

第5学年 家庭科学習指導案

平成29年6月23日

1 題材名 はじめてみよう クッキング (B 日常の食事と調理の基礎)

2 題材について

本題材は、学習指導要領家庭科の内容 B「日常の食事と調理の基礎」における(1)「食事の役割」(3)「調理の基礎」を受けて設定した。食品の扱い方や安全性を考えて調理すること、環境に配慮して身近な食品のゆで方を理解することをねらいとしている。

本学級の多くの児童は、家庭科に興味をもっている。調理については、特に関心がある。お弁当の日には、自分で卵焼きやおにぎりなどの簡単なものを作ったり、親に教わりながら調理したりしているようだ。四年生では、総合的な学習の時間を通して、環境について学習してきた。わたしたちが生活をしていく中でごみを増やしていることや、水を無駄に使っていることで、自分たちが環境を汚してしまっていることを学んだ。地球環境をよくするためにわたしたちができることは何かを、身近なところから探し、ごみの分別を正しく行うことや、エコバックを持ってごみを減らすことなどに気付くことができた。しかし、調理という視点から環境を考えるのは初めてである。調理をするときにはどうしていくことが環境を守ることにつながっていくのかを本題材を通して学んでいきたい。本題材では、自ら計画を立て、調理をする。何に気を付けて取り組んだらよいのか、環境に配慮すべきことは何か、など児童の生活の実態と関連させながら学習を進めたい。そこで、「ゆでる」ということを例に、調理を安全に行えるような技能を身に付け、環境に配慮した調理について考え、実生活に生かしていきたい。

本題材は、三つの小題材で構成されている。「クッキングはじめの一步」では、家庭科室の使い方や調理器具の使い方などを学習する。家庭科の学習のはじめであるので、家庭科室のルールや使い方などの基本的な事柄をしっかりと身に付けたい。

「ゆでてみよう」では、卵や青菜を、火加減の調整をすることや、おいしくゆでる時間を実習を通して学習する。ゆでることによってどのような変化があるのか、実習を通して理解するとともに、用具の使い方や調理の方法など、基礎的な技能を確実に身に付けたい。ゆでることによってどのような変化があったかや、環境に配慮し、ごみを少なく調理できたかなど、次の学習につながるような振り返りをする。

「野菜をゆでておいしく食べよう」では、ゆで野菜サラダを作る学習をする。前時での振り返りをもとに、どのようなことに気を付けてゆで野菜サラダを作ったらよいかを考え、実習を行っていきたい。

この題材において、調理への興味・関心を持ち、基本的な技能をおさえ、家庭で実践しようとする意欲につなげていきたい。また、環境に配慮した調理についても興味を持ち、自分の生活に生かしていけるようにしたい。

3 児童の実態（男子14名、女子12名 計26名）

1. 家庭科に興味はありますか。

ある 20名 まあまあある 5名 あまりない 0名 ない 0名（1名欠席）

2. 調理法について知っているものは何ですか。（知っている◎、聞いたことはある○ 知らない×）

焼く	知っている（23名）	聞いたことはある（1名）	知らない（1名）
ゆでる	知っている（18名）	聞いたことはある（6名）	知らない（1名）
いためる	知っている（18名）	聞いたことはある（7名）	知らない（0名）
あげる	知っている（20名）	聞いたことはある（5名）	知らない（0名）
にる	知っている（15名）	聞いたことはある（9名）	知らない（1名）
あえる	知っている（9名）	聞いたことはある（10名）	知らない（6名）
むす	知っている（13名）	聞いたことはある（8名）	知らない（4名）
たく	知っている（21名）	聞いたことはある（3名）	知らない（1名）

3. 「ゆでる」とはどういうことですか。わかる人は書きましょう。

- ・お湯でゆでる。
- ・お湯にもものを入れて調理する。
- ・野菜などをお湯に入れる。
- ・沸騰したお湯に食べ物を入れる。
- ・お湯につける。
- ・食べ物をお湯で温める。
- ・野菜などをなべに入れ、お湯を入れて沸騰させてやわらかくする。
- ・食べ物の中に火を通す。

