

群 教 セ	G07 - 02
	平25.249集
	小・家庭

食生活に必要な知識及び技能を 身に付けることができる家庭科指導の工夫

— 授業と家庭生活をつなぐ「家庭科連絡帳」の活用を通して —

長期研修員 竹澤 理恵子

キーワード 【食育 家庭一小 調理の学習 家庭との連携 実感を伴って理解する学習】

I 主題設定の理由

近年、偏った栄養摂取や朝食欠食など、児童に食生活の乱れが見られる。児童に食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校において食育を推進することが喫緊の課題となっている。食に関する問題は、本来家庭が中心となって担うものであるが、食生活の多様化が進む中、家庭において十分な知識を身に付けさせることが困難となりつつある。

このような社会全体の課題を受け、食育基本法（平成17年）が施行され、本県でも食に関する様々な取組が行われている。小学校学習指導要領解説家庭編では、より一層の食にかかわる指導の充実を求めており、日常生活に必要な知識及び技能を習得させ、実践的な態度を育てることをねらいとしている。

平成22年度ぐんまの子どもの基礎・基本習得状況調査では「包丁の使い方」に関する知識及び技能が定着していないことが課題とされた。こうした実態から、「はばたく群馬の指導プラン」では、「包丁を適切に使うこと」を課題にあげ、一人一人に技能を習得させるための授業改善を求めている。さらに、平成24年度ぐんまの子どもの基礎・基本習得状況調査では、「ゆでる調理の仕方や特性」について、理解の不足が新たな課題として浮かび上がった。

研究協力校の実態は、調理の学習への関心は高いが、調理にかかわる技能が身に付いていない児童が見られる。これは日常生活で、包丁を使ったり、食品を加熱したりする調理にかかわる経験が少ないためである。したがって、調理の基礎となる「材料の切り方」「ゆでる調理」「いためる調理」に関する知識及び技能の一層の定着を図る必要がある。そのためには、授業改善を行うとともに、授業で習得した知識及び技能を活用し、授業や家庭生活での実践を繰り返す場を意図的に設定することが大切である。

先行研究の中には調理実習に必要な知識及び技能を身に付けさせるために、実践に役立てることができるワークシートを作成、活用したものがあり、これにより知識及び技能の向上が見られたことが明らかになっている。

そこで、本研究では調理の学習において、学習シートを綴った「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と情報をやり取りしながら連携を図り、学習を進めることとした。実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習から学んだことを学習シートに記入し「家庭科連絡帳」に綴る。それを家庭に持ち帰り、記入した内容を振り返りながら、家族に伝えたり、実践に役立てたりする。実践を繰り返す場を意図的に設定し、食にかかわる経験を増やすことで知識及び技能が身に付くものと考え。このような「家庭科連絡帳」の活用を通して、家庭は学習内容や児童の学習状況を、教師は家庭での実践の様子や家庭からの要望を知ることができる。また、本研究では、内容「A家庭生活と家族」と「B日常の食事と調理の基礎」の関連を図る指導を行う。児童が、学んだことを家族に伝えたり、家族にインタビューをしたりする活動を通して、コミュニケーションが深まるであろう。そして「家族の健康を考えた1食分の食事作り」を通して、家族との触れ合いや団らんを楽しくする工夫をすることもできるであろう。

「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と情報をやり取りしながら連携を図り学びを共有することで、食生活への関心を高めるとともに、授業や家庭生活での実践を繰り返すことで、食生活に必要な知識及び技能を身に付けることができると考え、本主題を設定した。

II 研究のねらい

小学校家庭科の調理の学習において、食生活に必要な知識及び技能を身に付けるために、「家庭科連絡帳」を活用し、授業や家庭生活で実践を繰り返すことの有効性を明らかにする。

III 研究の見通し

1 「家庭科連絡帳」の活用を通し、家庭と連携を図り食生活への関心を高めること

題材を通して「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と情報をやり取りしながら連携を図ることにより、児童や保護者、教師が学びを共有でき、児童の食生活への関心を高めることができるであろう。

2 授業と家庭生活で実践を繰り返し、知識及び技能を身に付けること

「家庭科連絡帳」を活用しながら、学習したことを授業や家庭生活において実践を繰り返すことにより、知識及び技能を身に付けることができるであろう。

IV 研究内容の概要

本研究では、食生活に必要な知識及び技能を身に付けるために、家庭と連携を図りながら授業や家庭生活で実践を繰り返す実践授業を行った。授業で習得した学習内容を学習シートに記入し1冊のファイル「家庭科連絡帳」に綴るようにする。「家庭科連絡帳」に記入された学習内容を振り返りながら、授業や家庭生活で実践を繰り返すことで食生活に必要な知識及び技能を身に付けさせていくものである。

