

小学5年1組 家庭科学習指導案

指導者 竹吉 昭人

3回の調理実習を通して、みそ汁を作るためにどのような実を選べばよいか計画を立てていくことは、子どもたちが各家庭で家族の実態や健康など目的に応じてみそ汁を作ろうとする実践的な態度を育てるうえで有効であったか。

1 題材名 思いをこめて、おいしいごはんとみそ汁を作ろう

2 授業の構想

(1) 好きな物を・好きな時に・好きなだけ食べることができる飽食の時代に生きる子どもたち。意識しなければ食事のありがたさを感じることも少ない。また、小学5年生という段階では、食生活に主体的に関わる機会が少なく、家の人に用意してもらったものを食べるのが現状である。さらに、近年日本の食生活は多様化してきており、パンやパスタなど世界各国の主食を取る機会が多くなり、我が国の主食であるごはんの消費量が減ってきている。一方では日本食の栄養バランスの良さが日本のみならず世界各国でも認められ、ごはんやみそ汁のよさが改めて注目されている。

本学級の子どもたちを見てみると、ごはんの場合、毎日食している子どもが全員であるのに対して、みそ汁は毎日1食以上食している子どもが半数、週のうち2～3回食している子どもが半数、ほとんど食さない子どもが2名であった。このことから、本学級の子どもたちにとって、ごはんは日常食として位置づけられ、みそ汁をほとんど食さない子どもも2名いたが、全体的には週に2～3回以上食していることから、最も身近な汁物として位置づいていると考える。

また、家庭での調理の経験には個人差があり、1週間のうち、数回家族の手伝いをする子どもが半数、月に数回や年に数回しかしない子どもが半数である。その手伝いの内容も様々であり、何かのおかずを全て自分の力で作る子どもから、食材を準備したり切ったり、味をつけたりと部分的なお手伝いをしていく子どもがいる。しかし、5年生からの家庭科の学習を受けて、4年生までと比べ各家庭で調理に携わる機会が増えており、調理実習前後には実習で扱うものを各家庭で作ってみる子どももいる。このような、家庭生活において実践しようとする意欲や態度を育むことをねらいとし、これまでに、家庭生活をふりかえり、家族の仕事について自分にもできる仕事はないか、考えを出し合う中で、調理についても関わっていききたいという思いを高めたり、お茶や白玉団子、野菜をゆでる学習を通して調理の基礎的な知識や技能を高めたりしてきている。

(2) 本題材では、子どもたちにとって最も身近であり、日本の伝統的な日常食であるごはんとみそ汁について学習する。ごはんは日本人にとって主食であり、米は栄養的にも炭水化物(糖質)をはじめエネルギー源として大変優れている。また、様々なおかずに合うとともに、ごはんを用いた料理もたくさんある。そして、みそは古くから親しまれている調味料であり、みそ汁は、みそやだし、入れる実に応じて様々な味が楽しめるとともに、高い栄養価を持ち、入れる実によってさらに栄養価を高めることができる。ごはんとみそ汁は普段の食事で組み合わせることが多く、わたしたちの食生活をコーディネートしていくうえでも切り離すことのできないものである。

よって、本題材では、ごはんとみそ汁を作るための必要な知識や技能を習得するとともに、家族の実態や健康など目的に応じて実を選んだり、その調理方法を考えたりすることで、家庭生活においてごはんやみそ汁をつくらうとする実践的な態度を育むことをねらいとしている。そのために、3回の調理実習を行う。3回の実習を通して、グループや個人で計画、実践したことを学級全体で交流し、考えを深め合うことで、目的に応じた実の選び方や調理方法を考える力、計画を立てる力、調理をする力を育みたい。また、みそ汁作りに対して自信を高めながら、自分の好み中心から、家族を意識したみそ汁を作

ることで、各家庭での実践的な態度をより高めて行くことができると考えた。

さらに、家族の健康を考える際には、栄養バランスを考慮する視点も必要であり、新学習指導要領において「体に必要な栄養素の種類と働き」が加わったこともふまえ、みそ汁作りを通して、栄養素についての理解の深まりも期待できる。

小学校家庭科の学習を通して、自分の食生活をふり返り、基礎的基本的な知識や技能を身につけるとともに、個々の食生活に主体的に関わろうとする態度を育み、各家庭の実態に応じ、生活をよりよくしていこうと工夫し実践する力を養いたい。本題材で学習したごはんのみそ汁の作り方をふまえ、第6学年での1食分の献立を立てる学習につなげ、中学校の1日分の献立作りや地域の食文化をふまえた調理に発展させ、豊かに生活を創造する力につなげ、生活の自立に向けたステップアップを図っていきたい。