4. 家で調理をしたことはありますか。

ある 25名 ない 0名

5. 作ったことがあるものは何ですか。

		家の人と	1人で
1	目玉焼き	13名	9名
2	スクランブルエッグ	5名	7名
3	ゆでたまご	10名	11名
4	サラダ	12名	9名
5	カレー	10名	6名
6	野菜炒め	13名	4名
7	ごはんをたく	2名	15名
8	みそ汁	9名	9名
9	ホットケーキ	9名	10名
10	チャーハン	11名	4名

6. あてはまるものに丸を付けましょう。

	あてはまる	まあまあ あてはまる	あまり あてはまらない	あてはまらない
①おなかがすいたとき、一人でまたは家の人と何かをつくろうと思う。	9	3	7	6
②食事を作ることにかかっている。 (じゅんび、かたづけ、つくる)	9	13	3	0
③食事を作るとき、手順を考えて作っている。	8	6	6	4
④食事を作ることはおもしろい。	16	5	3	0
⑤いろいろな料理を作ってみたい。	22	2	1	0

7. 家庭でやっていることに○をしましょう。わからない場合は○をしなくてよいです。

- () エコバックを使っている。 17名
 () ごみが少なくなるように調理している。 14名
 () ガスや電気、水を使いすぎないように調理している。 16名
 () 食器のよごれをふき取ってから洗っている。 15名
 その他 ()

本学級の児童は、日常生活の中で「焼く」や「あげる」などの調理法を耳にしている。その中でよく理解していると答えた児童はどの項目でも約6割程である。しかし、「ゆでる」を例にして、ゆでるとはどのようなことか尋ねてみると、どのような調理法なのかを正しく理解していない児童が多かった。「ゆでる」調理を体験することで、ほかの調理法についても関心が高まるように支援していく。

調理について興味をもっている児童は多く、ほとんどの児童は調理を体験したことがある。その中でも、包丁を使わないような簡単な調理は、一人で調理したという児童が多かった。本題材では包丁やガスなどを扱う。安全に気を付けて調理できるよう、基礎・基本を身に付けていく必要がある。また、調理する中で環境についても考えていきたい。実態から、エコバックを活用したり、ごみが少なくなるように工夫したりして、環境に配慮して調理している家庭が多いことがわかった。一人一人が環境について意識を高め、自分たちにはどのようなことができるかを考え、実践に生かしていくことが大切であると考え。

4 題材の目標

- ゆでる調理に関心を持ち、材料や目的に応じた調理をしようとする。 (関心・意欲・態度)
 ○材料や目的に応じた洗い方やゆで方、環境に配慮した後片付けについて考えたり、自分なりに工夫したりできる。 (創意工夫)
 ○こんろや用具などを安全に取り扱い、環境に配慮してゆでる調理をすることができる。 (生活の技能)

○用具や食器、及びこんろの安全で衛生的な取り扱いや身近な食品を環境に配慮してゆでる方法を理解する。(知識・理解)

5 指導計画（8時間扱い）

小題材	主な学習内容	時配
クッキング はじめの一步	・家庭科室の使い方を知る。	1
	・調理の手順と調理用具について知る。	1
ゆでてみよう	・エコについて調べる。	学活
	・卵のゆで方を知る。	1
	・青菜のゆで方を知り、加熱した時のよさを理解する。	2
野菜をゆでて おいしく食べよう	・野菜や目的に応じたゆで方を考え、計画を立てる。	1（本時）
	・ゆで野菜の調理をする。	2

6 評価規準

関心・意欲・態度	創意工夫	生活の技能	知識・理解
・自分の生活と身近な環境とのかかわりに関心を持ち、環境に配慮した生活をしようとしている。	・環境に配慮した生活について課題を見付け、その解決を目指して考えたり、自分なりに工夫したりしている。	・環境に配慮した生活の工夫について理解し、基礎的・基本的な技能を身に付けている。	・環境に配慮した生活の工夫について理解し、基礎的・基本的な知識を身に付けている。

