

第6学年1組 家庭科学習指導案

授業者 教 諭 (T1)
栄養教諭 (T2)

1 単元名 まかせてね 今日の食事 「〇〇小給食レベルアップ計画」

2 単元の目標

- ・ 献立を構成する要素が分かり、栄養バランスが整った1食分の献立作成の方法や調理の基礎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。【知識・技能】
- ・ 1食分の献立について栄養バランスを考えることや、日常の食事をおいしく楽しく食べるために工夫することについて課題を見出し、それに対する解決方法を考えることを通して、課題を解決する力を身に付ける。【思考力・判断力・表現力等】
- ・ 栄養を考えた1食分の食事を考えたり、おいしく食べるための調理の仕方を工夫したりするなど、課題の解決に向けて進んで取り組み、豊かな食生活を実践しようとする。【学びに向かう力・人間性等】

3 評価規準

知識・技能	思考力・判断力・表現力等	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none">・ 献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解している。・ 調理に必要な材料の分量や手順、調理計画について理解し、材料に適したゆで方、炒め方ができる。・ 食事の役割が分かり、食事をとることの大切さと食事の仕方について理解している。	<ul style="list-style-type: none">・ 1食分の献立の栄養バランスや食事の仕方について課題を見出し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善して、課題を解決する力を身に付けている。	<ul style="list-style-type: none">・ 栄養を考えた食事について、課題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実生活がより豊かになるように工夫しようとしている。

4 指導にあたって

(1) 単元について

本単元では、栄養を考えた食事について、様々な視点から課題をもち、1食分の献立作成と環境に配慮した調理に関する基礎的な知識及び技能を身に付け、実践できるようになることをねらいとしている。そのために、児童にとって身近な給食に目を向け、自校の給食における課題の解決に向けた給食1食分の献立を作成する活動を行う。この学習を通して、献立を作成する際には栄養バランスに加え、様々な工夫が必要であることに気付かせたい。そして、今後の自分の生活において、体づくりに良い食事を選択したり、家庭での食事づくりに参加したりと、望ましい食生活を実践できるようになることを期待する。

(2) 児童の実態

5年生の家庭科で五大栄養素とその働き、食品の栄養的な特徴について学習し、基礎的な調理を経験している。また、6年生の家庭科では、朝食1食分の献立作成に取り組んだ。食べやすさ、時間など、朝食の特徴を捉えるとともに、その朝食を食べる自分自身の嗜好を献立に取り入れる姿が見られた。栄養バランスについては、主食・主菜・副菜を揃えたり、赤・黄・緑の3つの食品グループの食品を取り入れたりとすることができていた。9月に行った朝食アンケートでは、朝食摂取率は93%と高いが、主食・主菜・副菜がそろった朝食を食べる児童は43%と低かった。このことから、既習事項を家庭で実践できていないことがわかった。

そこで本単元では、自校の給食における課題解決に向けて作成した献立を、栄養教諭が示す献立作成のポイントに沿って見直し、修正する活動を取り入れる。その活動を通して、栄養バランスはもとより、献立作成には様々な工夫が必要であることを理解するとともに、献立作成や環境に配慮した調理をすることへの意欲を高め、家庭への実践につなげたい。

(3) 子どもが主体的に学ぶための取組

本単元の中心課題として、【ごはんや、ごはんが主食の日の副食の残量が多い】という自校の給食の課題を解決するための献立を作成する。「これなら好きな人多そうだ」「この食品をこの味つけにすれば残食が減りそうだ」など、栄養バランスだけでなく、課題解決のための考えも取り入れて献立を作成する姿を期待する。また、考えられた最適な献立を2月または3月の給食に採用することを知らせ、学習への意欲を高める。

献立を修正する活動では、自分の立てた献立に不安を抱える児童が、友達からのアドバイスや意見を進んで聞き合えるグループ交流場面を設定する。友達からのアドバイスから、「これだと彩りがよくない」「旬の食材を入れよう」など、新たな発見をしたり、知識の広がりを実感したりする姿を期待する。また、献立のレベルアップを目標としているので、自分の献立を良くしようと、「もっと聞いてみたい」「他の人にもアドバイスしたい」という交流意欲が高まると考える。交流場面においては、当校のかかわり方スキルによる、より良いかかわりを広げ、学習のねらい達成に向けた交流が進むことを期待する。

