

第五学年〇組 家庭科学習指導案

指導者 池田 佑己子

題材 クッキングはじめの一步

指導観

- 本学級の子供たちは、これまでに、家庭での経験や学校給食での経験から、日常食は調理を経て供されていることに気付いている。そこで、調理用具を安全や衛生に気をつけて使用し、日常の食事に対して関心をもつことができるようになるこの期に本題材を取り上げる。そして、初めて調理を行った喜びやゆでる調理ができる自信や調理の楽しさを家庭での実践へ繋げることができるようにする。このことは、自分が基礎的・基本的な技能を身に付けることで、家庭生活の事象に対して主体的に関わっていく意欲をもつ子供を育てる上からも意義深い。
- 本題材に関しては、野菜はゆでることによってかさが小さくなったり、やわらかくなったりして食べやすくなることが分かるとともに、調理における準備、食品を洗う・切る・ゆでる・盛り付ける・片付けといった基本的な調理の手順や簡単なソースの作り方や、食品によって水からゆでたり、湯からゆでたりするゆでる調理の技能を身に付け、3種類程度の野菜をつかってサラダをつくることができるようにする。このことは、本学級の子供たちにとって調理における基礎となる技能を身に付け、初めての調理に適した題材である。
- 本題材の指導にあたっては、基本的な調理の手順と、食品を洗う・切る・ゆでる調理の意味とよさが分かり、キャベツ・ブロッコリー・葉物野菜と茎・根野菜といった食品の違いに合わせたゆで方ができるようにする。特に本時指導にあたっては、まず、導入段階では、本時学習の課題を確認し、本時学習が終わった段階での自分の姿を設定することができるようにする。次に、展開前段では、堅い食品がゆでる時間によって徐々に火が入っていくことを理解するために、調理の手順で気をつけるポイントについて話し合い、時間に沿ってじゃがいもの様子を確認していくことを見通すことができるようにする。次に、展開後段では、じゃがいもを食べやすい大きさに切って、じゃがいもがかぶるくらいの少量の水で硬さを確かめながらおいしく調理することができるようにするために、二人のペアで調理を行い、ゆでる調理ができるようにする。最後に、終末段階では、できるようになったねシートに本時学習のまとめを記入し、できるようになったことを自覚し、他の食品での実践に対する意欲を高めさせる。

目標

- (1) 食品に合わせて水からゆでたり沸騰した湯からゆでたり適切にゆでる調理の仕方の意味やよさ、調理を行う際の準備・調理・片付けの大まかな流れとその仕方を理解し、食品に合わせて洗ったりゆでたりできるようにする。
- (2) 調理することによって食品の状態が変化していく様子を自分の言葉で表現して、調理の仕方・調理時間と食品の状態の変化を関係づけて考えたり、自分の好みのやわらかさになるタイミングを判断したりできるようにする。
- (3) 野菜や卵などを調理して食品をおいしく食べやすくすることに関心をもち、意欲的に食品に合わせてゆで方を調べたり調理を行ったりして、時間を見つかったり食品を選んだりして、自分で調理を行おうとする態度を育てる。

計画（8時間）

- 1 調理をすることの意味について話し合い、調理用具の使い方や衛生管理について理解させる。————— 1
- 2 湯をわかしたりほうれん草やじゃがいもの調理を行ったりして、ゆでる調理の仕方を身に付けさせる。— 3
 - (1) 加熱について…………… ① (2) ほうれん草の調理について…………… ①
 - (3) じゃがいもの調理について…………… ①本時 (4) ゆで方の違いと片付けの仕方について…………… ①
- 3 ゆでる調理の仕方を工夫して、ゆで野菜サラダの調理を行う。————— 4

本時 令和2年5月〇日（〇曜日） 6校時 家庭科室において

- 主眼 1 硬い食品はゆでる時間によって徐々に火が入り、柔らかくなることが分かり、じゃがいもを食べやすい大きさに切って、上部がかぶるくらいの少量の水で硬さを確かめながらおいしく調理することができるようにする。
- 2 調理手順のプリントをもとにじゃがいもの火の通り方には「時間」が関係することを話し合っって選び、ペアの友達と手順の確認やじゃがいもの色や柔らかさの変化について話し合っって整理することができるようにする。