(3) このように、題材のもつ性質と本学級の児童の実態を踏まえた上で、各家庭でごはんのみそ汁を作ろうという実践的な態度を高めていくために、本題材を以下のように展開していく。

第1次では、まず、日本の伝統的な日常食であるごはんのみそ汁について、なぜ日本の日常食として生活に根付いてきたか、ごはんのみそ汁のよさについて考える。ごはんのみそ汁は、日本の風土に合い、栄養面や味、他のおかずとの組み合わせとしても大変優れたものである。これらのことを普段の食生活をふり返りながら再考し、気づいていくことで関心をもち、学習に対する意欲を高めていきたい。そして、ごはんの学習では、各家庭で日常的に使用している炊飯器の観察を通して、炊飯器の中の音や、湯気に着目させ、炊飯器の中でごはんがどうなっているか考え、透明鍋で実際に炊飯をしながら、ごはんが炊けるまでの過程や様子を理解できるようにする。

第2次では、みそ汁について学習をし、3回の調理実習を行う。1回目の調理はグループで共通の実を用いて行う。だしの取り方、実の切り方や入れ方、みその香りを損なわない扱い方など調理の基礎的な知識や技能をおさえながらすることで、技能の定着を図るとともに、みそ汁作りに対して自信をつけていきたい。そして、2回目の実習では、各自で自分の好みに合ったみそ汁を作る。1回目では、共通の実で調理を行っていることから、自分は違う実を入れてみたいといった思いを大切にしながら、その実に応じた調理方法を考えながら実習する。また、友だち同士で試食しながら、お互いのみそ汁の良さや、もっと工夫できる場所など交流し合って、3回目の調理に活かしていく。3回目の調理では、自分の作ったみそ汁を家族に食べてもらいたいという思いを大切にしながら、計画を立て調理をしていく。

本時は、3回目の実習計画を立てる場面である。前時に自分が作ったみそ汁を他者に食べてもらうことの喜びを感じた子どもたちは、家族にも自分の作ったみそ汁を食べてもらいたいという思いをいさぐであろう。そこで、家族を意識しながら、家族の好みに限らず、実態や健康をふまえながらどんなみそ汁を作るか、それに応じた実の選び方や調理方法はどうかなど、意見を出し合いながら追求し、各家庭に応じたみそ汁を作る計画を立てる。学級全体で追求する中でも、個で自分の目的に応じたみそ汁を考える時間を設け、さらにグループでその考えを深め合うといった学びの場を設定することで、各家庭における実践的な態度を育んでいきたい。

3 展開計画（全16時間 本時12／16）

次	主な学習	時	具体的な学習・内容（◇印は、学級全体の学び合いの場面）
1	ごはんのみそ汁のよさを考える おいしいごはんを炊く	1	・日本の主食としてのごはんのよさや特徴について考えると共に、みそ汁のよさや特徴について考える。
		2	・炊飯器を用いてごはんができるまでの過程を観察させ、ごはんの作り方を考える。
		3	・考えたごはんの炊き方を踏まえながら、ごはんを炊く計画を立てる。
		4	・ガスコンロを用いて、透明なべでごはんを炊く。ボタンを押した後の炊飯器の中の様子を知りながら、ごはんの炊き方を理解していく。
		5	

2	思いをこめたおいしいみそ汁づくりをする。	6	・実の異なるみそ汁を飲み比べ、味の違いに気づき、みそ汁への興味関心を高めるとともに、みそ汁に入れたい実を考える。
		7	・とうふ、油あげ、ねぎの入ったみそ汁を作る。
		8	・みそ汁について、実の切り方や入れるタイミング、みその入れ方など調理方法を中心に確認しながらふり返る。
		9	・次時の計画を立てる。
		10	・個々で考えたみそ汁を作る。
		11	・友だち同士で試食しながら、その良さや工夫できるところなど話し合い、自分が作ったものを食べてもらうことの喜びを感じる。
		⑫	・家族のためにどのようなみそ汁を作るか考える。 ◇各家庭でみそ汁を作ることを想定しながら、家族のためにどのようなみそ汁を作ればよいか、そのためには、どのような実を選び、調理をしていけばよいか考えている。
		13	・計画を立てる
		14	・家族のことを思いながら、個々に調理をする。
		15	・調理をふりかえり、家庭での実践計画を立てる。 ・各家庭で実践する（課外）
		16	・各家庭での実践を共有し、目的に応じたみそ汁を作ることのよさや調理方法についてふり返る。