5 指導計画

時間	・学習活動	☆評価規準（評価方法）
1 2 3	<ul style="list-style-type: none"> 自校の給食の実態を知り、課題を解決する方法を考える。（給食について下学年にインタビューし、課題の解決方法を考える材料とする。） 給食1食分の献立を立てる。 	☆自校の給食の実態から課題をつかみ、進んで課題を解決する方法を考えようとしている。 （発言） 主体的 ☆課題を解決するために、給食の献立を考えようとしている。 主体的 （ワークシート）
4 （本時）	<ul style="list-style-type: none"> 献立作成のポイントを知る 作成した献立を友達と見せ合い、良い点や改善した方が良い点を伝え合う。 友達からの助言を参考に、修正したいことをまとめる。 	☆献立作成のポイントを理解できる。 知技 （ワークシート） ☆作成した献立を見せ合い、友達の助言を生かして、自分の献立をよりよい献立にするための工夫を考えることができる。 思判表 （ワークシート・発言）
5 6	<ul style="list-style-type: none"> 献立を修正するために必要な情報を調べる。（食べ物の旬、料理の味つけなど） 献立を修正する。 	☆自分の献立を修正するために必要な情報を集めようとしている。 主体的 （ワークシート） ☆友達の助言や調べた情報を活用し、課題に沿って自分の献立をよりよくすることができる。 思判表 （ワークシート）
7 8 9	<ul style="list-style-type: none"> 調理計画を立て、自分たちが考えた献立の料理の一部を調理する。 	☆調理に必要な材料と分量、用具、手順等を調べ、環境に配慮した調理の計画を立てることができる。 知技 ☆環境に配慮しながら、計画に沿った調理に進んで取り組んでいる。 知技 （行動観察）
10	<ul style="list-style-type: none"> 夕食1食分の献立を作成し、家庭で調理する。（冬休み） 	☆家族のために1食分の献立を考えることができる。 知技 （ワークシート） ☆作成した献立をもとに、家庭で実践しようとしている。 主体的 （ワークシート）

6 本時の指導（4／10時間）

(1) ねらい

献立作成のポイントを理解し、献立に対する意見交流を通して自分の献立の良さや改善点に気づき、よりよい献立に修正するための工夫を考える。

(2) 食育の視点

心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。（心身の健康）

(3) 評価規準【評価の観点】

十分満足できる (A)	献立作成のポイントを理解し、献立に対する意見交流を通して、よりよい献立になるための工夫を考え、自分の献立に生かすことができる。
おおむね満足できる (B)	献立作成のポイントを理解し、献立に対する意見交流を通して、よりよい献立になるための工夫をすることができる。

(4) 構想

前時までに、【ごはんや、ごはんが主食の日の副食の残食が多い】という自校の給食の課題を共有する。その課題解決に向けた献立を作成するという目的意識を持たせ、給食1食分の献立作成をする。

導入では、前時に作成した献立をレベルアップさせるという本時の学習課題を提示する。

展開では、栄養教諭が献立作成のポイントを提示し、そのポイントに沿って前時に作成した献立を見直す。さらに、献立をグループで見せ合い、自分の献立を友達に紹介するとともに、友達の献立に対して良い点や改善点を伝え合う活動を取り入れる。その際、特に良い点を伝えることを大切に、学習への意欲付けとなるようにする。

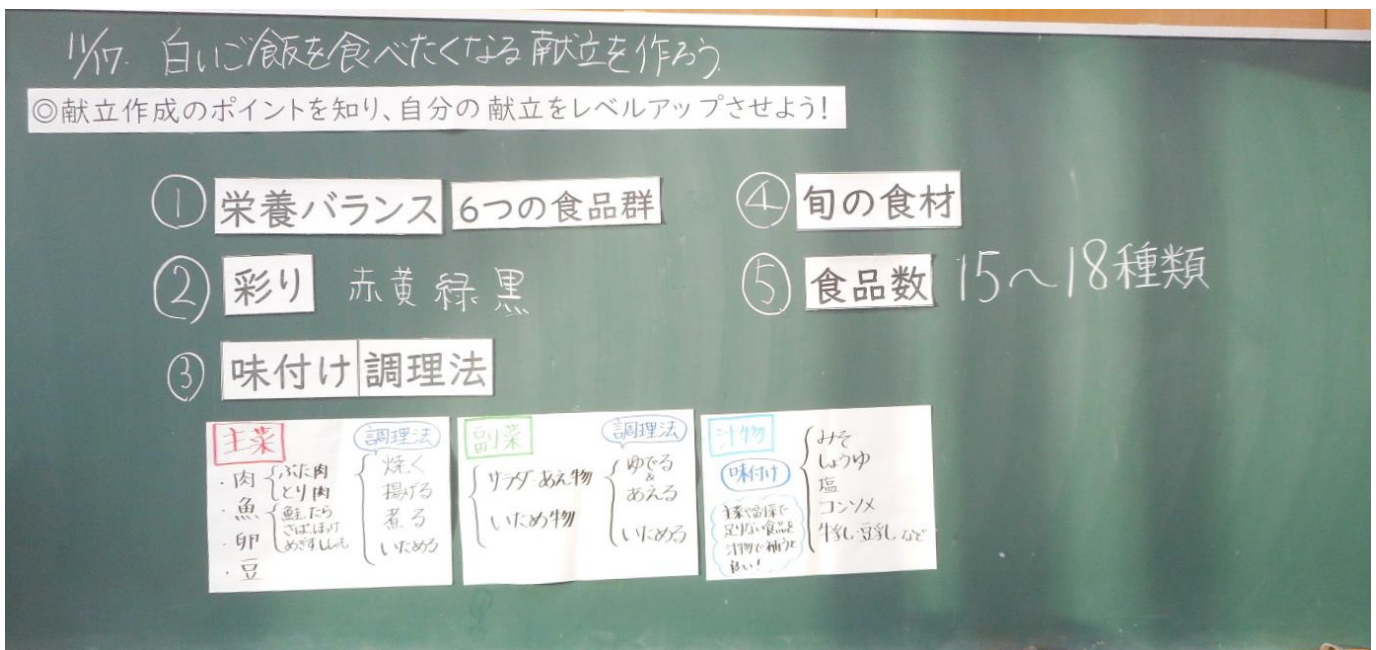
終末では、振り返りとして、友達の意見をもとに献立で改善したいことを書く。その際、自分に足りなかった点をどのように改善するかを具体的に書かせるようにする。

