

## 第 5 学年 家庭科学習指導案

### 主張

前時までの学習で簡単な手順は知っているが、実の組み合わせによって、いろいろな実を入れるタイミングが変わることには気付いていない。そのような子どもに、実の種類が変わってもみそ汁が作れるように、加熱時間を考える基礎を身に付けさせたい。

そこで、次のような手立てを設定する。

- ① 「みそ汁ビンゴカード」で、いろいろな実を入れるタイミングについて問題意識をもたせる。
- ② 簡易実験をして、加熱時間による火の通り具合を確かめさせる。
- ③ 「タイミング表」を作り、みそ汁の実を入れるタイミングをまとめる。

これにより、子どもは加熱時間による材料の変化に気づき、実を入れるタイミングを考えることができる。

### 1 題材名 作っておいしく食べよう ～みそ汁名人になろう～

### 2 題材の目標

- 手順を考えてご飯とみそ汁の調理計画を、工夫して立てることができるようにする。
- ご飯とみそ汁を作ることができるようにする。
- 毎日の食事や食事に使われている食品に関心をもつことができるようにする。
- 食品の栄養的な特徴や体内での主なはたらきが分かり、食事をバランスよくとることができるようにする。

### 3 題材の評価規準

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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品の栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心をもっている。</li> <li>・ご飯とみそ汁を中心とした1食分の食事のとり方に関心をもっている。</li> <li>・食事をするにより、体の成長や活動に必要なものがとれることや人間関係が豊かになることに関心を持ち、食事をとろうとしている。</li> <li>・ご飯とみそ汁に関心を持ち、作ろうとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯とみそ汁を中心とした1食分の食事が、調和のよい食事となるよう、食品の組み合わせ等を考えたり工夫したりすることができる。</li> <li>・おいしいご飯とみそ汁の作り方を考えたり自分なりに工夫したりしている。</li> <li>・材料や目的に応じた切り方を考えたり、自分なりに工夫したりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯とみそ汁を中心とした1食分の食事の計画を立てることができる。</li> <li>・ご飯とみそ汁を作ることができる。</li> <li>・調理に必要な用具や食器およびコンロを安全で衛生的に取り扱いができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品に含まれているいろいろな成分の体内での主なはたらきにより、食品をグループに分ける分け方を理解している。</li> <li>・栄養のバランスがとれるよう、食品を組み合わせとることの必要性を理解している。</li> <li>・1食分の食事としてどのように食品を組み合わせればよいのか理解している。</li> <li>・ご飯とみそ汁の作り方を理解している。</li> </ul>

## 4 題材と指導の構想

### (1) 題材設定の理由

本題材は、小学校学習指導要領内容(4)「食事への関心」、(5)「簡単な調理」を関連させて設定したものである。

ここでは、日常の食事の組み合わせ、日本の伝統的な日常食であるご飯とみそ汁の調理、栄養のバランスがとれた食事をとることの大切さを学習し、実践的な態度を育てようとしているものである。

本題材は二つの小題材で構成されている。

「毎日どんなものを食べているのかな」では、食事が「主食＋主菜・副菜＋汁もの」の組み合わせでできていることに気付かせる。また、日本の伝統的な日常食である「ご飯とみそ汁」に目を向けさせるとともに、給食のリクエスト献立を考えることを通してバランスのよい食事を考えることができるようにさせたい。

「おいしいご飯とみそ汁を作ろう」では、米とみその栄養やその調理の仕方について調べさせる。調理実習では、調理の過程で生じた疑問について、家庭へのインタビューや簡易実験などを通して解決させていく。また、家庭実践を組み入れながら調理の基礎・基本をしっかりと身に付けさせたい。