実践授業では、品質のよい食品を選ぶ学習や、ゆでたり、いためたりする調理の学習において、実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習を進めた。品質のよい食品を選ぶ学習については、発色剤が添加されていないハムと添加されているハムを比較し、食品添加物について学習したあと、品質のよい食品の選び方を考えた。いためる調理やゆでる調理の学習については、試しの調理を行い、目的に合った切り方やいため方、ゆで方について学習し、いためる調理やゆでる調理の特性に気付いた。

検証の場面では、「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と連携することで食生活への関心が高まることや、授業や家庭生活で実践を繰り返すことで、食生活に必要な知識及び技能が身に付くことを明らかにした。

V 研究のまとめ

1 成果

- 「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と連携を図りながら学習を進めたことで、保護者の協力が得られ、児童の食生活への関心を高めることができた。
- 授業で習得した学習内容を学習シートに記入し、家庭において「家庭科連絡帳」を振り返りながら、実践を繰り返したことで、習得した知識及び技能を活用する機会が増え、より一層の定着が見られた。
- 内容「A家庭生活と家族」と「B日常の食事と調理の基礎」を関連させ、学んだことを家族に伝えたり、家族にインタビューをしたりする活動を通して家族とのコミュニケーションを深めることができた。
- 児童が記入した学習シートに教師がコメントを加え、児童に達成感を味わわせたり、つまずきを見付け支援したりしたことで評価が次の学習につながり、指導と評価の一体化が図れた。

2 課題

- 食に関する技能を確実に身に付けさせるためには、一人一人に体験をさせることが必要であり、習得した技能を実践の中で繰り返し用いることが有効である。今後も家庭と連携をしながら学習を進めることが必要であるが、家庭に負担をかけないように、家庭からの支援をしてもらう部分と児童が一人で行える部分を分けるなど、連携の仕方を一考していく。
- 児童の技能を高めるためには、段階的に学習を進め、視点を絞った評価を行っていく。

VI 研究の内容

1 食生活への関心とは

食生活とは「人間の生活のうち、食事に関する分野」（大辞林第三版）のことである。本研究における食生活への関心とは、家庭において調理に関する仕事にかかわろうとすることや、一人で簡単な調理をしようとする態度である。

授業では、児童が発見した課題を解決するための学習の充実を図るために、実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習を展開し、児童の関心や意欲を引き出していく。家庭生活では、授業で学んだ知識及び技能が家庭での食生活に役立つことに気付き、家族とかかわり合いながらよりよい食生活にしていこうとする態度をはぐくんでいく。

2 食生活に必要な知識及び技能を身に付けることについて

本研究における食生活に必要な知識及び技能とは、包丁を使って食品を切ることや、材料や調理の目的に応じた加熱操作ができることである。食生活に必要な知識及び技能は自立の基礎を培い、新たな知識や技能を獲得するための基となるものである。このような知識及び技能を発揮することにより、よりよい家庭生活の実践ができるようになる。

知識及び技能は、実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習から習得し、児童が自分の考えを働かせながら活用することで身に付くものとする。習得した知識及び技能を活用する場を意図的に増やし、授業や家庭生活中で実践を繰り返すことで一層の定着を図れると考える。

3 「家庭科連絡帳」の活用について

(1) 「家庭科連絡帳」の内容について

「家庭科連絡帳」は、学習シートや評価カード、資料を1冊のファイルに蓄積しながら綴っていくものである。学習シートや評価カード、資料の種類とその記載内容や目的は表1のとおりである。

表1 「家庭科連絡帳」に綴る学習シートなどの種類と記載内容や目的

学習シート・評価カード・資料の種類		記載内容や目的
学習シート	インタビューシート	家族にインタビューした内容を記入
	わかったシート	授業で学んだことや自己評価、感想を記入
	チャレンジシート	家庭での実践内容や感想、家族からのコメントを記入
評価カード	ミニテスト	知識の定着を見取る
	相互評価カード	技能の定着を見取る
資料	家庭での実践内容を記録した写真や絵	ゆでたり、いためたりしたおかずや1食分の写真や絵
	様々なおかずのレシピ	家庭より紹介されたおかずのレシピ
	食育通信	教師が発行し、学習の取組の様子を紹介

(2) 「家庭科連絡帳」の活用について

「家庭科連絡帳」は、家庭科の授業と家庭生活をつなぐために活用するものである。

これまでの調理の学習では、図1のように調理実習において知識及び技能を習得したが、習得した知識及び技能を活用する場面が少なく、身に付けるまでにはいたらなかった。また、学習内容と市販のワークの内容が一致していない場合は、教師が作成したワークシートに記入しており、学習の軌跡が分かりにくく児童も教師も不都合を感じていた。

そこで、これまでの調理の学習を改善し、本研究では、



図1 これまでの調理の学習の流れと学習シート

図2のように、インタビュー調査、試しの調理、調理実習、家庭での実践を一連の調理の学習として構成した。このような学習から得た学習内容や、家庭での実践の様子を「わかったシート」や「チャレンジシート」に記入し、1冊の「家庭科連絡帳」に綴っていく。児童は、1冊の「家庭科連絡帳」に綴られた学習シートや資料を振り返ることで、これまでの学習内容をいつでも確認でき、次の実践に役立てることができる。また、教師は、1冊の「家庭科連絡帳」に学習シートが綴られることで一人一人の学習の取組や学習状況が見取りやすくなり、適切な助言ができる。

