

家庭科学学習指導案

令和元年10月3日(木)第2校時(9:35~10:20)6年1組教室
小学校 6年1組 指導者

授業の視点：

1食分の献立を見直す場面において、グループごとにポイントを決めて話し合ったことをもとに、学級全体で比較・検討することを通して、家族への思いを込めた栄養バランスの整った工夫のある献立作りにつながるであろう。

1 題材 まかせてね 今日の食事(新しい家庭 5.6年)

2 題材設定の理由

(1) 教材観

○題材の価値

本題材は、学習指導要領家庭編「B衣食住の生活」の「食生活」の内容

(1)「食事の役割」

- ア 食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解すること
- イ 楽しく食べるために日常の食事の仕方を考え、工夫すること

(3)「栄養を考えた食事」

- ア 次のような知識を身に付けること
 - (ア) 体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解すること
 - (イ) 食品の栄養的な特徴が分かり、料理や食品を組み合わせるとる必要があることを理解すること
 - (ウ) 献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解すること
- イ 1食分の献立について栄養バランスを考え、工夫すること

を受けて設定したものである。

この題材は、小学校家庭科における食生活に関わる学習のまとめとなる題材である。いろいろな食品を組み合わせ、栄養バランスのとれた1食分の献立を考え調理実習を行うことで、日常の食事への関心を高め、食事の役割を知り、その大切さに気づくことをねらいとしている。また、家族への思いを込めた献立を考え家庭で実践することで、栄養や調理に関する学習としてだけでなく、家族との触れ合いとしての食事の大切さを知り、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るものである。

○5年生の家庭科学習「おいしい楽しい調理の力」「食べて元気!ご飯とみそ汁」で、調理の基本とバランスの良い食事について学習してきている。また、6年生では、1学期に「朝食から健康な1日の生活を」において、朝食の調理について学習している。この題材では、これまでの学習を生かし、家族の1食分の食事を作るときの視点について気づかせ、それを考えて献立を立て実践する。その過程で、家族への思いやりの気持ちにつながる調理の工夫と楽しく食事をする事の大切さについて考えさせたいと考える。

(2) 児童の実態

3 目 標

日常の食生活を見直し、家族のために1食分の食事を工夫し、調理計画を立てることを通して、栄養バランスを考えた1食分の献立の立て方、食事の役割や大切さを理解し、食生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を育成する。

4 評価規準

家庭生活への関心・意欲・態度	生活を創意工夫する能力	生活の技能	家庭生活についての知識・理解
日常の食事に関心を持ち、栄養バランスを考えた食事をしようとしている。	自分や家庭の食生活を見直し、栄養バランスを考えた1食分の献立を考えたり、自分なりに工夫したりしている。	調理計画を立て、安全や衛生、環境に気を付けて調理することができる。	栄養バランスを考えた食事の大切さや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。

5 指導と評価の計画 10時間(本時 3/10)

学習過程	学習活動	時間	学習への支援	評価項目(評価方法)
つかむ	○1食分の食事に必要なことを考える。 1食分の食事のとり方について考えよう。	1	<ul style="list-style-type: none"> 家族から、「どのような食事を楽しみにしているか」「食事作りで必要なこと」などの聞き取りから進め、自分の生活を見つめさせる。 題材終了後の姿になるか考えさせ、学習への意欲付けを図るようにする。 	関・意・態 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。(発言・ワークシート)
追究する①	○栄養バランスのとれた良い献立を立てる。(家庭でトライ計画) ・家族に思いを込めて献立を立てる(個人) 1食分の献立を立てることを通して、献立の立て方について理解しよう。	4 (1)	<ul style="list-style-type: none"> 献立の立て方を考えさせ、一人一人が献立を立てられるようにする。(主食・ごはん、汁物・みそ汁を基本として立てる) 教科書94～95ページを使って説明するようにする。 献立を立てる際は、栄養のバランス、彩り、味のバランス、家族の好み、季節、費用、調理の時間等が大事であることも確認する。 	知・理 栄養バランスのとれた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)
	・1食分の献立について、グループで話し合う。(グループ) 1食分の献立の工夫について新しい発見をしよう。	(1) 本時	<ul style="list-style-type: none"> 献立を例示し、全体で話し合うことを通して、アドバイスのポイントを確認するようにする。 アドバイスが書かれたふせんを手立てとして、よりよい献立を立てさせる。 見直した献立の工夫を赤鉛筆や青鉛筆で書きこませ、思考の深まりが視覚的にも捉えられるようにする。 	創工 グループの話し合いや全体での話し合いから、1食分の献立をよりよくするために工夫している。(ワークシート、発言、観察)
	・家庭での実践計画を立てる。(個人) 家族が喜ぶ実践計画を立てよう。	(1)	<ul style="list-style-type: none"> 日時、時間、場の設定等、家族が喜ぶ計画になるよう、具体的に考えさせるようにする。(トライカードの実施) 親から教えてもらいながらのトライでもよいとする。 	創工 家族のことを考えて、実践計画を立てようとしている。(ワークシート)
	・実践したことを発表し合う。 実践を通して、次がんばりたいことを発表しよう。	(1)	<ul style="list-style-type: none"> 実践を通して、「これから朝食について、もっと～にしたい」「今度は、～してみたい」という「これから」を意識した発表をさせる。 	関・意・態 実践を通して課題を明確にし、次にしたいことを発表している。(発表内容・観察)
追究する	○調理計画を立てる。 1食分のおかず作りができるように実習計画を立てよう。	2	<ul style="list-style-type: none"> 調理計画を立てさせる時に既習事項を確認させる。(買い物手順・食品の選び方等) ペアで「1食分のおかず」を考えさせる。 「ゆでる」⇒「いためる」の調理方法を使っての料理を教科書から提示する。 	創工 既習事項をもとに、おかず作りの計画を立てようとしている。(ワークシート・発言)

