

家庭科 学習指導案

平成 27 年 1 月 28 日 (水) 第 6 限目・本校 4 階 LL 教室  
第 2 学年 家庭総合 2 年〇組 (男子〇名・女子〇名)

1. 単元名 子どもと共に育つ (教科書 家庭総合～自立・共生・創造～東京書籍)

2. 単元の目標

- ・子どもの発達と保育について関心を持ち、実践的・体験的な活動を通して、意欲を持って主体的に学習活動に取り組んでいる。(関心・意欲・態度)
- ・子どもの発達を支える親の役割や、地域や社会の果たす役割について認識させるとともに、子どもを生み育てることの意義について考える。先に行った食物(食事計画)の知識をもとに、幼児期の献立を適切に判断し、表現している。(思考・判断・表現)
- ・栄養、調理および食品衛生などについて理解し、必要な知識と技術を習得し、安全に配慮して調理することができる技術を調理実習を通して身に付けている。(技能)
- ・乳幼児の身体の特徴や発達、心の発達、遊びの発達など、発達段階による特徴を理解するとともに、親として子どもと共に育つために必要な知識を身に付けている。子どもの発達と生活、子どもの福祉などについて理解している。(知識・理解)

3. 単元の指導計画 (計 11 時間)

- 第 1 次 命を育む (妊娠・人工妊娠中絶・胎児の成長・母体の健康管理) . . . 3 時間
- 第 2 次 子どもの育つ力を知る  
(乳幼児の身体の特徴と発達・心の発達・遊びの発達) . . . 3 時間
- 第 3 次 子どもの生活と保育 (子どもの食事) . . . 4 時間
  - 第 1 時 乳汁栄養・離乳食・幼児食の特徴
  - 第 2 時 幼児食の献立 (お弁当) 作成 (本時：2 時間目 / 4 時間)
  - 第 3・4 時 (おやつ) 調理実習
- 第 4 次 親として育つ (子どもの権利と福祉) . . . 1 時間

4. 単元の評価基準

関心・意欲・態度	思考・判断・表現	技能	知識・理解
・子どもの発達と保育、乳幼児の生活や発達段階に合わせた献立作成などに興味関心を持ち、実践的・体験的な活動を通して主体的に学習活動に取り組もうとしている。	・遊びの意義や児童文化の子どもへの影響について考え、発表したりしている。 ・幼児期に必要な栄養や幼児食の特徴を踏まえ献立を考え、工夫して、表現をしている。 ・親の役割や子どもを生み	・幼児期に必要な栄養や幼児食の特徴等の情報を収集・整理することができる。 ・食材の衛生的な取り扱いができる。 ・食材や調味料の計量ができる。 ・グループで役割分担	・子どもは生活の中で人との関わりを通して育つことを理解している ・乳幼児の発達段階による特徴を理解している。 ・幼児期に必要な栄養や幼児食の特徴を理解している。 ・現代の子育てを取り巻く

<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育の重要性や社会の果たす役割について考えようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・育てることの意義について、自分の考えをもち、まとめたり発言したりしている。</li> <li>・食品群別摂取量の目安を活用し、献立に不足している食品保考えることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>をし、協力して調理ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>環境や子どもの福祉を理解するとともに、現代の保育環境の問題点を理解している。</li> </ul>
--	--	--	--

### 5. 第3次『子どもの生活と保育（子どもの食事）』の指導と評価の計画

	主な学習活動	◆評価規準・評価方法 ○準備物
第1時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳汁栄養、離乳食、幼児食の特徴について知る</li> <li>・月齢・年齢に応じた調理法や食事について知る</li> <li>・1日の献立（朝食・夕食）から、不足する栄養を考え、昼食（お弁当）を考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○プリント No. 7 【子どもの食生活】</li> <li>◆子どもの食生活について関心を持ち、学習に取り組もうとしている。（関・意・態）（生徒観察）</li> <li>◆4つの食品群別摂取量の目安より、不足している食品を判断できる。（思・判・表）（プリント）</li> <li>◆乳幼児の発達段階に合わせた食生活の特徴を理解している。（知・理）（ペーパーテスト）</li> </ul>
第2時（本時）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・幼児食の特徴を確認（前回の復習）</li> <li>・お弁当作りのポイントを知る。</li> <li>・幼児の昼食（お弁当）を考え、ワークシートに記入、発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○P P 『幼児のお弁当を考えよう』</li> <li>○ワークシート②・献立表（参考資料）・色鉛筆</li> <li>◆幼児食の特徴を考慮し、不足する栄養を補った献立を考え、まとめたり発表したりしている。幼児が喜ぶ工夫をしている。（思・判・表）（ワークシート）</li> </ul>
第3・4時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どものおやつ作り（調理実習）</li> <li>・おやつ（間食）の持つ意味を理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆食材の衛生的な取り扱いができる。</li> <li>◆食材や調味料の計量ができる。</li> <li>◆グループで役割分担をし、協力して調理ができる。（技能）（生徒観察）</li> </ul>