「家庭科連絡帳」は、図3のような一連のサイクルをもって活用する。

児童は事前に家庭よりインタビューを行い、「インタビューシート」にその内容を記入する。授業では、インタビューの内容を公表し、意見交流をすることで予備知識や学習の見通しをもちながら、課題を発見することができる。課題を解決するために、実践

的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習から得た学習内容を「わかったシート」に記入し、自己評価、感想などを加え、さらに教師がコメントや評価を付け加える。「わかったシート」に学習内容を文字で記録することで、認識がより深まると考えた。「わかったシート」を「家庭科連絡帳」に綴り、児童が家庭に持ち帰り、「家庭科連絡帳」を振り返りながら学習内容を家族に伝達したり、家庭での実践を行ったりする。家族は、学習内容や児童の学習状況を知ることができる。

家庭では、児童が行った実践について「チャレンジシート」にコメントを記入する。この「チャレンジシート」を教師が確認することで、児童が行った実践の様子や、家庭からの要望を知ることができる。

このように、学校と家庭で情報をやり取りしながら連携を図ることで、授業の取組が理解され、協力が得られるようになり、児童のよりよい実践につながるものとなる。また、習得した知識を活用しながら、授業と家庭生活で実践を繰り返すことで、知識及び技能が身に付くと考える。

「家庭科連絡帳」を活用することの配慮事項として、家庭状況は様々であることから、児童の生



図2 本研究の調理の学習の流れと学習シート

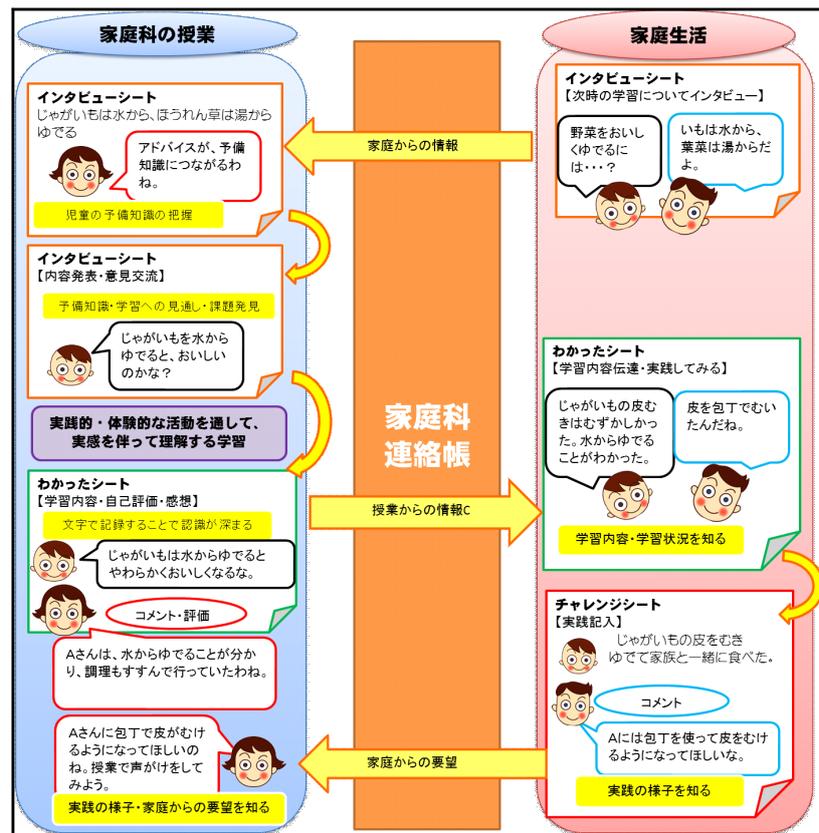


図3 「家庭科連絡帳」活用のサイクル

活実態に十分配慮をした、無理のない活用方法を進めていく。

4 研究構想図



5 食育と家庭科の授業の関連

平成17年度に食育基本法が成立し、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることが求められている。

学校における食育の指導時間としては、給食の時間、学級活動の時間、家庭科や保健体育などの教科の時間、総合的な学習の時間などがある。その中でも「家庭科などの食に関する指導を中核として、学校の教育活動全体で一貫した取組を推進することが大切である」（学習指導要領解説家庭編）とあるように、家庭科が果たす役割は大きいと思われる。家庭科における食に関する指導とは、内容「B 日常の食事と調理の基礎」のねらいで示している、日常の食事を大切にする心、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、食品の品質及び安全性などに関する基礎的な知識、調理の基礎的・基本的な知識及び技能である。これらの指導内容を総合的にはごくむ観点から、家庭科を通して食育を推進することが必要である。

