

# 小学校 家庭科 学習指導案

1. 日 時 令和〇年〇月〇日 (〇) 第〇時限
2. 場 所 家庭科室
3. 学年・組 第5学年〇組 (〇〇名)
4. 単元(題材)名 生活を見つめ、できることを増やしていこう (使用図書は、教科書:〇〇〇〇)
5. 単元(題材)の目標

## 【知識及び技能】

- ・食事の役割と大切さや日常の食事の仕方、食品の栄養的な特徴と組合せを理解する。
- ・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。

## 【思考力、判断力、表現力等】

- ・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考え、工夫している。
- ・自身が作成した調理計画や調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、考えたことを分かりやすく表現することができる。

## 【学びに向かう力、人間性等】

- ・家族の一員として、生活をよりよくしようと、食事の役割や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。

## 6. 食育の視点

- ・日常の食事に興味・関心をもち、3食規則正しく食事をとることの大切さが分かる。(食事の重要性)
- ・望ましい栄養や食事のとり方を理解し、食品の組み合わせや栄養的なバランスを考え、食べようとすることができる。(心身の健康)
- ・体に必要な栄養素の種類と働きが分かり、衛生面に気を付けて、簡単な調理をすることができる。(食品を選択する能力)
- ・日本の伝統的な食文化や食に関わる歴史等に興味・関心をもち、学ぶことができる。(食文化)

## 7. 教材観

本単元では、「B衣食住の生活」の(1)「食事の役割」のア、(2)「調理の基礎」のアの(ウ)(オ)及びイ、(3)「栄養を考えた食事」アの(ア)(イ)について扱う。日本の伝統的な日常食である米飯とみそ汁の調理の仕方を理解したうえで、安全においしく調理ができるようになることと、栄養を考えた食事について課題意識を持ち、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。このような学習を通して、児童が自分と家族の食生活をよりよくしようと工夫し、実践する態度を育みたい。

みそ汁の調理方法について学ぶ過程では、だしの役割について興味・関心が深まるように工夫したいと考えている。

## 8. 児童観

(略)

## 9. 指導観

本単元では、米飯とみそ汁の作り方を学習するだけでなく、日本の文化や歴史的な背景も知ってもらいたい。また、みそ汁の調理では、まずは児童にだしをとっているみそ汁とだしをとっていないみそ汁を飲み比べることによって、だしの重要性に気付かせたい。続いて、煮干し・かつお・昆布・和風顆粒だし、それぞれのだしを飲み比べ、味やうま味の違いに気付かせたい。このときに、和風顆粒だしは便利だが、塩分や糖

分、化学調味料が含まれているということにも触れる。そして、みその種類によっても味が違ってくことを実感したうえで、だしやみそ、実との組み合わせによっていろいろなみそ汁ができることを想像させたい。最後には、学んだことを生活に生かすことができるように、「冬休みに家族のためにご飯ととっておきのみそ汁を作るための計画」を立て、家庭での実践につなげたい。

#### 10. 単元（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
<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・我が国の伝統的な配膳の仕方について理解している。</li> <li>・調理に必要な食材の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。</li> <li>・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。</li> <li>・食品の栄養的な特徴が分かり、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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おいしく食べるために調理計画や調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、考えたことを分かりやすく表現している。</li> <li>・健康に過ごすために日常の食事の仕方について様々な解決方法を考え、自身の考えたことを分かりやすく表現している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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、課題の解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。</li> <li>・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工夫し、実践しようとしている。</li> </ul>

#### 11. 単元の指導と評価の計画（全 11 時間）

時	学習内容・学習活動	主な評価規準【観点】・評価方法等
第1時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なぜ毎日食事をするのかを考える。</li> <li>・米飯とみそ汁の調理方法を学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事の役割を理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> <li>・米やみその特徴と、みそ汁は米飯とともに日常食として食べられていることを理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> <li>・私たちは、生きるために食べているということを踏まえて、健康に生きるにはどうすればよいかを考え、課題を設定している。【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</li> </ul>
第2時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米飯の炊き方を学ぶ。 「おいしい米飯のひみつをさぐる」「ご飯の炊き方を調べよう」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米飯の調理の仕方を理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> </ul>
第3時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・米飯の炊き方を学ぶ。 （調理実習）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・火加減の調整の仕方とおいしい米飯の炊き方を理解している。【知識・技能】（ワークシート・観察）</li> <li>・生活をよりよくしようと、伝統的な日常食である米飯の調理の仕方について工夫し、実践しようと</li> </ul>

		<p>している。【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>調理実習に向けて、課題を設定している。【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</li> </ul>
第4時 (本時)	<ul style="list-style-type: none"> <li>みそ汁とだしの関係性について学ぶ。 「だしとみそを知ろう」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日本各地のみそを使った郷土料理について知り、地域の食文化について理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> <li>試食で感じたことや考えたことについて、自身の考えを表現している。【思考・判断・表現】（ワークシート・発表）</li> <li>みそ汁の調理の仕方について、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。【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</li> </ul>
第5時	<ul style="list-style-type: none"> <li>みそ汁の調理方法を学ぶ。 「みそ汁の作り方を調べよう」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>だしの重要性とみそ汁の調理方法について理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> <li>みそ汁の調理の仕方について、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。【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</li> </ul>
第6時	<ul style="list-style-type: none"> <li>米飯とみそ汁の調理に向けて、計画を立てる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>調理計画や調理の仕方について考え、分かりやすく表現している。【思考・判断・表現】（ワークシート）</li> </ul>
第7・8時	<ul style="list-style-type: none"> <li>米飯とみそ汁を段取りよく調理する方法について学ぶ。 (調理実習)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>米飯とみそ汁を段取りよく調理する方法について理解している。【知識・技能】（ワークシート・観察）</li> <li>生活をよりよくしようと、伝統的な日常食である米飯と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。【主体的に学習に取り組む態度】（ワークシート）</li> </ul>
第9時	<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養と栄養素について学習する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食べ物に含まれる栄養素について理解している。 【知識・技能】（ワークシート）</li> </ul>
第10時	<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養バランスの良い食事について考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3つの食品のグループとその働きについて理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> <li>栄養バランスの整った食事について理解している。【知識・技能】（ワークシート）</li> </ul>