### 6. 本時（第3次・第2時）『幼児食の献立（お弁当）作成』の目標

- ・子どもの食生活について関心を持ち、学習に取り組む。（関心・意欲・態度）
- ・幼児期の食事の特徴を知り、発達段階を考慮して、調理方法や献立を工夫して考えることができる。（思考・判断・表現）
- ・幼児の発達段階に合わせた食事の特徴を理解する。（知識・理解）

7. 本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	◆評価規準・評価方法 ○準備物・配布資料
導入 (5分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>あいさつ</li> <li>前回からの流れを確認し、本時の学習内容をつかむ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>座席を提示する（スクリーンに表示）</li> <li>LL教室使用注意（機器に触らない・落書きしない）</li> </ul>	○ワークシート②配布
展開① (10分)	PP『幼児のお弁当を考えよう！』を見ながら、 <ul style="list-style-type: none"> <li>幼児食の復習をする。</li> <li>お弁当作りの条件・ポイントを確認する。</li> <li>参考写真をもとに、幼児が喜ぶ見た目や、幼児が食べやすい工夫について知る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>幼児食の特徴を確認する</li> <li>彩りが食欲に与える影響や幼児が食べやすい工夫に気付かせる。</li> </ul>	○PP『幼児のお弁当を考えよう！』 ◆幼児食の特徴を理解している。（知・理） （ペーパーテスト）
展開② (20分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考え、ワークシート②に記入する。</li> <li>（★1：何歳の子どもに、どのような場面を想定して作ったか。</li> <li>★2：工夫したところ・アピールポイントも記入する。）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>お弁当作りの条件を確認する。</li> <li>参考資料「献立表」を見ながら、味の変化の持たせ方や食材の使い方、栄養の取り入れ方などの工夫に気付かせる。</li> <li>ワークシート②（例）を提示して、作業のイメージを膨らませる。</li> <li>机間指導をする中で、発表する生徒を指名しておく。（もしくは立候補）</li> </ul>	○色鉛筆 ○参考資料「献立表」 ◆幼児のお弁当を工夫して考え、表現することができる。（思・判・表） （ワークシート）
展開③ (5分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>発表（★1・2の説明を加えながら）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>発表をしっかりと聞けるように静かな雰囲気を作る。</li> <li>書画カメラでワークシートを映し出す。</li> </ul>	○書画カメラ ◆幼児のお弁当作りについて関心を持ち、学習に取り組む。（関・意・態） （生徒観察）
まとめ (5分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>本時の学習を振り返る。</li> <li>プリントを提出する。</li> <li>あいさつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>本時の目標が達成できているかを、各自のワークシートで振り返させる。</li> <li>ワークシート・色鉛筆を回収する。</li> <li>次回の連絡をする。（子どものおやつをテーマにした調理実習。持ち物を確認。）</li> </ul>	

## 2年家庭総合（保育）【子どもの食生活】（教P. O）

### 〈1〉乳汁栄養：生後5か月頃まで

#### 母乳

1. (①) )、必要な(②) )がすべて揃っている。
2. おっぱいをいっぱい吸うので、(③) )の発育をよくし、(④) )をよくする。
3. (⑤) )が含まれているので、細菌やウイルスの侵入を防ぎやすい。
4. (⑥) : 乳汁排出ホルモン) が分泌されて(⑦) )させるので、母体にとってもよい。
5. 母乳はいつも(⑧) )で、細菌もつかず(⑨) )。
6. 費用もかからず(⑩) )。
6. おっぱいを吸うと、母も子も(⑪) )、とても幸福な気持ちになる。  
※分娩後、数日間分泌される母乳：(⑫) ) ⇒免疫物質を多く含む

#### 調整粉乳 母乳を与えられないとき、不足するときに与える。

1. (⑬) )でも授乳できる。
2. (⑭) )がわかる。

イラスト

### 〈2〉離乳食：生後5・6か月～

⇒ (⑮) )

- \* 生後(⑯) )頃から始めて、遅くとも(⑰) )までに完了する。
- \* 食物アレルギーの予防：(⑱) )ずつ与えてアレルギー症状の有無を確認

〈⑲〉

- \* 発達に応じた調理法（教P. 54 2 離乳の進め方の目安）

#### 【乳児の胃と成人の胃】

・乳児の胃は成人と比べると・・・

(⑳) )、容量が小さい。

新生児：約(a) ml

1歳ごろ：約(b) ml

成人：約(c) ml

・食道と胃の接合部である(d) )の筋肉が弱い。

⇒(e) )

