

小学校 第6学年 家庭科学習指導案

指導者 学級担任 (T1)
栄養教諭 (T2)

1 単元名 「こんだてを工夫して」

2 指導の立場

(1) 題材観

本題材は、学習指導要領B衣食住の生活(3)「栄養を考えた食事」イ「1食分の食事の工夫」について指導するものである。

ここでは給食の献立を活用して、栄養バランス、色どりや味のバランス、調理方法を考えながら望ましい1食分の食事を考えることができるようにしたい。

(2) 児童観

男子14名、女子16名の学級である。5年生では五大栄養素、簡単な献立作りを学習している。給食の放送で栄養素ごとの食材を聞く習慣が付いている。5年生で取ったアンケートでは、給食は「好き」または「どちらかといえば好き」と回答した児童の割合は95%であった。理由として、「栄養バランスがよいから」と回答した児童が53%と一番多く、次に「いろいろなメニューがあるから」、「おいしいから」と回答した児童がそれぞれ25%であった。また、給食をときどき残すと回答した児童は14%で、その中の理由として最も多かったのは「嫌いなものがある」で75%であった。

(3) 指導観

本単元では、季節の食材や地産地消の大切さを中心に、色どりや味、栄養のバランスについて考えながら、主食、主菜、副菜の組み合わせを考えて、献立を考えさせる。献立作成時のモデルとして、給食の献立を活用し、よりよい献立をイメージさせる。最終的には、今後の調理実習や自分の食生活に生かすことができるようにする。

3 食育の視点

食事の重要性	心身の健康	食品を選択する能力	感謝の心	社会性	食文化
○	○	○			

4 題材の目標及び評価基準

(1) 題材の目標

- ・栄養を考えた1食分の献立を考えることができる。
- ・身近な食品を用いて調理計画を立て、ゆでたり炒めたりしておかずをつくることができる。
- ・日常とっている食事に関心を持ち、食事の役割を考えて食事を大切にしようとするすることができる。

(2) 題材の評価

知識・技能	思考力・判断力・表現力	主体的に学習に取り組む態度
1食分の献立を構成する要素や、1食分の献立作成の方法について理解する。	1食分の献立の栄養のバランスや食事の仕方について、問題を見出して課題を設定し、解決する力を身に付ける。	1食分の献立の工夫や調理の仕方、食事の仕方について、よりよくしようと工夫し、実践しようとする。

5 題材の指導計画 (全12時間)

次	時	主な学習内容
1	1	1食分の献立を立てる。
2	2～3	献立を構成する要素がわかる。1食分の献立を修正する。(本時1/2)
3	4～12	目的に応じた切り方や炒め方で調理実習をする。

6 本時の学習

(1) 本時のねらい

栄養のバランス、色どり、味付けや旬の食材などを工夫しながら、班で協力して1食分の献立を
考えることができる。

(2) 本時の展開

時間	学習活動	教師の発問・指示(T) 予想される児童の反応(C)	◇支援 ※留意点
導入 5分	1 これまでの学習を振り返り、本時の学習内容を知る。	T 1 : 前回1食分の献立を考えましたね。 みなさんが前回考えてくれた各グループの献立を見てどう思いますか？これいいな、これこうの方がいいな、などありますか？ C : どれもおいしそう！ C : 味のバランスが整うといいと思う。 C : 色どりがよくない。 T 1 : 今日は何を勉強するかというと、、、今日の課題です。	※1月～2月に出すことを確認しておく。 ◇班ごとの献立を貼っておく。 ※班の献立一覧を配付する。 ※挙手で確認。
◎課題 どんなことを考えてこんだてを立てるといいだろう。			
展開 32分	2 給食の献立を作る際にどんなことを考えて献立を立てるか考える。	T 2 : これから献立を見直していきたいのですが、何が参考にあると、見比べて見直しができますか？ C : 給食 T 2 : 給食の写真、食材を参考に2パターンを前に貼りますね。給食の献立と自分たちが考えた献立を比べてみて、どんなことを考えて献立を立てるといいと思いますか？ C : 味 C : 色どり C : 栄養 C : 地場産や旬 C : 和食、中華 T 2 : 今みんなが挙げてくれたことを踏まえて班でもう一度献立を見直していきましょう。 これからワークシートを配ります。四角の部分は食材の色を塗る場所です。食材の色が気になる班は使ってみてください。あと、五大栄養素が気になる班は前にグラフを置いておくので使ってみてください。また、先ほど挙げた1月～2月の旬の食材や佐渡産の食材みなさん分かりますか？ C : 分からない！ T 2 : 参考にしたい班は前に置いておくので持って行ってください。では始めてください。 C : 茶色ばかり。 C : 色どりが悪い。 C : 旬の食材入れたい。 C : ○○産の魚とかあるよ。 T 2 : 変えた部分、工夫したところなど発表してみよう。聞く人は何をどう変えたのか、どこを工夫したのか考えながら聞きましょう。 C : 味付けがかぶらないように、いろいろな味付けの料理を組み合わせました。ポイントは、○○産の食材を使っているところです。	※ワークシート①配付 ※和食系、洋食系の給食の写真を貼って参考にさせる。 ※T 1 は出た意見を板書する。 ※ワークシート②配付 ◇色どり、五大栄養素のグラフ、旬の食材、○○産の食材の絵を用意（それぞれの班が自分たちの班に必要なもので献立を立てる。） ※10～15分を目安に活動させる。 ◇班活動、机間巡視 ※できた班からアピールポイントを書く。 ※できた班の1、2班分発表させる。（発表の班の数は時間により調整する。） ◇T 1 はキーワードを板書する。

