆでられるようになったよ。次は、水からゆでる野菜のゆで方をはっきりさせたいな。 	<p>○適度にほうれん草の歯ごたえがよくなるゆで方を明らかにするという目的意識をもつことができるように、試す内容や手順、試した方法の評価基準を問いかける。</p> <p>○一人一人がゆで方を試せるように、調理をする人、タイマーでゆでる時間を計る人を分担することを助言する。</p> <p>○目標とする状態との同異を判断できるように、ゆでる時間を変えたほうれん草の歯ごたえを見本と「同程度の」「近い」「異なる」歯ごたえの3段階で評価するよう促す。</p> <p>○適度にほうれん草の歯ごたえがよくなるゆで方の妥当性を検討できるように、試した方法のよさや課題を検討シートに記述するよう促す。</p> <p>○適度にほうれん草の歯ごたえがよくなるゆで方を明らかにできるように、話し合ったことを基に適切なゆで方や改善策を検討シートに記述するよう促す。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">評価項目</p> <p style="text-align: center;">葉菜をゆでるには、沸騰した湯で短時間ゆでて冷水にさらすことを、記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言①></p> </div> <p>○他の野菜のゆで方を明らかにする意欲を高められるように、「自分がしたこと」「分かったこと（できたこと）」「今後取り組みたいこと」を視点に振り返りをするよう促す。</p>

指導と評価の計画（全10時間）

目標	野菜を色よく食べやすい柔らかさにゆでたり、卵を好みの固さにゆでたりする方法が分かり、日常生活に生かすことができる。			
評価規準	(①知識・技能)目的や材料に合った野菜や卵のゆで方が分かり、包丁やこんろを安全に取扱い、野菜や卵を使って簡単な調理をすることができる。 (②思考力・判断力・表現力等)野菜や卵のゆで方について問いを見だし、家族や自分の好みを基にした食品の組合せや味付け、野菜や卵のゆで方を考え、工夫している。 (③主体的に学習に取り組む態度)ゆでる調理に関心をもつとともに、家族や自分の好みに合わせて調理しようとしている。			
過程	時間	学習活動	指導上の留意点	評価項目<評価方法(観点)>
見 つ め る ・ つ か む	1	○野菜や卵のゆで方についての疑問点や調べたいことを話し合い、課題をつかむ。 課題：「野菜や卵を使って、ゆで野菜ビュッフェをするには、食品をどのようにゆでるとよいのだろう」	○ゆでることによる食品の変化への関心を高められるように、生の状態と食べ比べられる複数のゆでた野菜を試食する場を設定する。	◇野菜や卵のゆで方についての疑問点や調べたいこと記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言③>
	家庭 1	○ゆでて調理する食品を調査する。 ○学習計画を立てる。	○野菜や卵のゆで方を明確にすることに向けた活動の見通しをもてるように、試行する内容や手順、試行した方法の評価基準を話し合う時間を設定する。	◇野菜や卵のゆで方を明確にする活動や条件について考え、計画を記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言②>
追 究 す る	1	○卵をゆでる。	○ゆでる時間による卵の固まり方の違いに気付けるようにゆでる時間の異なる複数の卵を用意する。	◇ゆでる時間による卵の固まり方の違いについて、記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言①>
	1	○青菜をゆでる。(本時)	○青菜が適度に歯ごたえよくなるゆで方を検討できるように、試した方法のよさや改善点を記述する検討シートを用意する。	◇葉菜をゆでるには、沸騰した湯で短時間ゆでて冷水にさらすことを、記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言①>
	1	○じゃがいもをゆでる。	○ゆでる時間によりじゃがいもの固さが変化していく様子について理解できるように、タイマーと柄の長い竹串を用意する。	◇固い食品を煮くずれせず柔らかくするには、水からゆでることを、記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言①>
	1	○ドレッシングの作り方を知り、安全面や衛生面に留意して、ゆで野菜ビュッフェの調理計画を立てる。	○試しの調理の反省を生かしてゆでる食品やゆでる時間を決めることができるように、分かったことや改善した方がよい点など、子どもたちが試して見つけたポイントを掲示する。	◇これまでの学習で見つけた、野菜や卵のゆで方のポイントを基に、ゆでる食品やゆでる時間を決め、材料やその調理手順を記述している。 <学習プリント②>
	2	○ゆで野菜ビュッフェの調理実習を行う。	○計画に沿って、安全面や衛生面に留意して実習を行うことができるように、道具の扱いや身支度の確認事項を掲示する。	◇計画に沿って、安全面や衛生面に留意し、手順よく食品をゆでて調理している。 <実習①>
ま と め る ・ 広 げ る	1	○調理実習の結果を基に、家庭での実践計画を立てる。	○家族や自分の好みの食品の組合せや味付け、ゆで方を決めることができるように、ゆでて調理する食品の調査結果を再提示する。	◇家族や自分の好みを基に、食品の組合せや味付け、ゆで方を決め、材料や調理手順を記述している。 <学習プリント②>
	家庭 1	○実践計画に沿って、家庭でゆでる調理をする。 ○家庭での実践や感想を話し合う。	○家族のために野菜や卵をゆでて調理する意欲をさらに高められるように、話し合う際の観点として「家庭で取り組んだことのよさ」を提示する。	◇家庭で取り組んだことのよさを基に、日常生活の中で野菜や卵をゆでて調理しようとする思いを記述したり発言したりしている。 <学習プリント・発言③>