⇒(f) )

イラスト



## 【ワークシート②】

2年（ ）組（ ）番 氏名（ ）

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること！！！！



★1：①何歳くらいの子どもの②どのような場面を想定して作りましたか？

--

★2：工夫したところ・アピールポイント


★3：お弁当作りを終えた感想


**幼児のお弁当を考えよう！**

**2年 家庭総合  
保育分野**

# テーマ

子どもが「喜ぶ」

「栄養バランスのよい」

お弁当を考えよう☆



# 幼児の食事（前回の復習）

- ☛（間食）を食事の補助と考える
- ☛味付けを（うす味）にする
- ☛食べやすいように（固さや大きさ）に配慮する
- ☛（歯ごたえ）のあるものを与える
- ☛虫歯予防のために時間を決めて食べる
- ☛偏食にならないように、食品を（バランスよく）調理する



# 献立作成

④ 4つの食品群別摂取量の目安より、朝食・夕食で不足するものを考える。

④ (プリントNo.7・前回の授業より)

主食「穀類」

主菜「卵」・「魚介・肉」

副菜「野菜」

は必ず入れること



# お弁当作りの条件・ポイント

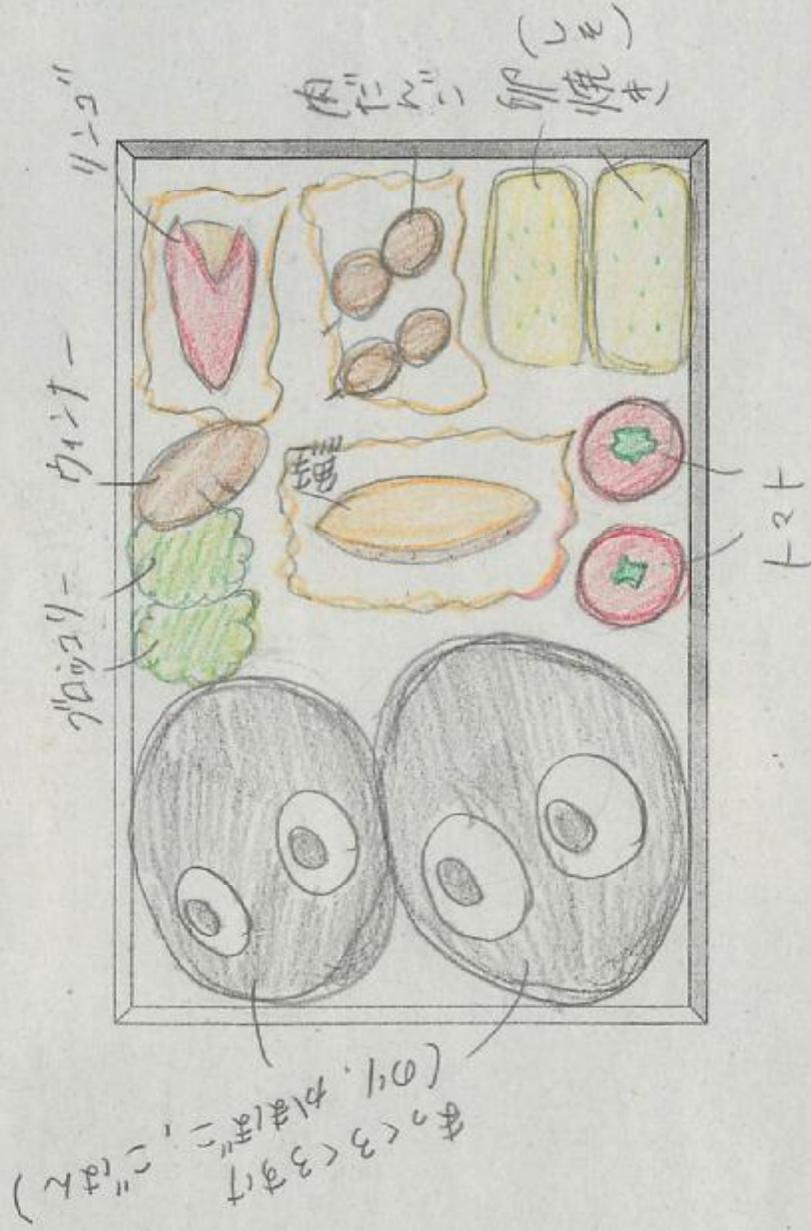
- ☛ 栄養バランスは取れているか
- ☛ 味に変化はあるか
- ☛ 食べやすいような工夫はされているか（固さ・大きさ(一口サイズ)）
- ☛ 箸が使える？スプーン？
- ☛ 彩りはよいか
- ☛ 色や形など幼児の興味をひくような工夫はされているか





テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

①年少の頃 ②普段の時

★2：工夫したところ・アピールポイント

ごはんをのりで巻いて、まっくらくすけを作って、他は色鮮やかに色を考えた

★3：お弁当作りを終えた感想

何をいかにたのしいか悩んだ

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

小2年生

★2：工夫したところ・アピールポイント

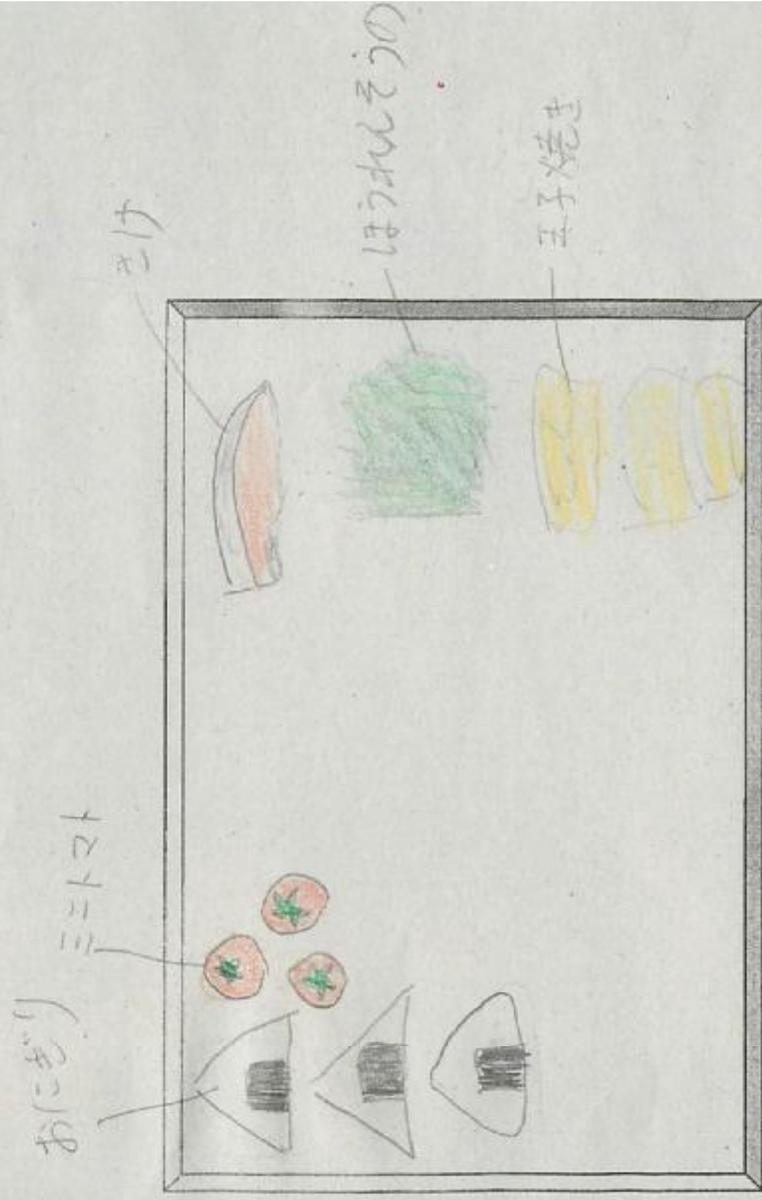
焼き肉のよこにキャベツをおいたところ。

★3：お弁当作りを終えた感想

「いいとお弁当を作るのはよかったです」  
「な」と思いました。