		C : みんなに食べて欲しい給食を考えました。冬に食べるとあたたまる煮物を献立に入れました。	◇T2は補足、確認をする。
まとめ 3分	3 まとめをする。	T1 : 発表してくれた班、ありがとうございます。今日の課題でわかったことは、	
	<p>まとめ</p> <p>味付けや食材の組み合わせや、旬の食材、地場産物、食べる人のことなども考えながらこんだてを立てるとよい。</p>		
振り返り 5分	4 振り返りをする。	T1 : 振り返りを書きましょう。	<p>振り返りの観点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・できるようになったこと ・分かったこと ・いい考えだな ・工夫したところ ・次はこうしたいな

7 評価

- ・工夫しながら、1食分の献立を考えることができる。

8 板書

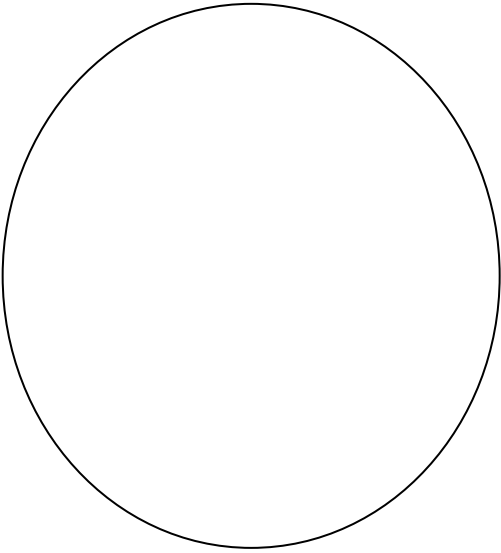
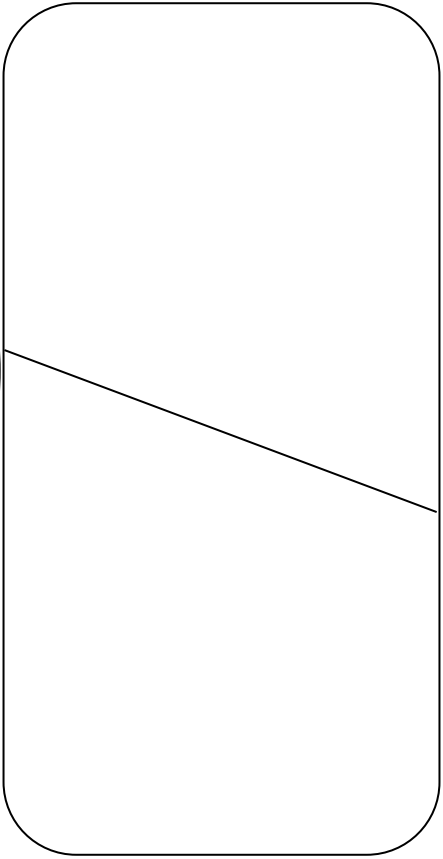


(班)

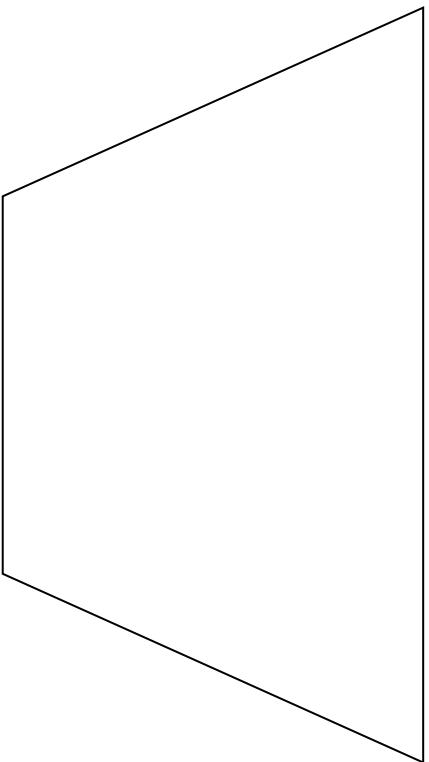
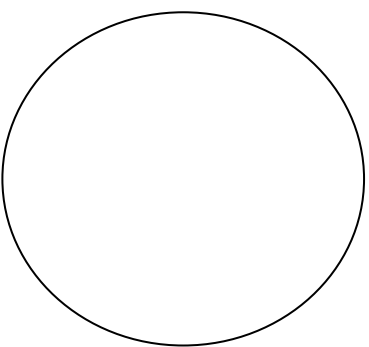
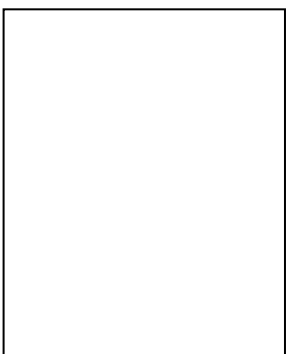
--	--	--	--	--	--	--