②	<p>○おかずの調理をする。</p> <p>計画に沿って、友達と協力して調理しよう。</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> ・実習計画をもとにペアで進めさせる。 ・調理時において、環境のことも考えさせる。(節水、エネルギーの節約、油の処理、ごみの捨て方等) 	<p>技能</p> <p>調理計画に沿って、ゆでる・いためる調理方法を使って、安全で衛生環境に気を配って調理している。</p> <p>(観察)</p>
まとめ	<p>○楽しく食事をするために、工夫できることを話し合う。</p> <p>楽しい食事をするためにできることを考えよう。</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> ・題材全体の学習をふりかえり、分かったことやできるようになったこと、これからの生活で生かしたいことを考えさせる。 	<p>創工</p> <p>日常の食生活を見直し、楽しく食事することを考えたり、自分なりに工夫したりしようとしている。(発言・ワークシート)</p>

6 指導方針

○題材を通して見通しが持てるようにするために、ワークシートを毎回使い、活用していく。

○主体的に学ぶ姿勢を身に付けさせるために、話し合い活動等の協働的な学習を取り入れていくようにする。

○児童自身の食生活を見直すことにつなげるために、家庭への「事前調べ」を使って児童の身近な課題として取り組めるようにする。

○主体的・対話的な深い学びの実現に向けた授業のために、「つかむ」→「追究する①」→「追究する②」→「まとめ」という段階的な学習過程を設定する。

<つかむ>

- ・今までの生活経験や家庭での事前調べから日常生活を想起させ、自分ごととして「課題設定」を掴めるようにする。

<追究する①>

- ・日常の献立作成における「栄養バランス」以外のポイントに触れ、創意工夫につながるようにする。
- ・考えた献立について小グループでポイントを絞ってアドバイスし合い、全体で共有することで、個人の思考が深まり、よりよい工夫した献立になるようにする。
- ・追究①のまとめとして、工夫した献立を実践する計画を立て、その実践を通して、食事の大切さや今後の学習活動に対しての意欲付けにつなげる。

<追究する②>

- ・実習するための計画を立てるために、「買い物の仕方」や「食品の選び方」等を確認するようにする。
- ・調理実習では、一人一人が十分に活動できるように、ペア学習で進めていくようにする。

<まとめ>

- ・題材の導入時の姿と比較し、題材を通して成長したことが実感できるようにする。また、これからの生活に生かしていけるように振り返りをさせるようにする。

7 本時の学習

(1) ねらい

自分で立てた「1食分の献立」について、話し合い見直すことを通して、家族のことを考え、栄養バランスの整った工夫された献立を作成することができる。

(2) 準備

児童 教科書、ワークシート（1食分の献立記入済み）、筆記用具（赤鉛筆、青鉛筆）

教師 例示する献立、献立を立てるポイントカード、ふせん

(3) 展開

学習活動	支援及び留意点	時間	観点評価項目（方法）
1 本時のめあてをつかむ。（全体）	<p>○前時の学習の振り返りから、本時のねらいを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>1食分の献立の工夫について、新しい発見をしよう。</p> </div>	5分	
2 事例の1食分の献立について話し合う。（全体）	<p>○1つの事例をもとに、学級全体で献立を考えていくことで「献立の立て方」を確認する。（1つのポイントについて話し合う）</p> <p>○主に「栄養バランス」を中心に考えるが他にも配慮できることは前時の振り返りで触れておく。</p> <p>・栄養のバランス ・彩り ・味のバランス ・家族の好み ・季節 ・費用 ・調理の時間 等</p> <p>○教科書94ページの「献立の立て方」の手順に従って進めるようにする。</p> <p>○栄養バランスのチェック表を利用して「栄養のバランス」を確認することができることも知らせる。</p>	10分	
3 1食分の献立をより良いものに見直す。（グループ）	<p>○学習した献立を立てる時のポイントを意識して話し合いをさせる。</p> <p>○グループで1つのポイントについて話し合うことで、有効な話し合いになるようにする。</p> <p>○友達の発表について、自分の献立と比較しながら聞き、アドバイスができるようにする。</p> <p>○友達のアドバイスや友達の発表から自分の献立の参考になる点をふせんにメモ書きさせ、それを手立てとして見直しをさせる。</p> <p>○見直した部分については、赤鉛筆で書かせる。</p> <p>○グループごとに話し合ったことで、献立がどのようになったかを発表させる。</p>	10分	

<p>(個人)</p>	<p>○各グループの発表を参考に、自分のグループとのポイントの違いに着目して見直しをさせる。</p> <p>A:友達の意見を参考にした上で自分なりに様々な工夫をした献立作りをすることができる。</p> <p>B:献立を立てる時のポイントをふりかえり、友達のアドバイスをもとに修正することができる。</p> <p>C:栄養バランスチェック表を使って、栄養バランスが整っているか確認することができる。</p> <p>○見直した部分について、青鉛筆で記入させ、段階を追って自分の考えの深まりが視覚的にも捉えられるようにする。</p>	<p>10分</p>	<p>創工</p> <p>グループの話し合いや全体での話し合いから、1食分の献立をよりよくするために工夫している。(ワークシート、発言、観察)</p>
<p>4 本時の振り返りをすすめる。(全体)</p>	<p>○本時の学習で、見直した点について発表し合う。</p> <p>○次時は、家庭での実践計画を立てることを伝える。</p>	<p>5分</p>	