準備 じゃがいも 鍋 菜箸 竹串 皿 はし 塩

過程

段階	学習活動と予想される子供の反応	教師の具体的な支援																				
導入	<p>1 題材の最初で立てた課題と本時の調理の仕方を確認し、じゃがいもをおいしく調理する方法を探求するめあてについて話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほうれん草はお湯からゆでて短時間で調理をしたよ。じゃがいもは水からゆでるのはなぜだろう。 ・おいしく（中までやわらかい・水っぽくない）調理ができるようになりたいな。 <p style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">じゃがいもをおいしく調理する方法を調べよう。</p>	<p>○本時課題を明らかにして本時学習の最後に何ができるようになるかといったゴール像をもたせるために、題材導入時で立てた課題を提示するとともに、本時学習の教材「じゃがいも」を準備し、ほうれん草との違いを黒板で整理する。</p>																				
展開	<p>2 ほうれん草の調理との違い・気をつけることについて話し合い、じゃがいもをおいしく調理する。</p> <p>(1) ほうれん草の調理との違いに着目して、じゃがいもをおいしくゆでる調理方法について理解してノートに整理する。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <table border="1" style="border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><th colspan="2">ほうれん草の調理</th></tr> <tr><td>2 ゆでる ①写真</td><td>2 ゆでる ②写真</td></tr> </table> <table border="1" style="border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><th colspan="2">じゃがいもの調理</th></tr> <tr><td>3 ゆでる ①写真</td><td>3 ゆでる ②写真</td></tr> </table> </div> <p style="font-size: small; text-align: center;">教科書：わたしたちの家庭科5・6（開隆堂）</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・お湯からゆでると水からゆでるのが違うね。 ・水からゆっくり時間をかけて火を通す調理だね。 </div> <p>で観察したりしながら、じゃがいもの調理ができるようになる。</p> <table border="1" style="border-collapse: collapse; text-align: center; width: 100%;"> <tr> <th>手順</th> <th>①洗う</th> <th>②切る</th> <th colspan="3">③ゆでる</th> </tr> <tr> <td></td> <td>1 洗う 写真 ○土を洗い落とす。</td> <td>2 切る 写真 ○大きさを揃えて切る。</td> <td>3 ゆでる ①写真</td> <td>3 ゆでる ②写真</td> <td>3 ゆでる ③写真</td> </tr> </table> <p style="font-size: small; text-align: center;">教科書：わたしたちの家庭科5・6（開隆堂）</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【水からゆでるよさ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいもの中まで火を通すため。 <p>【竹串などで硬さを調べるよさ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・火が通っているのが表面ではわかりにくいいため、おいしさを確認する道具が必要である。 </div> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>じゃがいもなどの固い食品は、水からゆでて中まで火をしっかりと通し、道具を使って柔らかさを確認しながら調理するとおいしく調理することができる。</p> </div>	ほうれん草の調理		2 ゆでる ①写真	2 ゆでる ②写真	じゃがいもの調理		3 ゆでる ①写真	3 ゆでる ②写真	手順	①洗う	②切る	③ゆでる				1 洗う 写真 ○土を洗い落とす。	2 切る 写真 ○大きさを揃えて切る。	3 ゆでる ①写真	3 ゆでる ②写真	3 ゆでる ③写真	<p>○同じゆでる調理でも本時学習のゆでる調理には時間がかかることから時間をかけてゆっくり火を通す調理であることを見通させるために、ほうれん草の調理手順とじゃがいもの調理手順の視覚資料を配布する。</p> <p>○一人一人がじゃがいもの調理を行い時間をかけて火が通る過程におけるじゃがいもの状態変化に気づかせ、中までやわらかく且つ水っぽくないじゃがいもの調理を身につけさせるために、ペアで調理ができる材料と一人一人が行う手順が書かれたジャイル、じゃがいもの状態を書き込むノートを準備する。</p>
ほうれん草の調理																						
2 ゆでる ①写真	2 ゆでる ②写真																					
じゃがいもの調理																						
3 ゆでる ①写真	3 ゆでる ②写真																					
手順	①洗う	②切る	③ゆでる																			
	1 洗う 写真 ○土を洗い落とす。	2 切る 写真 ○大きさを揃えて切る。	3 ゆでる ①写真	3 ゆでる ②写真	3 ゆでる ③写真																	
終末	<p>3 本時学習のできるようになったことをノートに書き、ゆでる調理でも2つの方法ができるようになった自信をもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理できる食品や方法が増えたよ。 ・食品によって調理の方法が違うことが分かったから他の食品も調べて調理をしたい。 	<p>○「ゆでる」の調理について、水からゆでる方法と湯からゆでる方法の2種類ができるようになったことに気づかせるために生活につなげて記述している児童を選出する。</p>																				