(5) 本時の展開

段階	○学習活動 T教師の発言 ・予想される子どもの反応	□指導上の留意点 ・資料 ☆評価
導入 1分	○ 本時の学習内容を知る。 T 1 前時に作成した献立をレベルアップさせ、○○小のみんなが喜ぶ、白いごはんが食べたくなる献立にしましょう。	
	◎ 献立作成のポイントを知り、自分の献立をレベルアップさせよう！	
展開 3 4 分	○ 献立作成のポイントを知る。 T 2 献立作成のポイントを説明する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ポイント1</div> 栄養のバランスを考える <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ポイント2</div> 彩りを考える <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ポイント3</div> 味付け、調理法を工夫する <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ポイント4</div> 旬の食材、季節感を取り入れる <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ポイント5</div> 使用する食品数 <ul style="list-style-type: none"> ・ 2月が旬の食べ物って何だろう。 ・ 揚げ物ばかりだと、脂っこくなっちゃうな。 ・ 料理の彩りって大事だね T 2 チェック表をもとに、自分の献立でできていること、そうでないことを確認しましょう。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 6つの食品群から食品を使っているぞ。 ・ 彩りは考えられているな。 ○ グループで献立を紹介し、アドバイスし合う。 T 1 グループで献立を見せ合い、①良いところ②レベルアップに向けて改善した方がよいところを伝え合いましょう。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 旬の野菜が入ると、レベルアップできるね。 ・ 人参やコーンがあって、彩りがいいね。 ・ この料理は好きな人が多いから、残食が減りそうだね。 	□給食の写真を提示し、献立作成のポイントをイメージできるようにする。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 掲示資料 ・ ワークシート □献立作成の5つのポイントを示し、できていることをチェックさせる。取り入れているポイントの数が増えたら、レベルアップになることを伝える。

<p>終末 10 分</p>	<p>○ 友達からのアドバイスを参考に、献立をレベルアップするために改善したいことをまとめ、発表する。</p> <p>T1 今日のグループでのやりとりを通して、自分の献立をレベルアップするための作戦を考えて、ワークシートに書きましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> 旬の食材が入っていなかったなので、おかずか汁に旬の食材を入れたいです。 彩りがよくなかったので、サラダにコーンを入れます。 魚は苦手な人が多いので、みんなが好きな味付けになるように料理の仕方を変えたいです。 	<p>□振り返りの仕方を示すことで、本時の学びを自分の献立にどう生かすか考えさせる。</p> <p>☆アドバイスを取り入れ、献立をレベルアップしようと考えている。</p>
------------------------	--	---

【板書写真】



7 協議会記録

【授業者反省】

・学級担任

グループ交流に入った時、児童の表情が硬く、話し合いが活発に進まなかった。そこで話し合いの途中で、「献立のレベルアップのために具体的なアドバイスをしよう」と児童に伝えた。すると、肉が好きでなく、野菜ばかりの献立の児童に対して、「唐揚げを入れてはどうか?」という具体的なアドバイスが聞かれた。献立作成者の好み（意図）に合わない時に、話し合いが滞ってしまう班もあった。言葉のキャッチボールをしながら、もっと踏み込んで話し合いができれば良かった。

・栄養教諭

展開前半部分で授業者の問いに対して、予想と異なる反応が児童から多く返ってきた。それにより、献立作成のポイントの説明に時間がかかってしまった。問いかけの仕方、提示する資料の工夫が必要だと感じた。

