〈家庭〉

**小学校家庭科学習指導案**

日　時　令和元年12月5日（木）5校時

場　所　うるま市立天願小学校

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　対　象　6年　組　　人

授業者　教諭　安田　昌子

教科書　わたしたちの家庭科　開隆堂

**１　題材名**　くふうしようおいしい食事「バランスのよいこんだてを考えよう」

**２　題材設定の理由**

　(1)　教材観

本題材は、小学校学習指導要領（平成２９年度告示）解説家庭編のＡ家族・家庭生活(4)「家族・家庭生活についての課題と実践」、Ｂ衣食住の生活(1)「食事の役割」(2)「調理の基礎」(3)「栄養を考えた食事」、Ｃ消費生活・環境(1)「物や金銭の使い方と買物」から構成されている。本題材では、献立作成に必要なポイントを理解し、一人一人が主食・主菜・副菜の組み合わせを考えて1食分の献立を作成し、実際に調理する。献立作成においては、栄養バランス・調理方法・味・家族の好み・彩りというポイントをもとに料理を組み合わせ、見直しながら話し合いを進める。そして、一人一人が献立を考え調理する経験を家庭でも実践しいくことをねらいとしている。

(2)　指導観

　　児童のアンケートより、「３つの食品グループの体内での主な働き」と「五大栄養素」のどちらも知っている児童はわずか、４人（14％）であった。このことから、児童は、食品の体内での主な働きや五大栄養素の既習事項の定着が不十分であることがわかる。

　　児童の実態も踏まえ、本題材では栄養バランスを中心に1食分のこんだてを考えることを既習事項の復習も取り入れながら授業づくりをする。また、栄養についての知識及び技能を兼ね備えた栄養教諭と教材研究を進め、役割を明確にしながら連携を図ったＴ．Ｔ指導を取り入れ、教材・教具を工夫した授業展開をする。

第一次では、１食分の献立の構成する要素が分かり，栄養バランスを考えた献立作成ができるよう栄養教諭から専門的な話を聞き、アドバイスをもらいながら１食分の献立を考える。その際、家族が喜ぶような献立作りを念頭に置く。

第二次では、既習事項（ゆでる、いためる）を取り入れた調理計画を立て、その計画に基づき適切に調理する。その際、身近な食品（じゃがいも）を用いて調理計画を立てること。また、教材・教具を工夫し、グループでの話し合いやお互いに評価し合う等の工夫をする。

第三次では、家族との触れ合いや団らんを楽しくすることについて考え、家庭実践につながるよう自分なりに工夫した調理計画を立てる。その際、材料を買う時のことをイメージし、売買契約についても触れるようにする。

**３　題材の目標**

1. 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。
2. 身近な食品を用いて調理計画を立て、簡単なおかずをつくることができる。
3. 日常摂っている食事に関心を持もち、食事の役割を考えて日常の食事を大切にしようとしている。

**４　本題材での1食分の献立作成における栄養教諭とＴ．Ｔ指導とのつながり**

1. 役割を明確にしながら専門的な知識及び技能をもつ栄養教諭を効果的に活用する。
2. 献立作成につながるワークシートや教材・教具の工夫をする。

**５　題材の評価規準**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **知識・技能** | **思考・判断・表現** | **主体的に学習に**  **取り組む態度** |
| ・体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解している。  ・食品の栄養的な特徴が分かり、料理や食品を組み合わせてとる必要や１食分の献立を構成する要素について理解している。  ・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している。  ・材料に適したゆで方、いため方を理解しているとともに、適切にできる。  ・買物の仕組や消費者の役割が分かり、物や金銭の大切さと計画的な使い方について理解している。 | ・1食分の献立の栄養バランスについて問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善するなどして課題を解決する力を身に付けている。 | ・生活をよりよくしようと、栄養を考えた食事について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとしている。 |

