

第5学年1組 家庭科学習指導案

日 時 令和5年11月21日(火) 第5校時

場 所 5年1組教室

児童数 29名

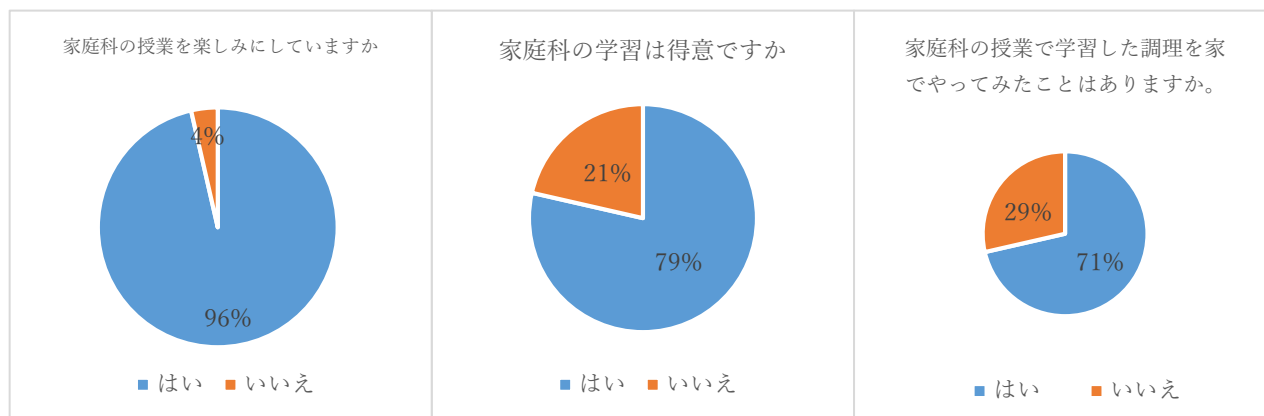
授業者 教諭 山田有佳里

1 題材名 「食べて元気に」 B(1)ア(2)ア(ア)(イ)(ウ)(オ)イ(3)ア(ア)(イ)A(1)ア

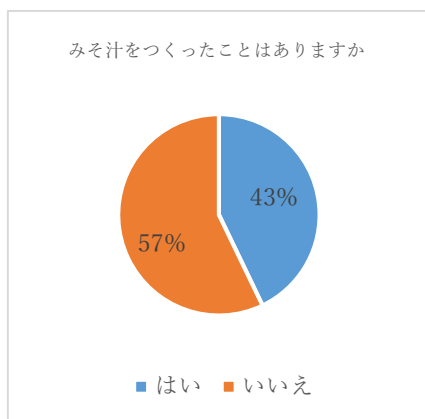
2 題材について

(1) 児童観

本学級の児童は、家庭科の授業を楽しみにしている児童が96%と非常に多く、意欲的に授業に取り組むことができる。1学期の調理の学習では、ゆでる調理について学び、ゆでいもを作る実習を行った。それぞれ手順をしっかりと把握しながら実習を行うことができた。しかし、児童の様子を見ていると、生活経験に差が多く、知識や技能に個人差がみられる。そこで、本学級の実態をとらえるため、アンケートを行った。



以上のことから家庭科で学んだことが身に付き、家庭でも実践することができている児童が多い。家庭科が得意であると考えている児童も多いことから、2学期・3学期も家庭科が好きで得意であると思える児童をより増やしていけるようにしたい。



また、本題材のみそ汁や、栄養についてアンケートを行った。みそ汁を作ったことがない児童が43%であることから、みそ汁をつくる技能を学ばせたい。食事をする意味について聞いたところ、「美味しいから」などの答えも見られたがその中に、「栄養をとるため」「健康でいるため」などの答えも見られたことから授業の中で栄養素の種類と主な働き、食品の栄養的特徴などを理解させるようにしたい。

(2) 題材観

本題材は、「B 衣食住の生活」の（１）「食事の役割」と（２）「食事の基礎」と（３）「栄養を考えた食事」と「A 家族・家庭生活」の（１）「自分の成長と家族・家庭生活」の関連を図った題材である。自分の食生活について課題をもって栄養素の種類と主な働き、食品の栄養的特徴及び１食分の献立作成に関する基礎的・基本的な知識を身に付けることをねらいとしている。