### (2) 児童の実態

5年生になり、初めての家庭科の学習が始まった子どもは、大変意欲的である。

6月の粉ふきいも作りでは、うまく切ることができず火が通るのに時間がかかった班もあったことから、「同じくらいの大きさに切る」ことが大切であることを確認した。

事前のアンケートの結果は次のようである。

「食事を作る手伝いをよくしていますか」

・いつもしている…数名 ・たまにしている…大多数 ・しない…数名

「調理実習で不安なことは何ですか」

・包丁やガスコンロの扱いが不安… 1 / 4

「みそ汁をつくったことがありますか」

・ない… 1 / 3

・ある… 2 / 3 ⇒ 一人で作った (そのうちの 1 / 3)

家族と一緒に作った (そのうちの 2 / 3)

「みそ汁に必要なものは何ですか」

・「みそ」・「みそ汁の実」・「だし」…数名

・「みそ」・「みそ汁の実」…大多数

アンケートの結果から、普段あまり家の手伝いをしていないという実態がうかがえる。みそ汁を作ったことがあるという子どもでも、ただお湯を注ぐだけのインスタントのみそ汁を作っていたり、家族と一緒に作っていたりしている。

また、みそ汁に必要なものについては、だしにまで気が付いている子どもは少ない。

このような実態から、家族がしている食事作りの工夫（おいしく作る工夫、段取りよく早く作業する工夫など）にはあまり目が向いていないと考えられる。

そこで、本題材では調理技能を高める工夫をするとともに、自分で作ることの楽しさや喜びを味わわせるだけでなく、家族の一員として、「家族のために何かをしてあげたい」という実践への意欲を育てていきたい。

### (3) 指導の構想

初めてみそ汁を作る子どもの実態から、次のことに配慮して指導を展開していく。

#### ① 日常生活との関連を大切にす

子どもは、家庭生活をじっくり観察したり家族の一員として家事を手伝ったりする経験が少ない。

そこで、本題材では家庭ウォッチングや家族へのインタビュー、家庭実践を取り入れ、家庭生活への関心を高めたり、学習したことを家庭生活に生かしたりすることができるようにする。みそ汁づくりでは、複数の実を載せた「みそ汁ビンゴカード」を提示することで、子どもに「家庭で何回も作りたい」という意欲を高めていきたい。

また、栄養のバランスのとれた食事については、子どもが当たり前のように食べている給食に着目させ、栄養士とのTTによる学習や給食調理員へのインタビューなどから、もう一度我が家の食事作りを振り返らせ、「今度は家族に作ってあげよう」という意欲をもたせていきたい。

#### ② 実践的、体験的な学習活動の工夫

調理などの基礎的な知識や技能は、繰り返し指導し、子どもが「分かったこと」「できたこと」を生かしながら次の学習に取り組めるようにしていく。

「ごはんのみそ汁づくり」では、米やみそを計量カップや計量スプーンで計ったり、米や野菜をはかりで計量する体験を大切にしたい。「みその学習」では、数種類のみそを観察したり味わったりしながら、地域性や味の好みなどに気付かせていく。また、道具の安全な取り扱い、技能スキルとして調理実習の度に毎回点検し、習慣化できるようにしていきたい。

1回だけの題材構成で、技能を十分に身に付けることは難しい。2年間を見通して繰り返し学習できるようにするとともに、家庭科で身に付けた知識や技能を学校行事の自然教室での「カレー作り」、家庭実践の「ごはんのみそ汁づくり」などに応用・発展させて繰り返し体験させていくようにする。

#### ③ 問題解決的な学習活動を取り入れ、活用する力を育てる

学習を進める中で、なぜそうするのだろうか、どうしたらよいだろうかなど疑問をもち、問題に気付くことから追究する学習が展開する。考えたり判断したり工夫したりして問題を解決していくことで、学習した知識や技能を生活に生かしていくことができると考える。

例えば、本題材の「みそ汁づくり」で、みそ汁の実の組み合わせは様々である。身の回りには、ジャガイモや大根のように火が通りにくい材料、豆腐や青菜のように火を通しすぎてもよくない材料などさまざまな材料がある。子どもが、学校で教科書通りにみそ汁を作ったとしても、家に帰って、家にあるものでみそ汁が作れるとは限らない。「ほかの実でも作り方は同じだろうか？」という問題を取り上げることによって、ほかの実を組み合わせたときにも活用できる知識や技能を身に付けさせる必要がある。