**６　題材の指導計画と評価基準　（全12時間）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 時間 | 学習項目 | 学習活動  ♦指導形態(Ｔ．Ｔ､担任)  ☆栄養教諭の指導重点 | ねらい | 評価規準　・評価方法 | | |
| 知識・技能 | 思考･判断･表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 第  １次 | １ | バランスのよいこんだてを考えよう | 給食の献立の栄養バランスを確かめ、栄養バランスの良い献立とはどのようなものか知る。  ♦Ｔ．Ｔ  ☆給食献立から栄養  バランスについて話す | 体内に必要な栄養素の種類と働きについて理解することができる。 | 五大栄養素の種類と黄、赤、緑の3つの食品グループの体内での働きについて理解している。  ・ワークシート  ・行動観察・発表 |  | 生活をよりよくしようと栄養を考えた食事について課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。 |
| ２ | バランスのよいこんだてを考えよう | 献立の考え方（主食→主菜→副菜→汁物）を知る。  ♦Ｔ．Ｔ  ☆献立の考え方を話す  ☆机間指導（アドバイス） | 栄養のバランスを中心とした1食分の献立の考え方がわかる。 | 食品の栄養的な特徴が分かり、１食分の献立を構成する要素について理解している。 ・ﾜｰｸｼｰﾄ  ・行動観察 |  |
| ３ | バランスのよいこんだてを考えよう | ご飯とみそ汁に合う栄養バランスを中心とした１食分の献立を考える。  （グループ）  ♦Ｔ．Ｔ  ☆1食分の献立の栄養  バランスについて話す  ☆机間指導（アドバイス） | ご飯とみそ汁を中心とした黄、赤、緑の３つの食品グループがそろった１食分の献立について考えることができる。 | １食分の献立作成の方法について理解しているとともに、適切にできる。  ・ワークシート  ・家庭科ノート  ・行動観察 | 1食分の献立の栄養バランスについて、日常生活の中から問題を見出して課題を設定している。  ・ワークシート  ・家庭科ノート  ・行動観察 |
| ４  　本時 | バランスのよいこんだてを考えよう | ご飯とみそ汁に合う栄養バランスを中心とした１食分の献立を考えたり、見直したりする。  （個人、ペア）  ♦Ｔ．Ｔ  ☆1食分の献立を見直すポイントを話す  ☆机間指導（アドバイス） | 家族のことを考えてご飯とみそ汁に合う栄養バランスを中心とした1食分の献立について考え自分なりに工夫することができる。 | １食分の献立作成の方法について理解しているとともに、適切にできる。  ・ワークシート  ・行動観察  ・発表 | 1食分の献立の栄養バランスについて、日常生活の中から課題を設定し様々な解決方法を考え、計画を立てて考えを工夫している。  ・ワークシート  ・行動観察・発表 |
| 第２次  第  ２次 | ５  ６ | 身近な食品でおかずをつくろう | じゃがいもなどの身近な食品を使ったおかずの調理の仕方を知る。  ♦Ｔ．Ｔ  ☆ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ調理実演  ☆じゃがいもの皮のむき方、芽、毒について話す  （ソラニン、チャコニン） | 材料や目的に合った調理の仕方が分かる。 | じゃがいもを使った料理や調理の仕方を理解している。  ・ワークシート  ・行動観察 |  | 生活をよりよくしようと栄養を考えた食事について、課題の解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。 |
| ７ | 身近な食品でおかずをつくろう | じゃがいもなどの身近な食品を使ったおかずの調理計画を立てる。  ♦Ｔ．Ｔ  ☆調理手順について話す  ☆机間指導（アドバイス） | 材料や目的に応じたゆで方やいため方を考えて、おかずを作る計画を立てることができる。 |  | グループで調理手順を考え、役割分担し、工夫して調理計画を立てている。  ・家庭科ノート  ・行動観察 |
|  | ８  ９  10 | 身近な食品でおかずをつくろう  (調理実習) | 調理計画に基づき、安全に気をつけて一人一調理で、ジャーマンポテトを作る。  ♦Ｔ．Ｔ  ☆調理アドバイス  ☆机間指導（アドバイス）  （とくに安全面重視） | 調理計画に基づき、ゆでたりいためたりしてジャーマンポテトを作ることができる | ジャーマンポテトの調理に必要な材料の洗い方、切り方、調理の仕方、味の付け方、盛り付け方、配膳、後片付け等を理解しているとともに、適切にできる。  ・ﾜｰｸｼｰﾄ(相互評価)  ・行動観察 | 実習した結果を評価したり、改善したりし分かりやすく表現している。  ・ワークシート  (相互評価)  ・家庭科ノート  ・行動観察  (調理実習) | 生活をよりよくしようと家族のために食事の仕方を工夫し実践しようとしている。  ・ワークシート  ・発表 |
| 第  ３次 | 11  12 | 楽しく、おいしい食事をく  ふうしよう | 家族との食事を楽しくする工夫を考え、家庭での実践計画を立てる。  ♦担任 | 日常の食事の役割や大切さに気づき、家族と楽しく食事をしようとしている | 買物の仕組みの売買契約について理解している。 |  |