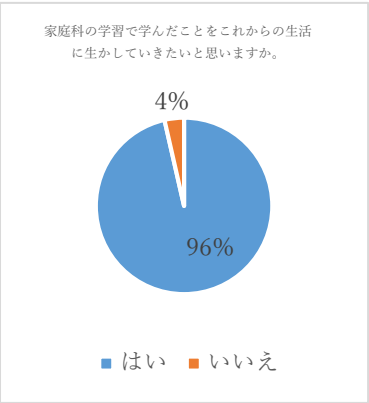
「よりよい食生活」の実現に向けて、「健康」という見方・考え方を働かせながら自分の食生活の改善への具体的な見通しをもち、学校や家庭の食事の場で実践できる児童を育てる。

健康的な食生活を送ることを意識するために、児童が栄養的な知識や考え方の必要性を感じ取り、実際の生活でどのような改善ができるかを具体的に考えさせるようにする。

(3) 指導観

１学期にゆでる調理実習・なぜ調理をするのかを学習した。今までの学習を踏まえてなぜ食事をとるときに様々な食品を食べるのかというところから、栄養バランスに着目させ６年生で行う献立を立てる学習につながるようにしたい。

家庭科の授業において児童は、生活に生かせる知識や技能を身に付けたり考えたりすることを楽しみにしている。全体の 96%の児童が家庭科の授業で学習したことを生活に生かしていきたいと考え、授業で身に付けた知識や技能を日常生活で実践していけるような態度を育てたい。



3 題材の目標

- (1) 食事の役割と食事の大切さ、我が国の伝統的な配膳、伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について理解するとともに、それらに係る技能を身に付ける。
- (2) 食品の栄養的な特徴が分かり、身体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解する。
- (3) おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調理の仕方について課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価し、考えたことを表現するなどして課題解決する力を身に付ける。
- (4) 家族の一員として、生活をよりよくしようと、伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返ったりして生活を工夫し、実践しようとする。

4 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
①食事の役割が分かり、日常の食事の大切さについて理解している。 ②我が国の伝統的な配膳の仕方について理解している。 ③調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。 ④伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方を理解しているとともに、適切にできる。 ⑤食品の栄養的な特徴が分かり、身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。	①おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調理の仕方について課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価、改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身につけている。	①家族の一員として、生活をよりよくしようと、食事の役割、伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、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。

5 題材の指導と評価の計画（9時間扱い）

時間	○ねらい・学習活動	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
1	○なぜ、食事が必要なのかに気づき、ご飯とみそ汁作りのための米やみその特徴がわかる。 ・毎日の食事について振り返りなぜ食べるのかを知る。 ・米やみその特徴について調べる。 ・家庭でおいしいご飯の炊き方を聞いてくる。	①食事の役割が分かり日常の食事の大切さについて理解している。（観察） ②我が国の伝統的な配膳の仕方について理解している。（観察）	①おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調理の仕方について計画を立て、実践し、振り返っている。（ワークシート）	①伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。（ワークシート）
2 3	○ご飯炊きの調理の仕方を理解するとともに、ご飯炊きの技能を身に付ける。 ・おいしくご飯を炊くための調理の仕方を知る。 ・透明な鍋で炊飯を行い、米の変化を観察する。 ・みそ汁の作り方を家庭で聞いてくる。	③ご飯炊きの調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。（ワークシート） ④ご飯炊きの調理の仕方を理解するとともに、適切にできる。（観察） ②我が国の伝統的な配膳の仕方について理解している。（観察）		
4 5	○和食の基本となるだしや、みそ汁の調理の仕方を理解するとともにみそしるづくりの技能を身に付けている。 ・だしの重要性を感じる。 ・みそ汁を作る手順を調べる。	③みそ汁の調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。（ワークシート） ④みそ汁の調理の仕方を理解するとともに、適切にできる。（観察） ②我が国の伝統的な配膳の仕方について理解している。（観察）		

