

第5学年 家庭科（食育）学習指導案

平成28年5月26日（木）5校時

〇〇小学校 5年 16名

指導者 T1 担任教諭

T2 栄養教諭

1 題材名 ゆで野菜のサラダをつくろう

2 題材設定の理由

子供たちの生活は、塾や習い事、社会体育などで多忙になり、家族とともに調理をしたり、食卓を囲む機会が減ってきている。このような状況のなか、自分の食生活に関心をもち、家族のために自分ができることを見付け、行うことから家族とのつながりを深めていくことは大切であると考え

る。
本学級の児童は、5年生から始まった家庭科の学習に対する関心や意欲が高い。特に、自分たちで調理し、試食する調理実習をととても楽しみにしている。また、給食においては、学級としてはほとんど残食がないが、偏食や少食のため必要な量が食べられていない児童もいる。特に、野菜の嫌いな児童がおり、調理実習での野菜サラダ作りを通して野菜のおいしさに気付き、進んで野菜を食べられるようになることを願っている。

本題材では、身近な野菜を使ってサラダを作ることにより、調理の仕方や調理用具・器具の取り扱い方について、しっかりと身に付けさせたい。そして、自分の力でサラダを作ることに関心をもち、調理する喜びを感じながら家族のために調理してほしい。さらに、その経験を生かして、今後

も家族のために役に立とうとする態度を育てたい。

3 題材の目標

○野菜サラダ作りに関心をもち、簡単な調理をしようとすることができる。（関心・意欲・態度）

○調理の手順を考えて、材料にあった調理の仕方を工夫することができる。（創意工夫）

○調理実習の計画にしたがって、安全かつ衛生的に野菜サラダを作ることができる。（技能）

○野菜の栄養的な働きがわかり、ゆでる調理の手順や方法を理解することができる。（知識・理解）

4 食育の視点

○調理実習を通してできるようになったことを生かし、野菜サラダを作ることができる。

（食事の重要性）

5 題材の評価規準

家庭生活への 関心・意欲・態度	生活を 創意工夫する能力	生活の技能	家庭生活について の知識・理解
ゆで野菜の調理に関心をもち、使用される野菜に応じた調理をしようとしている。	おいしいゆで野菜のサラダの調理について考えたり、自分なりに工夫したりしている。	ゆで野菜の調理に使用する材料に応じた切り方やゆで方を身に付けている。	野菜の栄養や、ゆでる調理の特性と材料や目的に応じたゆで方について理解している。

6 指導計画（全8時間）

第一次 野菜のひみつを知ろう

2時間（本時1／2）

第二次 野菜サラダを作ってみよう

4時間

第三次 家族のために野菜サラダを作ってみよう

2時間

7 本時の学習

(1) 目 標

○野菜の栄養について知り，野菜を摂る大切さを理解する。(知識・理解)

○ゆでる調理の良さを理解し，野菜に合ったゆで方がわかる。(知識・理解)

(2) 展 開

学 習 活 動	指導上の留意点	支援・評価
1 本時の学習のめあてを確認する。	○ふだん食べているいろいろな野菜料理から野菜を食べる意味を考えさせ，本時の学習の意欲を高める。(T 1)	
めざせ 野菜博士！		
2 野菜の栄養について知る。	○野菜のもつ栄養について知らせ，その栄養は野菜によって異なることを知らせる。(T 2) ・おなかのおそうじ ・病気に負けない ・おはだつやつや ○野菜のもつ栄養をとるためには，必要な量がある。 ・一日の必要量：300g ・給食では毎日必ず100g ・「かさ」の確認：かさを減らすための加熱調理	○野菜の栄養について知り，野菜を摂る大切さがわかる。 ◎野菜の栄養について知り，いろいろな野菜に必要な量，摂ることが大切であることがわかる。 *緑の食べ物の働きから野菜の栄養について理解し，野菜を摂る大切さがわかるようにする。 【知識・理解】
3 生とゆでた野菜の違いについてグループで調べる。	○ゆでる調理により，野菜にどのような変化がおきたか気付かせる。(T1・T2) ・見た目 ・歯ごたえ ・味 ○ゆでる調理の良さに気付かせ，野菜に応じたゆで方を知らせる。(T 1・T 2) ・かさが減る ・アクが抜ける ・柔らかくなる ・甘みがでる ・殺菌される ・水からゆでるのは，土の中でできるもの ・沸騰してからゆでるのは，土の上にできるもの	○ゆでる調理の良さやゆで方の方法がわかる。 ◎ゆでる調理の良さがわかり，材料に応じたゆで方がわかる。 *試食の体験から，ゆでる調理の良さがわかるように支援する。 【知識・理解】
4 学習のまとめをする。	○本時の学習を振り返らせ，調理実習への実践意欲をもたせる。	

○ おおむね満足と判断される状況

◎ 十分に満足できると判断される状況

* おおむね満足できる状況を実現するための支援