食材の色
を塗る

--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--

10 協議会記録

(1) 授業者より

【学級担任】

- ・2つのクラスがあって、事前に6年2組でも同じ内容を実施することができた。その時は、6年2組の児童が献立を立てる時の工夫に気づき、各班で工夫をしながら献立を考えることができていて、なかなかよい手応えを感じた。一方、本日の授業をした6年1組では、食べたいものが中心になり献立を考えていたため、献立を見直す価値があると感じていた。児童からは、「炭水化物」「糖質」「カロリー」などの言葉は出るものの、見直しに反映されない。食べたいものに引っ張られていたことを、授業中の指示で改善させた。各班の児童は、授業の最後には献立の見直しをうまくまとめることができていた。

【栄養教諭】

- ・今回、献立を立てる際のポイントや工夫を、栄養教諭から先に伝えずに献立を考えさせた。理由は児童の視点から工夫を発見させたかったから。但し、主食はご飯に統一したいことを伝えた。

(2) 質疑応答

- Q. 代表献立は、どのようにして選びますか？
- A. クラスで投票し1つを選ぶ。次時では、児童に献立のアピールポイントを考えさせて投票に向けて準備を行う。
- Q. 投票で決定するので、給食でできそうにない献立があった場合はどうしますか？
- A. 次時で、できそうにない料理の組み合わせがあるなどの場合は児童に伝えて考えさせる。
- Q. 児童からカロリーというつぶやきが多く聞こえましたが、どういう意図で言っていますか？
- A. 毎日の給食の一口メモを読む際にカロリーについても数値を読み上げているため、児童にとってなじみのある言葉なのだと思う。
→糖質・エネルギー・カロリーについてつぶやきが児童から聞こえたので、それぞれの言葉の意味など必要なものを示すとよい。
- Q. 旬という言葉を意識する児童が多かったのですが、旬の食材を使うとなぜよいかなどを知っていますか？
- A. 次時で指導する。たぶん、わかっていないと思う。
- Q. ワークシートの色分けはどのように使う予定ですか？
- A. 食材の色（食材そのものの色）で色塗りができるようにしていた。色どりを考慮することができた。6年2組は色を塗っていたが、本時の6年1組はどの班も色塗りをしていなかった。
- Q. 給食の写真2枚は、献立内容を意識したものを出しましたか？
- A. 和風・中華風を説明できるものにする他、野菜を多く使用しているポイントも伝えられる写真を選んだ。
- Q. 献立の視点（工夫するポイント）を栄養教諭から先に示さなかったのは？
- A. 児童から「旬」「カロリー」「アレルギー」などいろいろな意見が出てきた。もしも出てこなければ、栄養教諭から説明する予定だった。児童から様々な工夫が発言されたが、その反面、自分たちの献立の見直しとは結びつかなかったと思う。
→栄養教諭が献立を立てる際の苦労している話などがあると、実際の給食の時のことを振り返る機会にもなるので、少し話題にしてもよいのではないかと思う。

(3) グループ協議

【協議題①】

献立を考える視点を与えてグループで献立を協議させたことは有効であったか。

- ・3つの「栄養、色合い、旬」に関する資料を見て、説明や話し合いをすることができた。

【協議題②】

本時の課題に対して、自分たちの班の献立をよりよい献立にするために、積極的に話し合い活動を行うことができたか。(グループ協議の様子)

- ・カロリーを考えて、ハンバーグから焼売に変更していた。
- ・児童は楽しく活動し、班の一人一人が意見を述べることができた。
- ・献立を決める話し合いでは、献立の感想を言う場面が多く見られた。その後、嗜好に重点をおいた強い意見に流される様子を感じた。

(4) 指導・助言

- ・栄養教諭としての授業をする技術を見習う。
- ・都合がつけば先生方の授業の様子を見に行くなどしてもよい。
- ・授業のベーシックなノウハウ及び授業を見る方法を意識するとよい。