家庭科の授業で食生活に必要な知識及び技能を身に付け、家庭生活で発揮していける児童を育成するために、魅力ある授業づくりを行うとともに、家庭と連携しながら取り組むことが大切である。

6 先行研究の分析結果と本研究とのつながり

先行研究では、調理の学習において、調理実習に必要な知識や技能を繰り返し確認でき、学習のポイントを明確にしたワークシートを活用しながら学習をすることで、知識の深まりや、技能の向上が見られたことが明らかになっている。しかし、一人一人の技能を見取る方法や、授業で抱いた実践意欲を家庭生活に結び付ける手だてに課題が残る。

本研究では、技能を見取る方法として、実技テストの実施と一人調理を取り入れる。このような方法から技能の見取りを行い、評価に生かすことができると考える。また、授業で抱いた実践意欲を喪失させないうちに家庭生活で実践する機会を設ける。授業で習得したことを家庭生活で活用する機会を増やし、実践を繰り返すことにより、知識及び技能を定着させるとともに、児童の達成感を高められると考える。

7 研究協力校の実態

研究協力校では、調理の学習への関心を示す児童が多く見られる。しかし、「一人で調理ができるようになりたいか」については、図4のように「なりたいたいけど不安」と回答した児童が29%であった。表2は家庭の手伝いの実施状況、家庭での仕事の内容、食事にかかわる手伝いの内容を示している。①「家庭の手伝いをするか」からは、家庭で自主的に手伝いをする児童の実態が伺える。②「家庭での仕事の内容」からは、食事にかかわる仕事を手伝える児童が多く見られた。しかし、③「食事にかかわる手伝いの内容」を見ると、配膳や食器洗いなどの手伝いが多く、食品を切ったり、加熱をしたりするなどの調理にかかわる経験が少ないと思われる。こうした理由から、図4で示したように、一人で調理ができるようになりたいと思っ

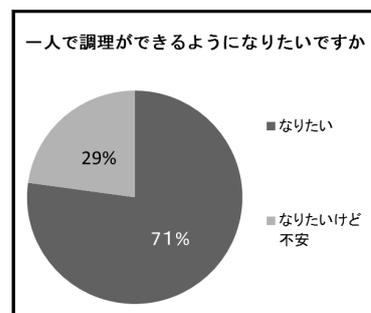


図4 児童の事前の調査結果

てはいるものの、調理をすることに不安を抱えている児童が少なくないことが分かる。

本研究ではこのような児童の実態を考慮しながら、一人一人の児童が、目的に応じて食品を切ったり、加熱をしたりする経験をさせていく。

表2 家庭の手伝い、家庭での仕事の内容
食事にかかわる手伝いの内容 (全児童48人)

質問		児童の回答			
①	家庭の手伝いをしますか	毎日する	1習慣に2~3回する	家族に言われたときにする	しない
		29%	44%	13%	0%
②	家庭での仕事の内容 (のべ人数)	食事に関わること	44人		
		風呂の準備	20人		
		掃除に関わること	11人		
		洗濯に関わること	10人		
		布団の上げ下ろし	5人		
		ゴミ出し	2人		
		兄弟の面倒	1人		
		ペットの世話	1人		
③	食事にかかわる手伝いの内容	20人以上	盛り付け、配膳、食器洗い、食器拭き、テーブル拭き		
		10人以下	食品を切る、ごはんを炊く		

VII 実践の計画と方法

1 実践計画

対象	研究協力校 小学校第6学年 48名
実践期間	平成25年9月4日~11月8日 12時間
題材名	身近な食品を使って、家族の健康を考えた1食分の食事作りをしよう
題材の目標	身近な食品を使って、家族の健康を考えた1食分の食事を作ることができる

2 検証計画

検証項目	検証の観点	検証方法
見通し1	題材を通して「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と情報をやり取りしながら連携を図ることは、児童、保護者、教師が学びを共有でき、児童の食生活への関心を高める上で有効であったか。	○事前アンケート ○事後アンケート ○記録用写真、ビデオの視聴 ○家庭科連絡帳 ・児童の感想 ・保護者の感想
見通し2	「家庭科連絡帳」を活用しながら、学習したことを授業と家庭生活において実践を繰り返すことは、知識及び技能を身に付ける上で有効であったか。	・学習シートの分析 ○発言、つぶやき ○実技テスト

3 抽出児童

A	調理実習をすることは好きであるが、食にかかわる経験が少なく、知識及び技能が十分に身に付いているとはいえない。食品の新鮮さや消費期限などに注意をして選び、包丁を安全に扱い食品の皮をむいたり、切ったりするための知識及び技能を身に付けられるようにしたい。
B	食生活への関心が高く、家庭でも食にかかわる仕事を手伝っている。食品の新鮮さや消費期限などを確認して選び、目的に応じて食品を切ることや、ゆでたり、いためたりすることにかかわる知識及び技能を身に付けられるようにしたい。