6	○オリジナルのみそ汁作り・お米の炊飯の計画を立てる。 ・どのように工夫したら家の人の好みに合うみそ汁が効率よく調理ができるか考える。		②おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画について考え工夫している。(ワークシート)	②伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、課題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。(ワークシート)
	○家庭実践			
7	○食品に含まれている主な栄養素の主な働きにより、食品を3つのグループに分ける方法が分かる。 ・食品を食べた際の体内での主な働きは、含まれる栄養素によって違うことを知り、食品が3つのグループに分けられることを知る。	⑤食品を3つのグループに分ける方法を理解している。(ワークシート)		
8 本 時	○食品の栄養的な特徴について課題の解決に向けて主体的に取り組み、五大栄養素の種類と体内での働きが分かる。 ・食品を見て3つのグループに分ける。 ・3つのグループがそろっていればバランスが良いわけではないことを知る。 ・食品は五大栄養素に分けられることを知る。 ・主食・主菜・副菜を組み合わせることにより栄養バランスの整った食事になることを知る。	⑤五大栄養素について知り、主食・主菜・副菜を組み合わせることにより、栄養バランスの整った食事になることを理解している。(ワークシート)		
9	○実践報告会をしよう。 ・家でのみそ汁とご飯の実践を写真などを使って報告する。 ・実践を自分で振り返る。		③おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調理の仕方について、実践を評価したり、改善したりしている。(ワークシート) ④おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調	③伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について工夫し、実践しようとしている。(ワークシート)

			理の仕方についての課題解決に向けた一連の活動について、考えたことをわかりやすく表現している。(ワークシート)	
--	--	--	--	--

6 本時の学習指導（本時8/9時）

（１） 目標

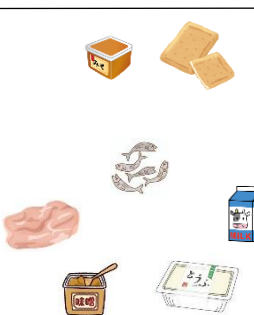
五大栄養素の分け方を理解し、食品を組み合わせることにより、栄養バランスの整った食事になることを理解している。【知識・技能】

（２） 展開

時間 (分)	学習指導 ・ 児童の活動	○教師の支援と指導上の留意点 ◇評価規準 →手だて
導入 (8分)	1 前時の復習。 ・3つのグループには、何があったか、実習した食材や林間学校で使った食材、給食に出てくる食材はどこに分類されるかを全体で確認する。 2 本時の学習課題を知る。 五大栄養素を調べ、3つのグループに分けてみよう。	○3つの色の食品グループについて意識させるためにそれぞれどんな食品があったかを確認する。 ○どこに分類されているかを児童と確認しながら黒板に掲示していく。 ○五大栄養素というものがあることを伝え、子どもたちが生活経験を通して考えていけるようにする。
展開 (4分)	3 知っている栄養素を発表する。 ・今まで学習した栄養素や、聞いたことのある栄養素などを発表する。	○今までに学習した内容や普段の経験から考えるよう声掛けする。 ○画面共有でロイロノートを映し、児童から出た栄養素を書いていく。
(6分)	4 出た栄養素をグルーピングしていき、五大栄養素を確認する。 ・五大栄養素は、炭水化物・脂質・タンパク質・無機質・ビタミンであることを知る。	○児童に問いながら、グルーピングする。 ○画面共有でロイロノートを映し、テキストを動かしてグルーピングする。
(10分)	5 五大栄養素は3つのグループのどこに分類されるかを個人で考え、グループで意見を共有する。	○普段の給食の放送や今まで学習してきたことを思い出しながら考えるよう促す。 ○なぜそのように分けたかをグループで共有する。
(5分)	6 全体で五大栄養素は3つのグループの	○児童のタブレットを画面共有し発表できるように

	どこに分類されるのかを確認する。 ・主にその栄養素がふくまれていることを確認する。	する。 ◇五大栄養素の分け方を理解している。 →机間指導 →タブレット
終末 (7分)	7 学習のまとめをする。 五大栄養素は 3 つのグループに分けることができる。 3 つの食品グループから色々な食品を組み合わせることで五大栄養素をバランスよくとることができる。	◇食品を組み合わせることにより、栄養バランスの整った食事になることを理解している。 →発言・タブレット
(5分)	8 学習を振り返り、明日からの食事のように生かしていきたいかを書く。	○本時の授業で学んだことを生かして書くよう声掛けをする。

7 板書計画

④ 五大栄養素を調べ3つのグループに分けてみよう。				
	主にエネルギーになる 黄色の食品	主に体をつくる 赤色の食品	主に体の調子を整える 緑色の食品	題材計画
				
五大栄養素	炭水化物 脂質	たんぱく質 無機質	ビタミン	
⑤ 五大栄養素は3つのグループに分けることができる。 3つの食品グループから色々食品を組み合わせることで五大栄養素をバランスよくとることができる。				