7 指導と評価の計画（8時間）

時間	【小題材】 ねらい・学習活動	評価規準・評価方法			
		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
1	【湯をわかしてみよう】 ○家庭科室の使い方を知る。 ・こんろの元栓や点火、消火の仕方を全員が経験できるようにする。 ・こんろの安全な使い方を知り、湯をわかしてみる。			こんろの安全な取り扱いができる。 ・行動観察	こんろや調理用具の安全な取り扱い方について理解している。 ・ワークシートの記述
2	【調理の手順と調理用具を知ろう】 ○調理の手順や、調理器具の取り扱い方を知る。				調理の手順や計量器の正しい使い方がわかる。

	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭科室の調理用具が入っている場所を確認する。 ・調理の手順を知る。 ・計量器具の使い方を知る。 ・環境に配慮した調理について知る。 				<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの記述
学活	エコについて考えよう				
3	<p>【卵をゆでてみよう】</p> <p>○卵のゆで方を知り、ゆでる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆでる手順を確認し、卵をゆでる。 ・環境に配慮して卵をゆでる。 	<p>ゆで卵の調理の仕方に関心をもって調べようとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 		<p>ゆで卵を作ることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 	<p>ゆで卵の調理の仕方について理解している。</p> <p>環境に配慮した調理についてわかったことをまとめている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの記述
4 5	<p>【青菜をゆでよう】</p> <p>【後かたづけをしよう】</p> <p>○青菜のゆで方を知り、加熱した時のよさを理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・環境に配慮して野菜のゆで方や切り方を知る。 ・水からゆでるもの、湯からゆでるものについて知る。 ・包丁やまな板などの安全な取り扱い方を知る。 	<p>青菜の調理に必要な用具や食器、こんろの安全と衛生に関心をもち、取り組んでいる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 		<p>青菜をゆでることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 	<p>青菜のゆで方や、加熱した時のよさを理解している。</p> <p>環境に配慮した調理についてわかったことをまとめている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの記述

6 (本時)	<p>【野菜をゆでておいしく食べよう】</p> <p>○必要な材料や手順を考え、調理計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・環境に配慮した工夫をして、野菜や目的に応じたゆで方を考える。 ・調理の手順を考え、環境に配慮して調理計画を立てる。 	<p>環境配慮した調理について関心をもち、実習に生かそうと計画している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの記述 	<p>必要な材料や手順を考え、調理計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの記述(実習計画) 		
7 8	<p>○調理しておいしく食べよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理に必要な用具や食品を安全で衛生的に取り扱い、また、環境に配慮してゆで野菜のサラダをつくる。 ・実践したことを振り返る。 	<p>調理に関心をもち、協力してゆでる調理をしようとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 	<p>材料にあった洗い方・切り方・ゆで方を工夫している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 	<p>ゆで野菜サラダを計画にしたがって、手順良く作ることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・行動観察 ・調理したゆで野菜 	<p>ゆで野菜の調理の仕方について理解している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの記述

8 本時の指導

(1) 本時の目標

- ・環境に配慮した調理について関心をもち、実習に生かそうと計画している。(関心・意欲・態度)
- ・必要な材料や手順を考え、環境に配慮した工夫をして調理計画を立てることができる。
(生活を創意工夫する能力)

(2) 本時の展開(6/8)

時配	児童の活動	教師の指導○と評価◇	資料・教具
5	<p>1 今までの学習から、ゆでる調理について学んだことを振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・青菜はゆでたことによってかさが減った。 ・青菜を長い時間ゆでるとやわらかくておいしく感じなかった。 ・青菜は沸騰してから入れたが、ゆで卵は水から入れた。 ・卵はゆでればゆでるほど固くなった。 	<p>○今までの学習を振り返られるよう、写真を提示する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆで卵と青菜の写真

