

第5学年 家庭科学習指導案

1、 単元名 作っておいしく食べよう

2、 単元目標

- ・ 毎日の食事や食事に使われている食品に関心を持つことができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ・ 食品の栄養的な特徴や体内でのおもなはたらきがわかり、食事をバランスよくとることができるようにする。(知識)
- ・ 手順を考えてご飯と味噌汁の調理計画を、工夫して立てることができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ・ ご飯や味噌汁を作ることができるようにする。(技能・知識)

3、 知的好奇心を引き出すための工夫

(1) 指導の工夫

本単元は日本人の食の基本となるご飯と味噌汁を取り上げ、伝統的な食事であることを理解し、自分で作れるようにするのが一つ目のねらいである。二つ目は、日常とっている食事を改めて見つめなおし、将来にわたって健康を保ち、成長していくためには、栄養的にバランスの取れたバランスのよい食事を楽しむことが大切であることを理解し、日常生活に生かしていくことができるようにすることである。

米飯に関しては、日本人の食生活から切り離すことのできない食品であるが、あまりにも身近にありすぎ関心が低く、炊飯の方法にしても、便利な器具を使うことが当たり前になっていたりする現代、改めて、米の洗い方、水加減、浸水時間などを調べ、加熱により硬い米がやわらかいご飯になる変化を実感的に捉えさせていきたい。

また、味噌汁に関しては、主な栄養素を学習した後で、バランスのよい味噌汁を計画したり、だしのとり方、実の切り方や入れ方、味噌の味や香りを損なわない扱い方を調べたりして、味噌汁を調理させたい。

そこで、意欲を持ってこれらの活動を行うために次のような手立てを考えた。

題材の導入では学校栄養士が給食の献立を使った授業を行い、日ごろ視点を持っていない自分の食生活への関心を児童に待たせるようにする。

バランスのよい食事に関心を向けたところで、3つの栄養素が満たされる味噌汁の計画を立てさせる。

米が吸水・加熱・蒸らしを経てご飯になる家庭を観察することを通して、米がご飯になるまでの変化をつかみ、『調理』の意味を知ると共に、おいしいご飯を炊こうという意欲と見通しを持たせたい。

ご飯と味噌汁を同時に調理する計画を立て、調理実習していく。

(2) 指導計画(10時間 本時5/10)

第1次 バランスのよい食事をしよう(3)

- ・ どんなものを食べているのだろう
- ・ バランスのよい食事をしよう
- ・ バランスのよい味噌汁の献立をたてよう

第2次 ご飯や味噌汁の作り方を学ぼう(4)

- ・ 味噌汁の作り方
- ・ 米の吸水、加熱による変化(本時2時間)

- ・ ご飯の作り方
- 第3次 ご飯と味噌汁を同時に調理しよう(3)
- ・ ご飯と味噌汁の調理計画を立てよう
 - ・ ご飯と味噌汁の調理実習をしよう

4、本時

(1) 本時の目標

米が吸水・過熱・むらしを経てご飯になる過程を観察することを通して、米がごはんになるまでの変化をつかみ『調理』の意味を知ると共に、おいしいごはんをたこうという意欲とそのための見通しをもつ。

(2) 本時の展開

学習活動	指導上の留意点(評価)
<p>1 ご飯を試食し、米がご飯になるまでに何が必要なのかを生活経験から出し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 初めに米を洗うよ ・ 炊飯器にセットしてスイッチを押して待てばできている。 ・ 炊飯器の中でどんなことが起きているか知らない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ご飯を試食させ、おいしいご飯を炊くための方法を知りたいという意欲付けを図る。 <p style="text-align: center;">おいしいご飯の炊き方を調べようとしている。(関心・意欲・態度)</p>
<p>2 米がご飯になるまでの変化を調べ、おいしいご飯をたくためのポイントをつかむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 服装と手洗い ・ ビーカーなどの取り扱い ・ ガスこんろの使い方 ・ 実験手順の確認 ・ 記録の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 衛生と安全の留意点を確認する。 <p>実験への意欲を持つことができたか(関心・意欲・態度)</p>
<p>3 炊飯の実験をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 時間の経過と共に米の状態や味・硬さを観察する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 時間の経過と共に米の動きや米がご飯になっていく様子、水分の変化について観察させる。
<p>4 気付いたことや感想をまとめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 米は洗っただけで少し膨らみ、かんでみると砕けやすくなっている。 ・ 沸騰したばかりだとまだ米は硬い。 ・ 炊き上がると水は米に含まれてしまった。 	<p>進んで実験に参加しているか。(関心・意欲・態度)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 五感を使って米からごはんになる過程をつかませることにより吸水や水加減、火加減、むらしなどのすべてが必要であることに気付かせる。 ・ 素材に働きかけて食べられる状態に変化させることを『調理』と呼ぶことをおさえる。 <p>おいしいご飯を炊くために必要なポイントをつかむことができたか(知識・理解)</p>