4 評価計画

次	時	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	1	ごはんのみそ汁に関心をもち、進んで学習に取り組もうとしている。	炊飯器の変化とガスコンロを用いた炊飯を関連づけながら、ごはんの炊き方を工夫している。	ガスコンロを用いてごはんを炊くことができている。	ごはんのみそ汁の特徴やよさがわかる。 ごはんができるまでの過程を理解している。
	2				
	3				
	4				
	5				
2	6	進んで調理計画を立てている。	家族のために、目的に応じたみそ汁を工夫して計画を立てている。	調理器具を安全に扱いながら、みそ汁を作ることができる。	みそ汁の調理方法を理解している。
	7				
	8				
	9				
	⑫				
	16				

5 本時の学習

(1) ねらい

家族のためにおいしいみそ汁を作りたいという願いのもと、目的に応じた実の選び方やその調理方法を話し合いながら考えることができる。

(2) 展開

学習場面と子どもの取り組み	教師の支援と願い・評価 (◎は学び合いのためのはたらきかけ)
1. 前時に、友だちに自分の作ったみそ汁を食べてもらったことを中心にふりかえる。 ・友だちからおいしいと言ってもらえてよかった。	・前時で作ったみそ汁の写真を提示しながら、ふりかえる。 ◎自分の好みで作ったみそ汁を友だちに食べても

<ul style="list-style-type: none"> ・自分は実が大きい方が好きだけど、友だちは、小さい方が好きなのが分かった。 ・友だちだけでなく、家族にも自分が作ったみそ汁を食べてもらいたい。 	<p>らうことで、相手においしいなど、感想を言ってもらえることの喜びを感じるとともに、「次はだれかのために作りたい」という問いかけをしながら家族への焦点化を図る。</p>
<p>家族のために、おいしいみそ汁を作るための計画を立てよう。</p>	
<p>2. 計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・みそ汁を作る計画を立てられる子 → ・みそ汁を作る計画を立てられない子 → <p>3. 計画について、全体で深める。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族の好みに合わせて、みんなの好きな実を1品ずつ入れたみそ汁を作る。 ・あまり固いものが食べられないおばあちゃんのために、とうふやふ、たまねぎなどやわらかいものを入れたみそ汁を作る。 ・朝忙しいお父さんのために、早くて簡単にできるとうふ、油揚げでみそ汁を作る。 ・好き嫌が多い妹のために、妹の好きなじゃがいもを入れつつ、きらいなにんじんも食べられるように細かくして入れたみそ汁を作りたい。 ・Aさんの好みに合わせた実を選ぶことはきっとみんなが喜ぶと思うけど、野菜が少ないので入れた方がいいと思う。 ・おばあちゃんのための実は、実の種類をやわらかいものにするのはいいアイデアだと思った。それに加えて、ゆでる時間を長くすると、やわらかくなるのでいいと思う。 <p>4. ふりかえりをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おばあちゃんのためにやわらかい実を選んだけど、彩りをよくするために、ネギを細かくして入れたり、にんじんも小さく切って、長く煮たりしていきたいです。 ・お父さんの栄養のために、乾燥わかめや刻みネギを入れることで、時間もさほどかからない上に、ビタミンや無機質も入れるようにしたいです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・思いと計画が合致していることを認めながら、より思いに沿った計画になるように他の実の選び方や調理の仕方はないか問いかける。 ・家族に対する思いをふくらますことができるように、家族の中で具体的な相手をしぼるようにはたらきかける。 ・子どもたちの立てた計画の中から、子どもたちの計画の傾向を考慮し左に挙げたような3～4つの計画を取り上げる。家族のためという思いのもと、その目的に応じたみそ汁を作る計画について学級全体で話し合う。 <p>◎それぞれの計画の良さを認め合いながらも、家族のためという思いを実現させるために、もっといい実の選び方はないだろうか、またその調理方法はないだろうか。彩りや味、栄養バランスなど考慮しながら、もっとおいしいみそ汁になるのではないかなどと問いかえすことで、より目的に応じたみそ汁になるような計画が立てられるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ふりかえりの視点として、それぞれの思いに沿った実の選び方や調理方法になっているかに焦点をしぼり、個々に考えたみそ汁についてふり返ることで、みそ汁も目的に応じて様々な実の選び方や作り方があることに気づくようにする。 <div data-bbox="826 1892 1444 2072" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">評価の観点（生活を創意工夫する能力）</p> <p>家族のことを思い工夫しながら次時の計画を考えるようとしている。</p> <p style="text-align: center;">【評価方法 ワークシート、発表、行動観察】</p> </div>