第11時	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学んだことを生活に生かす。 「ご飯ととっておきのみそ汁を作ろう！」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康に過ごすために日常の食事の仕方について様々な解決方法を考え、自身の考えたことを分かりやすく表現している。【思考・判断・表現】(ワークシート)</li> <li>・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工夫し、実践しようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】(ワークシート)</li> </ul>
------	--	--

## 12. 本時の展開

### (1) 本時の目標

みそ汁とだしの関係性について理解し、その違いを考察する。

### (2) 本時の評価規準

#### 【知識及び技能】

・だしの重要性とみそ汁の調理方法について理解している。

#### 【思考力・判断力・表現力】

・試食で感じたことや考えたことについて、自身の考えを表現している。

#### 【学びに向かう力、人間性等】

・みそ汁の調理の仕方について、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。

### (3) 本時の準備物

- ・パソコン ・タブレット ・教科書 ・ワークシート ・みそ (赤みそ・白みそ・淡色みそ)
- ・みそ絵カード各種 (赤みそ・白みそ・淡色みそ・米みそ・麦みそ・豆みそ)
- ・だし (煮干し・かつお・昆布・和風顆粒だし)
- ・だし絵カード各種 (煮干し・かつお・昆布・和風顆粒だし)
- ・鍋 ・お玉 ・紙コップ ・紙スプーン

### (4) 本時の学習過程

時間	学習内容・学習活動	指導上の留意点		評価規準 (評価方法)
		T 1 (教諭)	T 2 (栄養教諭)	
10分  導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前時までの振り返りをする。</li> <li>・本時のめあてを知る。</li> <li>・家で調べてきたみその種類・だし・好きな実について発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはんのみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることを確認する。</li> <li>・児童の発表内容を整理する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実について、旬や特産物、栄養バランスについてふれる。</li> </ul>	

<p>30分</p> <p>展開</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みそについて知る。 (白みそ・赤みそ・合わせみそ・米みそ・麦みそ・豆みそを紹介する。)</li> </ul> <p>〈だしとみそを味わい、違いを探る〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・だしの入っていないみそ汁とだしのみそ汁を飲み比べる。</li> <li>煮干し・かつお・昆布・和風顆粒だしを飲み比べる。</li> <li>赤みそ・白みそ・淡色みその味見をする。</li> <li>見つけた違いをワークシートに書く。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・見つけた違いを全体で発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みその味や地域での使い方の違いについて、考えることを伝える。</li> <li>・麴の原料や作り方によって、いろいろなみそができるということ、各地域には、さまざまな種類のみそを使った郷土料理があることを伝える。</li> </ul> <p>・机間指導を行い、進行状況によって助言する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発表させ、出た意見を板書する。</li> <li>・みそ汁の調理につなげるよう助言する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・みその歴史やみそを使った郷土料理を紹介する。</li> <li>・給食で出てきたみそ料理を思い出させ、発表させる。</li> </ul> <p>・各だしとみその試食の準備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・みそとだしの試食についての注意点を確認する。</li> <li>① 味や香りの違いについて、まずは一人で味わい考える。</li> <li>② 感じたことや考えたことをワークシートに記入する。</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・だしの必要性やだしの味やうま味の違いに気付くことができるように、助言する。</li> <li>・和風顆粒だしには、塩分や糖分、化学調味料が含まれていることを説明する。</li> <li>・みその種類によって味が違うことを実感させる。</li> <li>・だしやみそ、実との組み合わせによっていろいろなみそ汁ができることを想像させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日本各地のみそを使った郷土料理について知り、地域の食文化について理解している。【知識・技能】(ワークシート)</li> </ul> <p>・試食で感じたことや考えたことについて、自身の考えを表現している。【思考・判断・表現】(ワークシート・発表)</p>
----------------------	--	---	--	---

5分       まとめ	・本時の振り返りをする。	・みそやだし、実についての学習内容をまとめる。	・みそ汁の調理の仕方について、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。【主体的に学習に取り組む態度】(ワークシート)
-----------------------------------	--------------	-------------------------	---

(5) 本時の板書計画・ワークシート 等

<p><b>だしとみそを知ろう</b></p> <p>○いろいろなみそ汁  <input type="checkbox"/> みそ   <input type="checkbox"/> だし   <input type="checkbox"/> 実</p> <p>○みその歴史</p> <p>○みそを使用した郷土料理</p> <p>○いろいろなみそ  発酵の違い <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p>材料の違い <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p>	<p><b>味わって違いを知ろう</b></p> <p>・煮干しだし ( ) . . .</p> <p>・かつおだし ( ) . . .</p> <p>・昆布だし ( ) . . .</p> <p>・和風顆粒だし ( ) . . .</p> <p>・赤みそ . . .</p> <p>・白みそ . . .</p> <p>・淡色みそ . . .</p>
--	---