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

①5歳 ②昼食

★2：工夫したところ・アピールポイント

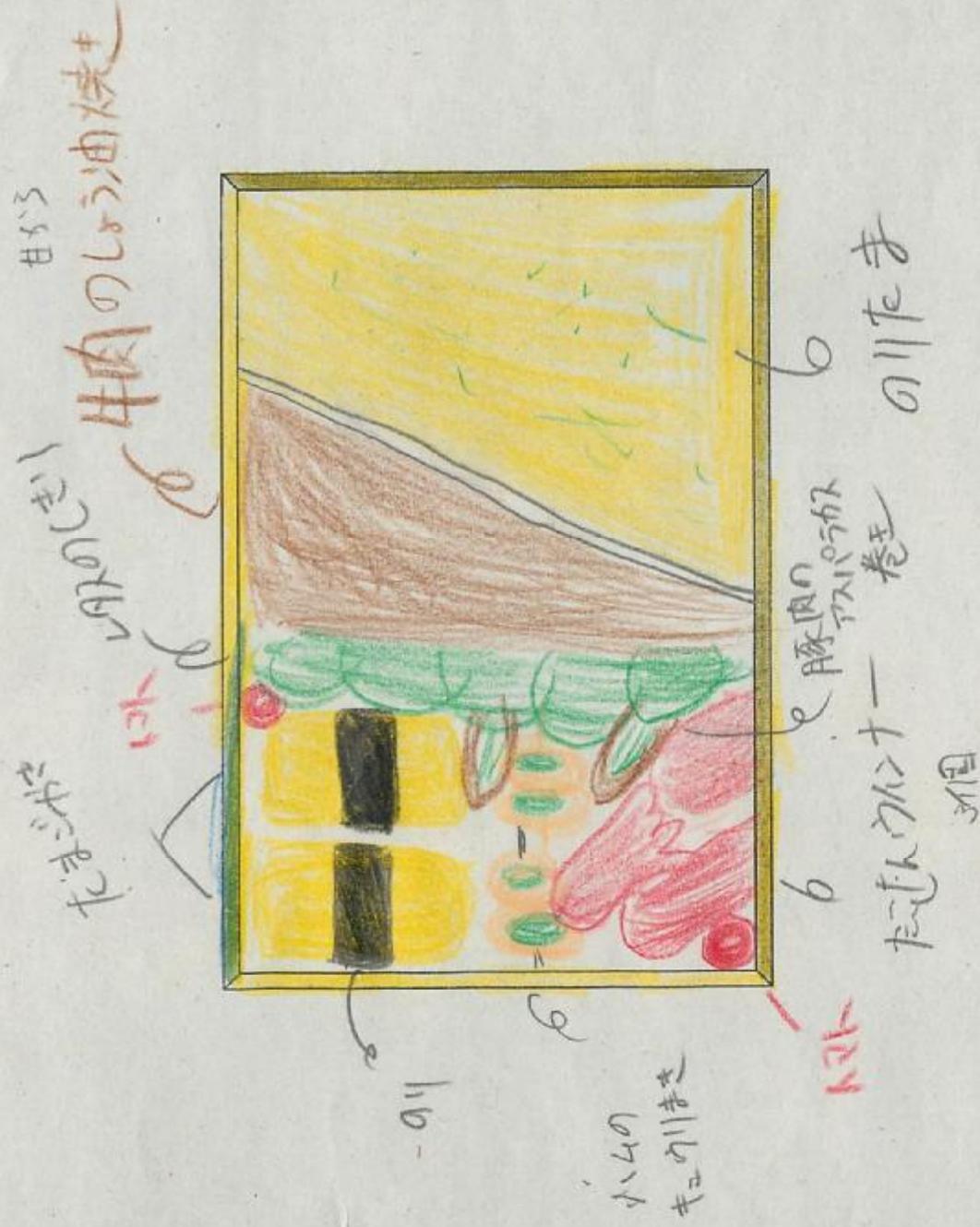
色彩やかになるようにしました。

★3：お弁当作りを終えた感想

あんまりどういいうのを書くか思いつかなかたです。

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りしましたか？

10歳

★2：工夫したところ・アピールポイント

子供が好きなお肉多め

★3：お弁当作りを終えた感想

特になし

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

10才 (小3)