「なぜ食べるのか」では、日本食が外国で歓迎されているニュースを取り上げ、総合的な学習と関連させて調べ学習を設定する。栄養、健康、味の工夫、朝食の大切さなど、「ごはんのみそ汁」のよさに気付かせていく。

## 5 題材の指導計画(全10時間 本時 9/10)

時	主な学習活動	評価規準
1	毎日どんなものを食べているのかな ・ 日常の食事について調べる。 ・ どのような食事の組み合わせが多いか考える。	・ 食生活を見直し、日常の食事に関心をもっている。 【関】 ・ 食事の組み合わせが分かる。 【知】

2 3	<b>リクエスト献立に挑戦</b> ・給食の献立に含まれる食品を、体内での主なはたらきのグループに分ける。 ・ご飯・みそ汁を中心とした1食分の献立を考える。 ・5年生のおすすめ!!リクエスト給食・ベスト1を考える。	・食品の栄養的な特徴が分かる。【知】 ・栄養的に調和がとれるよう食品の組み合わせを工夫している。【創】 ・栄養的な調和を考えた1食分の献立を考えることができる。【技】
4	<b>米博士になろう</b> ・ご飯作りの経験について話し合う。 ・ご飯と米の体積の違い、米の吸水量と時間を知る。 ・ご飯を炊く手順についてまとめる。	・ご飯や米に関心を持ち、おいしいご飯の炊き方を調べようとしている。【関・創】
5	<b>ご飯を炊いてみよう</b> ・火加減や時間を工夫して透明なガラス容器で炊き、ご飯になっていく様子を観察する。 ・ご飯をおいしく炊く工夫について話し合う。	・ご飯の調理に必要な米の洗い方、浸水時間、加熱の仕方が分かる。【知】
6	<b>みそ博士になろう</b> ・みその種類や、みそ汁を作るのに必要な材料（だし、実の取り合わせ）を知る。	・みそやみそ汁作りに関心を持ち、調べたり工夫したりしている【関・創】
7 8	<b>みそ汁名人になろう</b> ・みそ汁の作り方を調べる。家の人から聞いてきたこと、クラスで話し合ったことを基に、おいしいみそ汁を作る計画を立てる。 ・教師作のみそ汁と班で作ったみそ汁の実を比較し、違いに気付く。	・調理器具を安全に使って、みそ汁を作ることができる【技】 ・教師の作ったの失敗作みそ汁を試食し、失敗の原因を考える。【創】
9 (本時)	<b>実の加熱時間を調べよう</b> ・それぞれの材料ごとに加熱時間について調べる。 ・材料ごとの加熱時間について話し合う。	・おいしいみそ汁にするためにそれぞれの実に合った加熱の仕方が分かる。【知】
	<b>&lt;家庭実践&gt;</b> ・みそ汁ビンゴカードを基に、家族のためにみそ汁をつくる。	
1 0	<b>まとめ</b> ・家庭実践の様子を紹介し合う。 ・おいしいみそ汁づくりのコツを話し合う。	・おいしいみそ汁にするために、実や実の切り方に合った加熱の仕方が分かる。【知】

## 6 本時の学習（指導全10時間、本時9時間目）

### (1) ねらい

おいしいみそ汁にするために、それぞれの実に合った加熱の仕方が分かる。

### (2) 本時の構想

#### ① みそ汁名人ビンゴで、実を入れるタイミングについての問題意識をもたせる。

前時では、ねぎと油揚げを組み合わせ、教科書の手順通りにみそ汁作りを行っている。これできると思っている子どもに、みそ汁名人になるために、10種類の実を書いた「みそ汁ビンゴカード」を示し、家でも作ってみよう働き掛ける。カードに記入した実は、事前に「どんな実のみそ汁を食べましたか？」というアンケートの問いに対する子どもの答えから拾った。