	本時のめあてを確認する。		
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> どんなことに気を付けてゆで野菜サラダを作ればよいだろう。 </div>		
7	2 調理をするときに、安全面や環境面で気を付けてきたことは何かを確認する。 <ul style="list-style-type: none"> ・ごみの量を増やさない。(環境) ・汚れたものは布などでふき取ってから洗う。(環境) ・水を流しっぱなしにしない。(環境) ・洗剤を多く使わない。(環境) ・包丁の刃先を人に向けてない。(安全) ・火の近くに紙を置かない。(安全) ・まな板は乾燥させてからしまう。(安全) 	<ul style="list-style-type: none"> ○掲示物で確認していく。 ○1人100gくらいでつくることを確認する。 ○それぞれの野菜の分量がわかるように実物を見せる。 ○気を付けること、工夫できることを黒板に示しておく。 ○実習の最後に班ごとにごみの量を調べることを伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・それぞれの分量の野菜を見せる。 ・今までの学習で使った「気を付けること」を書いた掲示物
23	3 今までの学習を生かし、気を付けることや環境に配慮して調理できることは何かを考えながら計画を立てる。 <ul style="list-style-type: none"> ・材料(ニンジン、ブロッコリー、キャベツ)、 ・分量(ペア) ・野菜の切り方やソースの種類 ・流れ(何を一緒にゆでるかや、ゆでる順番、湯に入れる時間、あげる時間) ・切り方(同じ厚さ) ・分担等 ・教科書を見て、何分ゆでたらよいのかを調べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○材料に何を使うかや、1人分の分量を伝える。 ○食材は火の通りが同じになるように、同じ厚さに切るように伝える。 ○調理で気を付けることや環境に配慮した調理方法を考えられるよう、今までの学習を思い出すように促す。 ◇必要な材料や手順を考え、調理計画を立てることができる。(生活を創意工夫する能力) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート
3	4 全体でおおまかな手順を確認する。		
8	5 どのようなことに気を付けて実習を行うかを発表する。 <ul style="list-style-type: none"> ・火が通りやすいように切り方に気を付ける。 ・ごみが出ないように芯を細かく切る。 ・火の大きさが大きすぎないように調整する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○特に気を付けたいこと、工夫したいことについて発表できるよう促す。 また、それをめあてに実 	

2	<p>・ゆでたときに固さが同じになるように、同じ厚さに切る。</p> <p>6 次回は実習することを伝える。</p>	<p>習を行えるように支援する。</p> <p>◇環境に配慮した調理について関心をもち、実習に生かそうと計画している。(関心・意欲・態度)</p>	
---	--	---	--

ゆで野菜サラダをつくろう!

名前

学習問題

	ニンジン	ブロッコリー	キャベツ
材料			
量(一人分)	20g	50g	50g
食材を入れる時	水からゆでる	ふっとうしてからゆでる	ふっとうしてからゆでる
時間(目安)	ふっとうしてから5分くらい	ふっとうしてから2~3分くらい	ふっとうしてから30秒~1分くらい
それぞれの 大まかな調理の 流れ	洗う 切る 水からニンジンをゆでる ふっとうしたら5分 ざるにあげる	洗う 切る ふっとうしたらブロッコリー を入れて2~3分ゆでる ざるにあげる	洗う ふっとうしたらキャベツを 30秒~1分ゆでる ざるにあげる 切る
	もりつけ・味つけ		

オーロラソース		フレンチソース	
材料	分量	材料	分量

調理の手順

手順を書こう。また、何に気を付けて調理すればよいかを考えよう。

<p>10:30</p> <p>洗う 切る ゆでる ソース作り など、3つの 野菜をどのよ うな手順で 調理するかを 書きこもう。 手際よく行おう!</p>	<p>・準備、身支度</p> <p>切るとき気を付けること・工夫</p> <p>ゆでるとき気を付けること・工夫</p> <p>後片付けで気を付けること・工夫</p> <p>11:30</p> <p>11:45</p> <p>・盛り付け、配ぜん ・試食する</p> <p>・後片付け</p> <p>その他のことで気を付けること・工夫</p>
<p>まとめ（感想）</p>	

板書計画

どんなことに気を付けてゆで野菜サラダを作ればよいだろう。

ゆで卵

青菜

気を付けてきたこと

安全面

- ・包丁の刃先を人に向けない。(安全)
- ・火の近くに紙を置かない。(安全)
- ・まな板は乾燥させてからしまう。(安全)

環境面

- ・ごみの量を増やさない。(環境)
- ・汚れたものは布などでふき取ってから洗う。(環境)
- ・水を流しっぱなしにしない。(環境)

材料

ニンジン (根菜)・・・水から入れてゆでる

キャベツ、ブロッコリー・・・ふっとうしてから入れてゆでる

調理手順

洗う

気を付けること・工夫すること

切る

ゆでる

ソース作り

試食

もりつけ