★2：工夫したところ・アピールポイント

小さい子供から、大きい大人美味しく食べれるように工夫しました。

★3：お弁当作りを終えた感想

栄養たんさん

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

6歳

学校で食べる時

★2：工夫したところ・アピールポイント

色、おいしそう、やさしいかも、できるかな  
入れた。からあげ、トマト。  
トマト入れた。

★3：お弁当作りを終えた感想

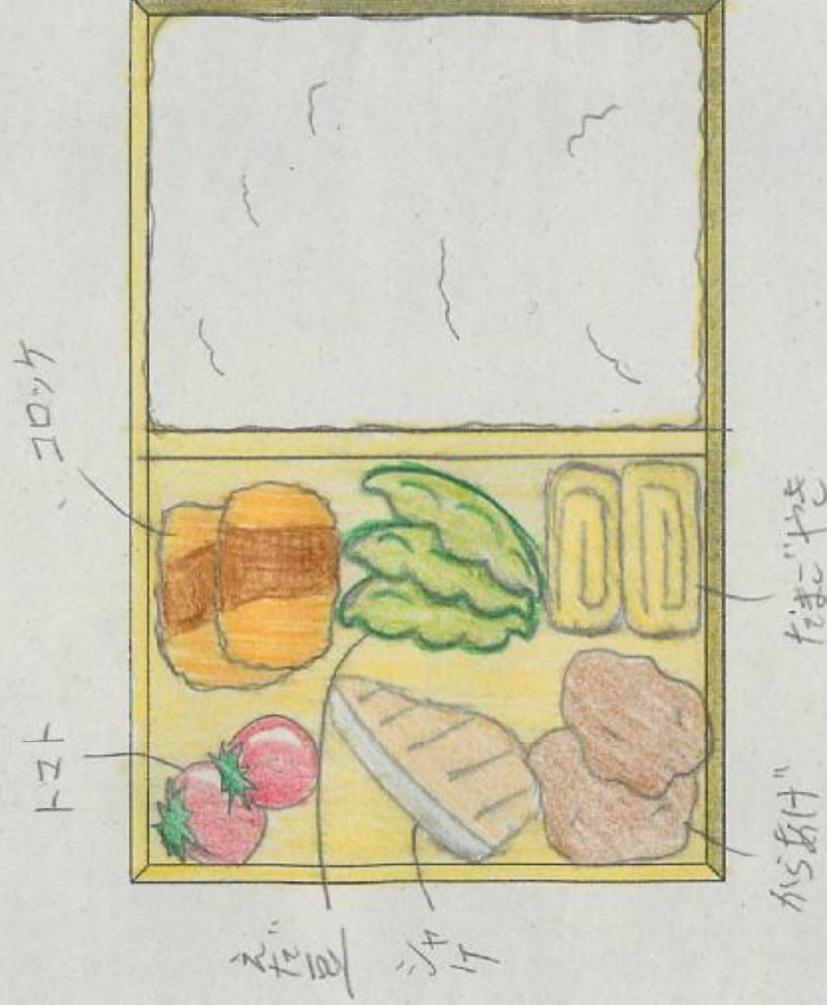
楽しかった。おいしそうやった。  
めんどうくさそう。おかげでかき入りの  
が、とても難しかった。





テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

①小学2年・②昼メシ

★2：工夫したところ・アピールポイント

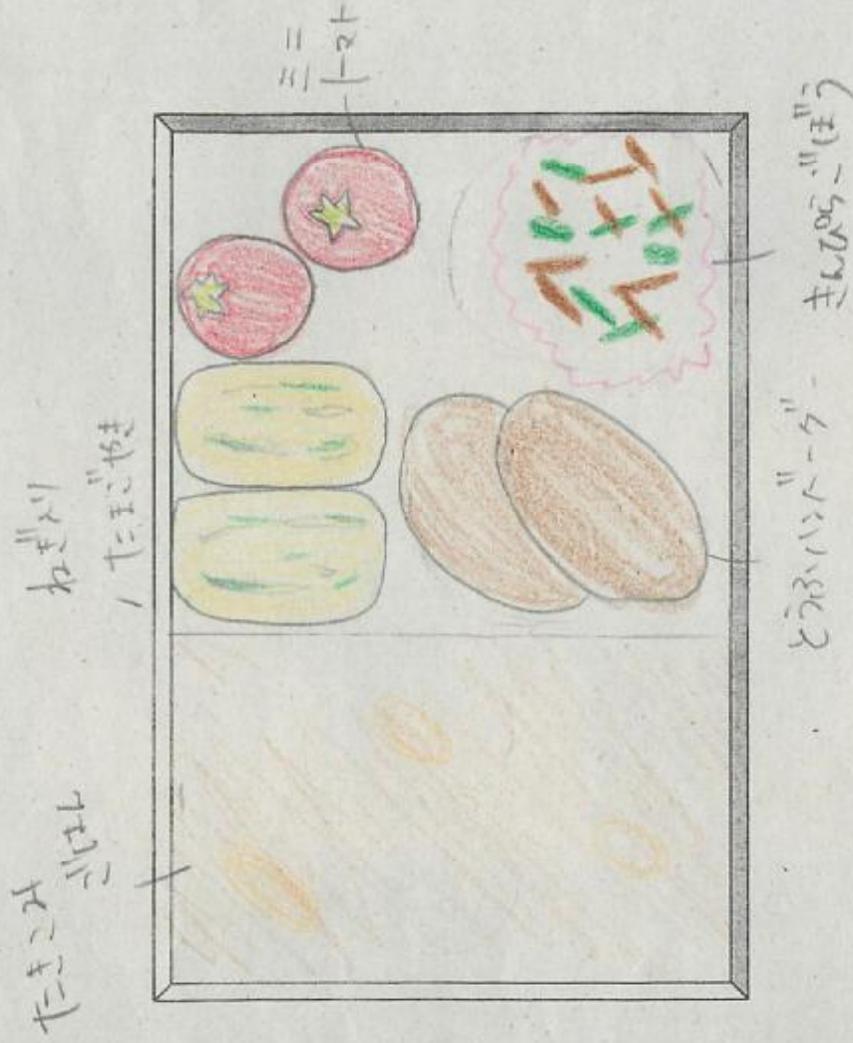
色合い、栄養バランス

★3：お弁当作りを終えた感想

栄養バランスを考えるのが難しかった。

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもに②どのような場面を想定して作りましたか？

ち歳

★2：工夫したところ・アピールポイント

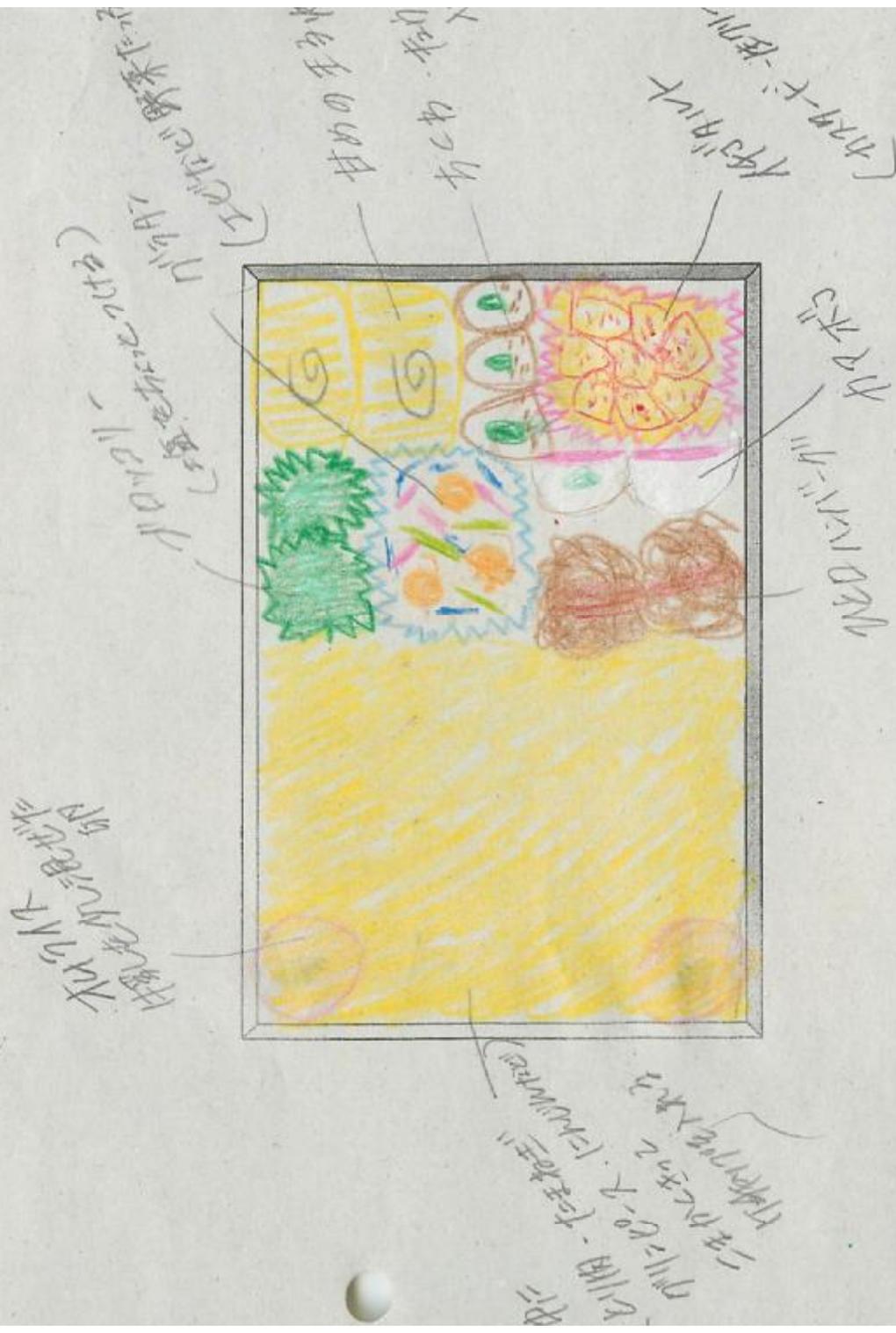
ハンバーグを普通のハンバーグじゃなく、とうふハンバーグにしたところ!!

★3：お弁当作りを終えた感想

自分のちいさい時こんなお弁当たべてたなと思った

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもにも②どのような場面を想定して作りましたか？

小6

★2：工夫したところ・アピールポイント

147"AVT

お弁当100!!