4 評価規準

家庭生活への関心・意欲・態度	・日常の食事や1食分の食事作りに関心をもち、食事の計画を立てたり、調理をしたりしようとしている。
生活を創意工夫する能力	・1食分の食事が栄養のバランスのとれた食事になるよう食品の組合せを考え、家族の健康を考えた献立を工夫している。
生活の技能	・安全に包丁を扱い食品の皮をむいたり、切ったりすることができる。 ・目的に応じて食品をいためることができる。
家庭生活についての知識・理解	・品質のよい食品の選び方や購入の仕方を理解している。 ・目的に応じた加熱の仕方を理解している。

5 指導計画

時	学習活動	実践的・体験的な活動	研究上の手だて
事前	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活について児童、保護者にアンケートを行う。 ・2学期の実践授業に向け、1学期の保護者会で「家庭科連絡帳」や児童に付けさせたい力について説明する。 		見通し1 ・食育通信発行① ・保護者会で「家庭科連絡帳」の目的や使い方を周知する。
見直そう！献立の立て方 食品の選び方			
つかむ	家庭	【インタビューしよう】 ・献立を考えるときにどのような工夫をしているのだろうか。	見通し1 ・家族にインタビューし、「インタビューシート」に記入するようにする。
	1	栄養バランスのよい1食分の献立を考えよう ・インタビューしてきたことを話し合う。 ・栄養バランスのよい1食分の献立を考える。 ・「わかったシート」に発見した気付きを記入する。	・インタビューから予備知識や学習への見直しをもてるようにする。 ・栄養バランスのよい献立の条件を「わかったシート」に記入するようにする。
	家庭	【チャレンジしよう】 ・栄養バランスのよい献立の考え方を家庭に伝えよう。 【インタビューしよう】 ・食品を選ぶときにどのようなことに気を付けているのだろうか。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を見ながら献立の立て方を家族に伝えるようにする。 見通し1 ・家族にインタビューし、「インタビューシート」に記入するようにする。
	2	品質のよい食品の選び方を考えよう ・インタビューしてきたことを話し合う。 ・2種類のハムを比較し、食品添加物について知る。 ・期限表示、新鮮な野菜の選び方を確認する。 ・品質のよい食品の選び方を考える。 ・「わかったシート」に発見した気付きを記入する。	・インタビューから予備知識や学習の見直しをもてるようにする。 ・品質のよい食品の選び方を「わかったシート」に記入するようにする。 見通し1 ・食育通信発行②
	家庭	【チャレンジしよう】 ・品質のよい食品を選んで買ってみよう。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を見ながら品質のよい食品の選び方を家族に伝え実践するようにする。
発見しよう！ いため方 ゆで方			
追究する	家庭	【インタビューしよう】 ・おいしいいためものを作るためにどのような工夫をしているのだろうか。	見通し1 ・家族にインタビューし、「インタビューシート」に記入するようにする。
	3	おいしいいためものを作るための調理のポイントを見付けよう ・インタビューしてきたこと話し合う。 ○試しの調理①をする。 ・条件を変えていためた野菜を比較する。 ・おいしくいためためポイントを見付ける。 ・生の野菜といためた野菜を比較する。 ・いためる調理の特性を見付ける。 ・「わかったシート」に発見した気付きを記入する。 ・ミニテストをする。	・インタビューから予備知識や学習への見直しをもてるようにする。 ・いためる調理のポイントを「わかったシート」に記入するようにする。 見通し1 ・食育通信発行③
	家庭	【チャレンジしよう】 ・いためものを作ってみよう。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を見ながらいためものを作るようにする。 見通し1 ・実践内容や家族からのコメントを「チャレンジシート」に記入するようにする。
	家庭	【インタビューしよう】 ・おいしくゆでるためにどのような工夫をしているのだろうか。	見通し1 ・家族にインタビューし、「インタビューシート」に記入するようにする。
	4 5	じゃがいもの皮をむき、おいしいゆで方のコツをつかもう ・インタビューしてきたことを話し合う。 ○試しの調理②をする。 ・じゃがいもの皮をむき大きさをそろえて切る。 ・水からゆでる。 ・生のじゃがいもとゆでたじゃがいもを比較する。 ・おいしくゆでるためのコツや、ゆでた後の食品の特性について話し合う。 ・「わかったシート」に発見した気付きを記入する。 ・ミニテストをする。	・インタビューから予備知識や学習への見直しをもてるようにする。 ・じゃがいもの皮のむき方を相互評価カードに評価するようにする。 ・じゃがいもをゆでる調理のコツを「わかったシート」に記入するようにする。 見通し1 ・食育通信発行④
	家庭	【チャレンジしよう】 ・じゃがいもの皮をむき、ゆでてみよう。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を見ながらじゃがいもをゆでるようにする。 見通し1 ・実践内容や家族からのコメントを「チャレンジシート」に記入するようにする。
	家庭	【インタビューしよう】 ・ポテトサラダに加える材料を見付けよう。	見通し1 ・家族にインタビューし、「インタビューシート」に記入するようにする。
	1食分の献立を考え、調理計画を立てよう ・家族にもらったレシピについて話し合う。		・「家庭科連絡帳」に記入してあるレシピを増し刷りし配付する。