児童は日々、話し合い活動を積み重ねているので、今日の話し合いもスムーズに入ることができていた。自分の献立だけでなく、友達の献立も良くしようと進んでアドバイスする児童の姿が見られた。

【グループ協議報告】

◎良かったところ △改善が必要なところ

協議題1：献立を見直す5つの観点を提示し、取り入れられた数によって「レベルアップ」としたことは、献立作成に必要なことを理解し、より良い献立に改善するために有効であったか。

◎栄養教諭から5つの観点を示すことは、食のプロという立場からの説明で児童が受け入れやすかった。

◎観点を説明する際に具体的な数が示されていたり、写真を活用したりして、具体的に分かりやすかった。

◎旬の食材を取り入れるというポイントの説明で、1ヶ月に1回出るカレーライスを取り上げ、出る時期によって入れる食材が違うという説明が分かりやすかった。

◎レベルアップについてチェック項目に一つでも丸が増えれば良いという具体的な指示は、児童が必要感をもって活動に臨めた。

△給食で彩りが悪いものを選定して説明していたが、児童は彩りが悪いことに気が付かなかった。それよりも家庭や外食などの献立の中で彩りの悪い献立と、彩りの良い給食の写真を比較して見せる方が彩りの大切さが分かったのではないか。さらには、給食が日ごろから彩りに気をつけていることに気付いてもらえたのではないか。

△旬の食材=ごはんが進むというのは強引だったので、「旬の食材を取り入れると良い」程度の説明でも良かったのではないか。

協議題2：グループでの意見交流は、自分の考えを広げ、より良い献立に改善するために有効であったか。

◎全体的に意見交流が上手になされていた。

◎もらったアドバイスを受けて、献立を変更し課題を解決する姿が見られた。

◎もらったアドバイスに対して、「でも僕はこんな風に考えたからこの食材を取り入れたよ」等、キャッチボールが上手になされている班もあった。

◎アドバイスをしていない児童にどう思った?と問うたり、発表の仕方をアドバイスしたりする姿が見られた。

◎食の知識が豊富な児童がいた班は、アドバイスが的確で献立を改善することができていた。

△3人グループのうち2人が、5つのチェック項目中4つ丸がついた児童がいたグループは、献立をより良くするアドバイスを見つけられず、より良い献立に改善することができなかった。

△1人4分のもち時間の中でアドバイスをもらえずに、どう改善して良いか分からないまま終わる児童もいた。レベルアップが難しい時に旬の食材を示したものがあつたように、献立表等の助けとなるものがあれば良かったのではないか。

【その他の教師の支援や児童の姿】

◎話し合いの途中で発表者以外の児童へのワークシートの見せ方や話し合いの内容についてアドバイスがなされ、話し合いが活発になった。

- ◎献立のチェック表が良かった。自分ができている所、できていない所が明確になり、分かりやすかった。
- △チェック項目に丸がついていない所が話し合いによって丸がつくこと自体は良かったが、記入欄が一つだったために、話し合い前から丸がついていたのか、話し合いによって丸がついたのかどうかを見とることができない。話し合い前後で記入欄を分けても良かったのではないか。
- △レベルアップすることでどんな良いことがあるのか。児童はレベルアップしたいと思っていたのか。先に立てた献立のどんなところがおしかったのか導入部分で説明があると、もっと児童は必要感をもって取り組めたのではないか。
- △レベルアップということを説明はしていたが、表示がなかったので分からない児童がいた。
- △栄養教諭の感覚だと、タンパク質を多く含む食材数はそんなに増やさなくても良くて、野菜の数を増やそうとなるが、児童は6群の中のどれかの食材を増やして食材数を増やせば良いと思ってタンパク質の食材を増やそうとしている児童もおり、野菜の品数を増やすのもポイントだねと伝えても良かったのでは？
- △自分が食べたいメニューと全校に食べてもらいたいメニューで2つの視点が混ざっていた児童がおり、全校が食べるメニューという視点をもっと強調させても良かったのではないか。

【指導者から】

- ・ 献立作成は簡単にいうと「栄養バランスに気を付ける」だけでも良いところを、授業者は自校の給食の「白飯の残飯が多い」ことを課題意識としてもち、授業に臨んだ。この授業者の思いが大切である。
- ・ 授業が終わってから児童に献立を立てるのは楽しいか、面倒くさいか聞いてみたところ、面倒くさいと答えた児童も中にはいた。しかし、将来献立を考えて食事をしなければいけない場面が必ず来るから、今日のことが活かされれば良いと考える。
- ・ 学級の実態にあった課題の出し方があり、授業の内容や展開も変わってくる。各学校ではこの授業を参考にしつつ、アレンジをして実践してほしい。
- ・ 学習者の視点として、①何をしたら良いか決める、②それをどうやってすれば良いか決める、③アウトプットの方法を明確にする の3点がある。この3点が本時は明確で良かった。