そのカードの中の実を組み合わせ、教師が作った失敗作を試食させ、なぜうまくいかなかったのかその原因を予想させる。そして、「どんな実を組み合わせても作り方は同じだろうか？」と投げかける。この問いについては、家庭ウォッチングでの子どもの気付きや前時の実習後に「自信は100点満点ですか？」というゆさぶり発問で引き出しておく。

#### ② 簡易実験をして、加熱時間による火の通り具合を確かめさせる。

子どもは、失敗の原因は火の通りにくい野菜と火の通りやすい野菜を一緒に入れたことだということに気付くだろう。そこで、「時間による実の変化を調べてみよう」と働き掛け、加熱時間による材料の変化を観察する。

取り上げる材料は、大根、青菜、豆腐など8種類で、各班が一つの材料を分担する。火の通りやすいものと火の通りにくいものを仲間分けしてから、「根菜類は水からゆでる」「葉もの野菜は湯からゆでる」ことについては調理の基礎として教える。実験は沸騰してからどのくらいの時間で柔らかくなるのか、1分間刻みで5分間ゆでる。青菜などゆですぎると食感がなくなったり色が変わったりすることも体験させるため、どの材料も5分間ゆでることにする。「大根がまだ硬い」、「ちょうどいい」という火の通り具合だけでなく、「色が透明になってきた」「においがしてきた」などの気付きを取り上げて観察記録の充実を図る。

変化をよく観察するため、試食は実験終了後とする。

#### ③ 「タイミング表」を作り、みそ汁の実を入れるタイミングをまとめる。

各班の実験結果を「水→沸騰→1分後→2分後…5分後の実の様子」として、クラス全体でまとめていく。火の通り具合は、逆に見れば「入れるタイミング表」になる。結果を逆に見るのはとらえにくいので、色分けして入れるタイミングに置き換えられるようにする。

比較実験なので、火加減や野菜の切り方などの条件はできる限りそろえて行いたい。しかし、場合によっては正確な加熱時間が出ないかもしれないが、子どもの実験結果を取り上げて、硬さの違う実を同時に入れては失敗するということが確実に押さえられるようにしたい。

学校から家に調理の場が変わっても、実の組み合わせが替わっても、「硬いものから順に加熱する」「硬い実が柔らかくなったら次の実（またはみそ）を入れる」というというみそ汁作りのポイントを押さえていく。

ワークシートには、最後に、家庭実践をする際の実の組み合わせと、「作るときに気を付けること」を書かせる。例えば、大根と青菜を選んだ子どもであれば、「大根は水からでいいが、沸騰してから4分ぐらいたったら青菜を入れる。青菜の葉は茎を入れた後に入れる」など、入れるタイミングの時間差について記述していることを期待したい。