追究する	6	・栄養バランスを考えた1食分の献立を考える。	見通し2
	7	・ご飯、みそ汁、野菜いため、ポテトサラダの調理の計画を立てる。 ・調理計画表を作る。	・「家庭科連絡帳」を振り返り、栄養バランスのよい献立を考えるようにする。
	家庭	【チャレンジしよう】 ・食品の皮をむいたり、切ったりしよう。	見通し2 ・食品の皮をむき、「チャレンジシート」に記入するようにする。
	家庭	【チャレンジしよう】 ・調理実習に使う材料を自分で選ぼう。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を振り返りながら食品を選ぶようにする。
	8 9	1食分の食事作りをしよう ・一人で野菜いためを作り、相互評価する。 ・グループで、みそ汁とポテトサラダを作る。	見通し2 ・野菜のいため方を相互評価カードに評価するようにする。 見通し1・食育通信発行⑤
家庭	【チャレンジしよう】 ・身近な食品を使って、ゆでたり、いためたりしておかずを作ろう。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を見ながらおかずを作るようにする。 見通し1 ・実践内容や家族からのコメントを「チャレンジシート」に記入するようにする。	
発表しよう！ 家庭での実践 包丁の腕前			
まとめる・生かす	10	家族の健康を考えた1食分の献立を考え、調理計画を立てよう ・健康について話し合う。 ・栄養バランスのよい1食分の献立を考え、調理の計画を立てる。	・保護者からのレシピを配付する。 見通し2 ・「家庭科連絡帳」を振り返り、栄養バランスのよい献立を考えるようにする。
	家庭	【チャレンジしよう】 ・家族の健康を考えた1食分の食事作りをしよう。	見通し2 ・「家庭科連絡帳」を見ながら1食分の食事を作るようにする。 見通し1 ・実践内容や家族からのコメントを「チャレンジシート」に記入するようにする。
	11	「家族の健康を考えた1食分の食事作り」の発表をしよう ・食事作りの感想を発表する。 ・家族からのメッセージを聞く。 ・今後、食事作りをするためにどのような工夫をしていくか「わかったシート」に記入する。	・「チャレンジシート」に記入した感想を発表するようにする。 ・家族からのメッセージを紹介する。 ・今後の食事作りの工夫を「わかったシート」に記入するようにする。 見通し1・食育通信発行⑥
	12	包丁の腕前を発表しよう ・一人ずつじゃがいもの皮むき実技テストをする。 ・ジャーマンポテトを作る。	見通し1・食育通信発行⑦ 見通し2 ・じゃがいものむき方を相互評価カードに評価するようにする。
	家庭	・できるようになった自分に気付き、これまでに学習したことを生かし、実践を広げる。	

VIII 実践の結果と考察

題材「身近な食品を使って、家族の健康を考えた1食分の食事作りをしよう」において「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と連携を図りながら実践授業を行ったところ、以下のような結果と考察になった。

1 「家庭科連絡帳」の活用を通し、家庭と連携を図り食生活への関心を高めること

(1) 結果

家庭で行う調理について児童にアンケートをしたところ、表3のような結果になった。二つの質問それぞれにおいて、事前に比べ事後の方が肯定的な回答をする児童が増えている。

質問①の「家庭で調理をすることは好きか」については、事前は調理をすることに否定的な回答をした児童が8%いたが事後では2%に減り、家庭で調理をすることが「とても好き」「好き」と回答した児童が98%を占めた。質問②の「一人で調理ができるようになりたいか」については、事前は71%

表3 家庭で行う調理についての関心・意欲を示すアンケート結果

質問		児童の回答		
		事前%	事後%	
①	家庭で調理をすることは好きですか	とても好き	42	55
		好き	50	43
		どちらかという好き	4	2
		好きではない	4	0
②	一人で調理ができるようになりたいですか	なりた	71	89
		なりた	29	11
		なりた	0	0
		なりた	0	0

の児童が「なりたい」と回答していたが、事後では89%に増えた。児童が家庭で作ったものは、事前は野菜いため、チャーハン、ゆで卵が多かったが、事後は焼きそば、そばろ、ケチャップライス、じゃがいも料理など、授業で学習したものを発展させ工夫を加えたものが多かった。

まとめる・生かす過程の11時間目「家族の健康を考えた1食分の食事作りの発表をしよう」の授業では、抽出児童Aは図5のような感想を記述した。また、抽出児童Bは図6のような感想を記述した。クラス全員が抽出児童Aや抽出児童Bのように、これからも調理を継続しようとする意欲を示す感想を記述していた。また、「離れたところに住んでいる祖父母に作りたい」「母に教えてもらいたい」など、食を通して他者とかかわろうとする気持ちや、「栄養のバランスを考えて作っていききたい」など、栄養面に気を配ろうとする意欲が記述されていた。