**７　ワークシート、市販家庭科学習ノート（県版）の活用の工夫**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時間  全12時 | | 自作ワークシート | 市販家庭科学習ノート |
| 第  １  次 | １ | ワークシート①「給食のこんだてしらべ」  めあて：給食の献立は栄養バランスがいいか調べよう |  |
| ２ | ワークシート②「こんだての立て方」  めあて：1食分の献立の立て方を考えよう |  |
| ３ | ワークシート③(宿題)「お家の人にインタビュー」  めあて：家族の心も体もよろこぶ1食分の献立を考えよう | 家庭科ノートP26､27　1食分のこんだてを考えよう  めあて：栄養バランスを考えながら1食分の献立を考えよう |
| ４  本時 | ワークシート④「こんだてを見直そう」  めあて：家族の心も体もよろこぶ1食分の献立を見直そう |  |
| 第  ２  次 | ５  ６ | ワークシート⑤「じゃがいもしらべ」  めあて：じゃがいものちがいを調べ、それぞれに合う調理を考えよう  ワークシート⑥「じゃがいも調理」  めあて：ジャーマンポテトの作り方を実演から学ぼう |  |
| ７ |  | 家庭科ノートP28､29計画を立てておかずをつくろう  めあて：一人一調理の調理計画を立てよう |
| ８  ９  10 | ワークシート⑦（相互評価）「一人一調理に挑戦しよう」  めあて：一人一調理に挑戦しおいしいジャーマンポテトを作ろう | 家庭科ノートP28､29調理の手順を考えて実習しよう  めあて：一人一調理に挑戦しおいしいジャーマンポテトを作ろう |
| 第３次 | 11  12 | ワークシート⑧「買物の仕組みについて考えよう」  めあて：買物の仕組について考えよう | 家庭科ノートP30楽しくおいしい食事をくふうしよう  めあて：家族との食事をより楽しくする方法を考えよう |

**８　本時の学習指導（第４時/全12時間）**

(1) 小単元名　バランスのよいこんだてを考えよう

(2) 指導目標

　　　ご飯とみそ汁を中心とした「黄、赤、緑の３つの食品グループ」のそろった１食分の献立に

ついて考えたり、家族のことを考えて自分なりに工夫したりすることができる。

　(3) 本時の評価規準

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 【評価の観点】  評価規準 | 判定の基準 | | | 評価方法 |
| A十分満足できる | B概ね満足できる | C支援の具体的な方法 |
| 【知識・技能】  ・１食分の献立作成の方法について理解しているとともに適切にできる。 | 家族のことを考えた１食分の献立作成について、栄養バランスの整った献立を立てている。 | １食分の献立作成について、栄養バランスの整った献立を立てている。 | 教師の見本を参考にして１食分の献立を確認させる。 | ワークシート  行動観察 |
| 【思考・判断・表現】  ・１食分の献立の栄養バランスについて日常生活の中から課題を設定し様々な解決方法を考え、計画を立てて考え  を工夫している。 | 家族のことを考えて立てた１食分の献立の栄養バランスについて、家族の課題から解決方法を自分なりに考え、工夫して適切に見直している。 | 家族のことを考えて立てた１食分の献立の栄養バランスについて考え、工夫して見直している。 | １食分の献立の栄養バランスについてアドバイスする。 | ワークシート  行動観察  発表 |
| 【主体的に学習に取り組む態度】  ・生活をよりよくしようと栄養を考えた食事について課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。 | 家族の個々の特徴を考えて立てた１食分の献立や材料の選び方について課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている | 家族のことを考えて立てた1食分の献立や材料の選び方について課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。 | 教師の助言を参考に1食分の献立や材料の選び方について課題に気づかせ解決に向けて取り組ませるようアドバイスする。 | ワークシート  行動観察 |