お弁当100!

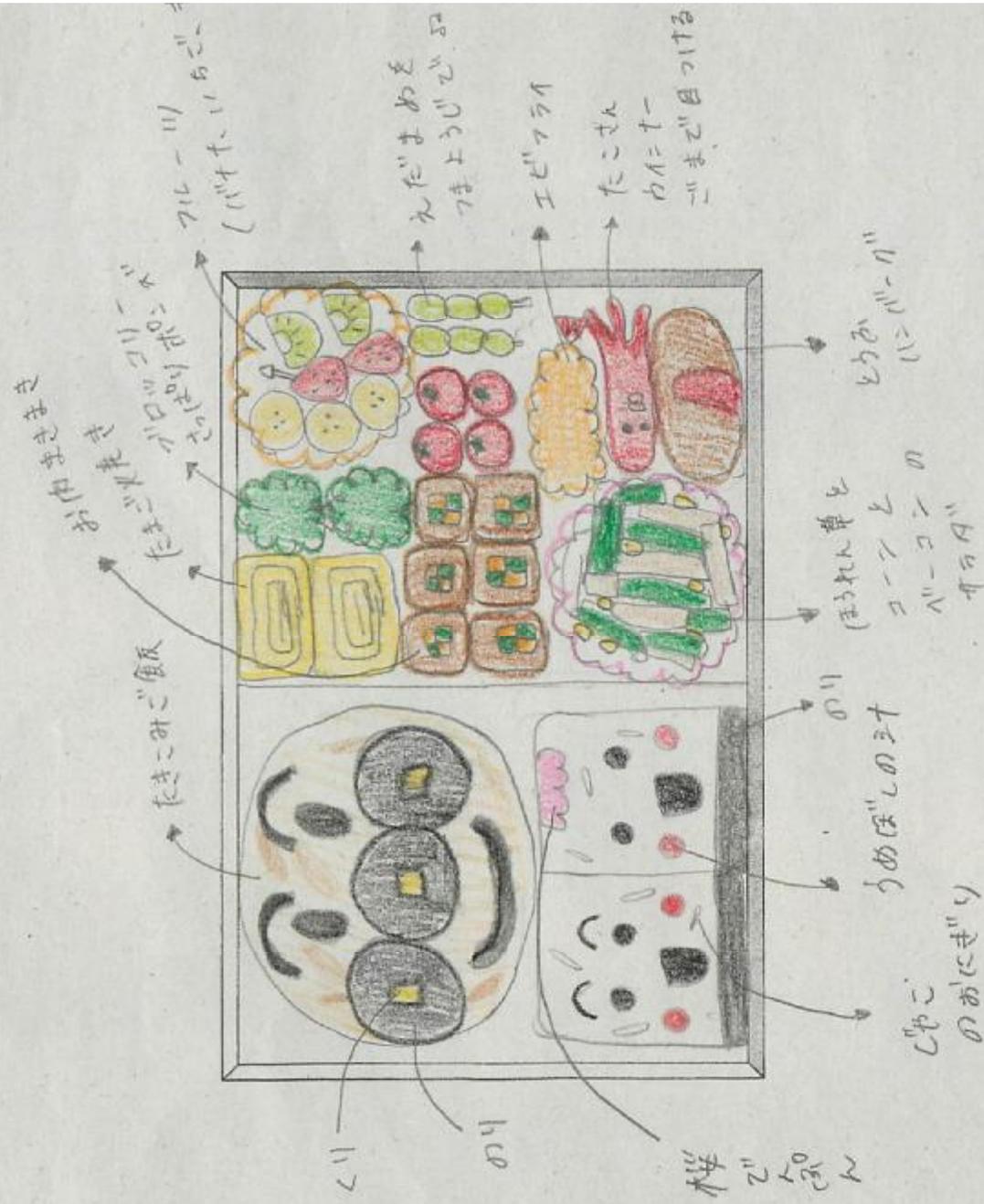
★3：お弁当作りを終えた感想

お弁当を作るのは大変な  
作業も大変。

短時間で出来たと思う。

テーマ：子どもが「喜ぶ」「栄養バランスのよい」お弁当を考えよう☆

条件：主食「穀類」／主菜「魚介・肉」・「卵」／副菜「野菜」は必ず入れること!!!



★1：①何歳くらいの子どもにも②どのような場面を想定して作りましたか？

5歳くらいの子どもにも、遠走して運動会

★2：工夫したところ・アピールポイント

手のかかるお弁当だけれど、全部手作りで色鮮やかに  
した。

★3：お弁当作りを終えた感想