児童の食生活について保護者にアンケートをしたところ、「お子さんは一人で調理ができていますか」については、図7のような結果であった。事前は、「よくできている」「できている」と回答した保護者は37%であったが、事後は62%に増えていた。

授業や家庭生活での実践内容や実践の協力依頼、食の話題を掲載した食育通信の発行を行った。家庭からは「食育通信を楽しく見た」などの感想が寄せられた。

(2) 考察

「家庭科連絡帳」に家庭で目を通してもらい、学習内容や児童の学習状況を継続して伝えたことで、授業の取組が理解され、家庭の協力を得ながら実践することにつながった。

家庭で行う調理については、事前は、家族に言われたときにする児童や、しない児童がいたが、事後は、週に2～3回程度自分から行う児童が増えていた。「家庭科連絡帳」を振り返りながら、実践を繰り返したことで、自分でできる調理の幅が広がり、自信をもって取り組む児童が増えたためであるとする。

「家庭科連絡帳」を活用した児童の感想は、図8のように、「調理をする経験がたくさんできて楽しかった」という内容の記述が多かった。また、「家の人に分かったことを伝えたり、インタビューをしたり、会話をする機会が増え、うれしかった」という記述も見られた。「家庭科連絡帳」を振り返りながら、家庭の協力を得ながら実践したことで食生活への関心をもつことができたとする。また、家族に

今度は手伝ってもらわないで一人で早くおいしく作って家族に食べさせたいです。この学習で自分に自信がついたので、がんばりたいです。

図5 11時間目の抽出児童Aの感想

この学習で、栄養のバランスのよい食事を作り、家族と一緒に食べることの大切さを学びました。今後も家族を手伝って食事作りを続けていきたいと思っています。

図6 11時間目の抽出児童Bの感想

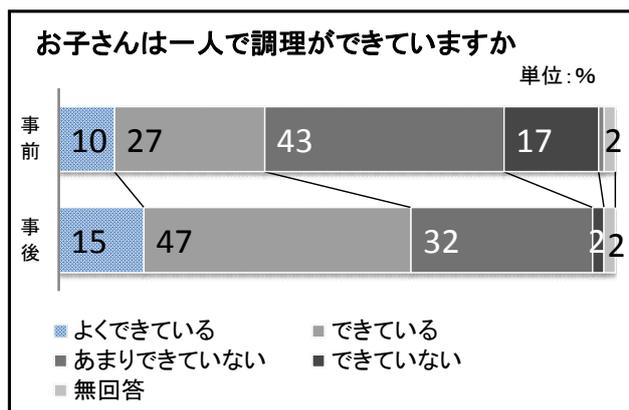


図7 保護者のアンケートより

- ・家庭で調理をする経験がたくさんできて楽しかった。
- ・家の人に分かったことを伝えたり、インタビューをしたりして、会話をする機会が増え、うれしかった。
- ・一人で調理ができるようになり、自信がついた。

図8 「家庭科連絡帳」を活用した児童の感想

- ・家庭科の宿題をすることで、子どもの調理への関心を高めることができ、子どもの自信にもつながった。
- ・普段は親も一緒に作りながら教えることができないので、この学習ができてありがたかった。
- ・家庭科連絡帳や食育通信をいつも楽しく見た。一緒に勉強させてもらいながら読めた。

図9 「家庭科連絡帳」を活用した家庭からの感想

学んだことを伝えたり、インタビューをしたりしたことで家族との会話が増え、コミュニケーションの深まりが見られたことが伺える。

「家庭科連絡帳」を活用して学習内容や授業や家庭生活での実践内容を家庭に伝えたところ、家庭からの感想は、前頁図9のように、「家庭科の宿題をすることで、子どもの調理への関心を高めることができた」という記述が多かった。1冊の「家庭科連絡帳」を家族と一緒に目を通し、家族が実践を支援してくれることで、児童は自信をもって取り組むことができた。その結果、よりよい食生活をしていこうとする意識をもつことができたと推察する。また、「家庭科連絡帳や食育通信をいつも楽しく見た、一緒に勉強させてもらいながら読めた」の記述から、保護者の食生活への関心も高まったと考えられる。

食育通信(図10)を12時間の実践授業中、7回発行した。家庭科の授業で学習した内容を家庭生活での実践につなげるためには、家庭と連携を図ることが重要である。食育通信をこまめに発行したことで、授業内容や児童の取組の様子が理解され、家庭の協力を得ながら実践を行うことにつながったと考える。

以上のことから「家庭科連絡帳」を活用し、家庭と情報をやり取りしながら学びを共有化したことは、児童の食生活への関心を高める上で有効であったと考える。

2 授業と家庭生活で実践を繰り返し、知識及び技能を身に付けること

(1) 結果

① 「品質のよい食品の選び方を考えよう」について(指導計画2時間目)