(4) 準備する教材・教具

　　　 ・黄、赤、緑の３つの食品グループ表　・レシピカード　・ワークシート　・電子黒板

(5) 本時の展開

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 過程 | 学習活動 | 教師の指導・支援 | | 🔶準備  〇評価方法  【評価規準】 |
| Ｔ１（担任） | Ｔ２（栄養教諭） |
| 導  入  10  分 | １　前時に考えた「１食  　分の献立」を振り返り、　本時の学習の見通しをもつ  Ｔ１：のび太君の考えた1食分の献立を見てみよう。 | ・ご飯とみそ汁を中心とした１食分の献立を見直すことを確認する。  ・仮想の人物を設定し、児童に興味関心を持たせる。 |  |  |
| 展  開  30  分 | ２　めあてを確認する  ３　献立の見直しの手順  を知る  　Ｔ１：献立を黄、赤、緑の３つの食品グループに分類しよう  　Ｃ：緑の食品が足りない  Ｃ：彩りがよくない  Ｔ１：見直してみよう  　Ｔ２：献立作成のポイント、見直しポイントを確認しよう  　　　〈ポイント〉  　　　・栄養バランス  　　　・彩り  　　　・調理法  　　　・旬の食材  　　　・味　　　　等  ４　前時に考えた家族が喜ぶ献立の見直しをする  ①食品の分類  ・自分の考えた献立で使う食品を黄、赤、緑の３つの食品グループに分類する。  ②ペアで交流  ・良い点、改善点などをペアでアドバイスし合う。  ③見直す  ・自分で再度見直す。  ５　見直した献立について発表する | **めあて　家族の心も体もよろこぶ１食分のこんだてを見直そう**  ・献立の例を紹介する。  ※栄養バランスに課題のある献立  を提示する  ・献立の例を３つの食品グループに  分類しながら栄養のバランスを確  認する。  <机間指導>  ・食品を黄、赤、緑の3つの食品グループに分けて、栄養バランスを確認させる。  ・ペアで見せ合い良い点や改善点をワークシート内に書かせる。  ・友達のアドバイスも参考にしながら献立を見直す。  ・見直しで困っている児童には今までに学習した調理方法（ゆでる・いためる・ゆでてからいためる）を使ってはどうか助言する。  ・献立を見直すことのできた児童に、見直したポイントとその理由が分かるように献立を発表させる。 | ・献立作成のポイントを復習しながら見直しのポイントについて説  明する。(栄養バランス、彩り、調  理法、旬の食材、味等はどうか)  ・献立の例の栄養面でどこのバランスが悪いのか、どのような食品やおかずを足した方がいいのかを確認する。  ・食品を黄、赤、緑の３つのグル  ープに分けて足りない食品や多すぎる食品があることを知ることで見直しが必要なことに気付かせる。  ・給食センター調理場で献立を決め  る際の手順や気を付けていること  を知らせる。  <机間指導>  ・みそ汁の実(具)を工夫したり、副  菜の材料を増やしたりするなど、献  立の栄養バランスを整えるための  助言をする。  ・いろいろな食品を組み合わせて食べることの意味や大切さを伝える。  ・偏った栄養素や不足している栄養素など栄養のバランスについて理解できていない児童やペアを中心に支援していく。  ・どのように改善したらいいかわからない児童には足りない栄養素を一緒に確認し、給食献立表やレシピカードの中から主菜等を探し出すよう助言する。  ・栄養のバランスが良く、しっかり見直しができたことを称賛する。  ・さらに良くなるポイントがあればアドバイスする。 | ♦献立の例  ♦主食、主  菜、副菜、汁  物カード  ♦黄、赤、緑  の３つの食  品グループ  表  ♦献立作成  のポイント  カード  🔶ワークシート③④  〇ワークシート  〇行動観察  【知識・技能】  １食分の献立作成の方法について理解しているとともに適切にできる。【思・判・表】  １食分の献立の栄養バランスについて日常生活の中から課題を設定し様々な解決方法を考え、計画を立てて考えを工夫している。  ○ワークシート  ○発表 |
| まとめ  5分 | ６　本時の学習を振り返り、次時の学習内容を知る | ・今日学んだことを生かして次時は  身近な食品でつくる主菜の学習で  あることを伝える。 |  |  |

|  |
| --- |
| めあて　**家族の心も体もよろこぶ1食分のこんだてを見直そう**  献立作成のポイント  （見直しポイント）  　緑  　赤  　黄  3つの食品グループ  献立の例  　　まとめ  ・栄養バランス　・彩り  ・調理法　　　　・旬の食材  ・味  　※足りない時は、みそ汁の  実（具）で補う  献立の例を黄・赤・緑の３つ  の食品グループ、（五大栄養素）に分ける  ※家庭科の味方・考え方表示  　五大栄養素 |

(6) 板書計画