(3) 展開

学習活動	教師の働き掛け(T)と 予想される児童の反応(C)	指導上の留意点
<p>① 学習課題を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・材料の仲間分け</li> <li>・学習課題の提示</li> </ul> <p>3分</p>	<p>学習課題 どんな実を組み合わせても、作り方は同じだろうか？</p> <p>C：違う。</p> <p>C：油揚げとねぎは一緒入れてもいいけど、大根と青菜の組み合わせは、一緒に入れたら、大根は硬かった。</p> <p>C：硬い野菜と柔らかい野菜の場合は難しそう。</p> <p>C：いつ鍋に入ればいいのか分からない</p> <p>C：大根やジャガイモは、柔らかくなるのに、どのくらい時間がかかるのかな。</p> <p>T：時間による実の変化を調べてみよう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前時に、教師作の失敗作のみそ汁を試食させ、その原因を考えさせておく。</li> <li>・ビンゴカードを掲示しておく。「柔らかい野菜」「硬い」という発言を取り上げて、カードにある材料の仲間分けをする。</li> </ul>
<p>② 簡易実験をして、加熱時間による火の通り具合を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・実験の手順</li> <li>・ワークシートの書き方</li> </ul> <p>25分</p>	<p>・時間を計りながら加熱する。 ↓</p> <p>・沸騰後、1分ごとに実を取り出す。(5分間続ける) ↓</p> <p>・実を観察し、試食する。 ↓</p> <p>・適切な時間について話し合う。</p> <p>T：根菜類は水から、それ以外の材料はお湯からゆでます。</p> <p>C：ジャガイモは、5分くらいがちょうどいい。</p> <p>C：玉ねぎの色が少しずつ透明に変化している。</p> <p>C：ニンジンなかなか柔らかくならない。</p> <p>C：大根は、ゆでているとおいがする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安全に実習をしているか、各班の様子を見て回る。</li> <li>・各班には材料を1種類ずつ渡し、事前に切っておく。</li> <li>・材料：大根、ジャガイモ、青菜、ワカメ、豆腐、白菜、ニンジン、玉ねぎ</li> <li>・ワークシートとストップウォッチを用意する。</li> <li>・試食して、何分加熱した物が丁度よい硬さか、班で話し合わせ、ワークシートに記入させる。</li> </ul>
<p>③ 実験結果を発表し、実を入れるタイミング表にまとめる。</p>	<p>T：班の結果を発表して、火の通り具合を表にまとめていきましょう。</p> <p>C：ジャガイモは、5分くらいゆでるといい。</p> <p>C：豆腐は、お湯が沸いてから鍋に入れて1分でも大丈夫でした。</p> <p>C：白菜は、先の緑の方は1分くらいでもいいけれど、硬いところはもっとゆで</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの発表に合わせて、表に書き込んでいく。</li> <li>・青菜など、同じ食材でも火の通り具合に差があるものについては、表の中でも時間の差が分かるようにする。</li> <li>・結果を逆にみるのはとらえにくいので、色分けして子ども</li> </ul>

	<p>た方がいい。</p> <p>10分 T：材料によって、加熱時間が変わるので すね。この加熱時間の表の見方を変え ると、火が通りにくい材料から入れる ことがよく分かりますね。</p> <p>C：茎と葉と硬さが違うときは、同じ材料 でも鍋に入れる時間に差を付けるとい い。</p> <p>C：ワカメはあっという間に食べられるの で、みそを入れる直前に入れるくらい でいい。</p>	<p>に視覚的に理解しやすくする。</p>
<p>③ 学習のま とめをする。</p> <p>7分</p>	<p>T：みそ汁のポイントは、「硬いものから 順に加熱する」「硬い実が柔らかくな ったら次の実を入れる」ことが分か りましたね。</p> <p>C：家でも作れそう。</p> <p>C：家の人もそうしていた。</p> <p>T：家でどんなみそ汁の実に組み合わせ を作りたいですか。作る時に気を付 けたいことを書きましょう。</p> <p>C：大根は水からでもいいが、沸騰して から4分ぐらいたったら青菜を入 れる。青菜の葉は茎を入れた後に入 れるとちょうどいい。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3回の家庭実践では、家の人 から励ましや感想をもらい、 実践の意欲をもたせる。</li> <li>・学習を生かして、硬い材料と 柔らかい材料の組み合わせに なるよう働き掛ける。</li> </ul>

#### (4) 評価

B：①ワークシートの「変化の様子」の欄に記述している。

②家でみそ汁を作るときに気を付けることとして、加熱実験を参考にして入れるタイミングについて記述している。

(例) 大根は水からでもいいが、沸騰してから4分ぐらいたったら青菜を入れる。

青菜の葉は茎を入れた後に入れるとちょうどいい。

A：Bに加え、ワークシートの「変化の様子」の欄に、複数の視点（色、形、食感等）から加熱による実の変化を記述している。

Cへの手立て

⇒変化の様子を一緒に確認したり、友達からアドバイスをもらったりさせる。