児童は家庭より「食品を選ぶときに気を付けていること」についてインタビューをし、その内容については「家庭科連絡帳」に綴られた「インタビューシート」に記録してある。

2時間目の導入では、「インタビューシート」を見ながら、インタビューの発表と意見交流を行った。家族が行っている「食品を選ぶときに気を付けていること」は、「消費期限、賞味期限に気を付ける」「食品添加物を確認する」「新鮮なものを選ぶ」「使い切る量のものを選ぶ」「産地を確認する」「地元の野菜を選ぶ」であった。

本時は、インタビューの結果から「食品添加物」について着目し、発色剤が添加されていないハムAと発色剤が添加されているハムBの比較を行い、食品添加物を使う目的について学習を行った。

まず、ハムAとハムBを見比べさせたところ、ハムAについては、「つやがない」「茶色っぽい」との感想が聞かれ、ハムBについては、「おいしそう」「色がきれい」「普段食べているハムに似ている」「つやがある」「食べたい」と、ハムBを支持する意見が多く出された。

食育通信

桐生市立北小学校
家庭科部(竹澤)発行
平成25年10月24日
No.5

1 食分の食事作りをおこないました

16日(1組)と24日(2組)に調理実習を行いました。
事前に、ご飯とみそ汁を中心とした栄養バランスのよい献立と調理の手順を考える学習をしておいたので、当日は計画に基づき、スムーズに調理実習ができました。
ご飯は給食を代用しました。みそ汁は煮干しや昆布でだしをとり、どの班もおいしいみそ汁が作れました。おかずは、これまでに学習した、「いためる」と「ゆでる」調理法を取り入れ、野菜いためとポテトサラダを作りました。
ご飯、みそ汁、野菜いため、ポテトサラダの献立に、脂質、炭水化物、たんぱく質、無機質、ビタミンの5大栄養素がバランスよく取り入れられていました。

野菜のためは一人調理

「いためる試しの調理」で、野菜の切り方、いためる順序、火加減を調節する、短時間で調理することを既習事項として身に付けてきました。こうした知識を生かし、当日はおいしい野菜のためを作るために、大きさをそろえて切ったり、火加減を調節したり、かき混ぜながらいためるなど、学習した技能を発揮することができていました。
事前の調査では、家庭で一人で調理をする経験は多い子から少ない子まで様々でした。経験が多い子は、さすがに手際がよく、切る活動から盛りつけるまで、5分でやり遂げる子もいました。また、初めて一人で調理をした子どもは、達成感が得られた様子でした。



【慎重に切る様子】



【大きさをそろえて切る様子】



【かき回していためる様子】

図10 食育通信

表4 ハムAとハムBの原材料の比較

	ハムA	ハムB
主な原材料	豚ロース肉	豚ロース肉
	食塩	食塩
	たん白加水分解物	たん白加水分解物
	香辛料	香辛料
		発色剤
		酸化防止剤

次に、においを比較させたところ、ハムAについては、「においがうすい」、ハムBについては「においが強い」などのつぶやきが出された。また、半分の量を食べ比べさせたところ、ハムAについては、「肉の味がする」「焼豚の味に似ている」というつぶやきが聞かれた。

それぞれのハムの品質表示から、主な原材料を前頁表4のように提示し、比較をしたところ、児童からは、「ハムになる原材料（豚ロース肉や食塩）以外の成分は何だろう」「聞いたことのない成分が入っている」などのつぶやきが聞かれた。ハムBに多くの成分が含まれていることに気付いたことから、【食品添加物】の言葉に触れ、食品添加物が使われている目的を学習した。食品添加物については、中学校学習指導要領（家庭科）B食生活と自立（2）ウ「食品の品質を見分け、用途に応じて選択できること」で学習する。

さらに、加工食品には期限表示があり、賞味期限と消費期限の表示の仕方があることや、生鮮食品は鮮度をよく見たり、旬の食品を選んだりすることを確認した。

2種類のハムを比較する学習から、児童は、図11のような考えを「わかったシート」に記述した。授業のまとめでは、「わかったシート」に今日の学習で発見した気付きと自己評価を記入した。教師がコメントを加えた「わかったシート」を「家庭科連絡帳」に綴って家庭に持ち帰り、品質のよい食品の選び方を実践した。実践後の「チャレンジシート」の保護者からの記入欄には、「加工食品の賞味期限以外は気にしていなかったが、食品添加物の表示も気を付けて見るようにしたい」「子どもと一緒に買い物に行き、店頭にある旬の野菜を勉強させたいと思った」などの記述がされていた。

- ・食品添加物には発色剤などがあり、おいしそうに見えるようにしている。
- ・食品添加物は食品を長持ちさせてくれる。
- ・食品添加物が入っていると、見た目が違うことに気付いた。
- ・Aの方が肉に近い味がした。
- ・見た目はBの方がおいしそうだが、味はAの方がよいと感じた。

図11 「わかったシート」への記述

② 「おいしいためものを作るための調理のポイントを見付けよう」について
（指導計画3時間目）

児童は家庭より「おいしいためものを作る工夫」についてインタビューをし、その内容については「家庭科連絡帳」に綴られた「インタビューシート」に記録してある。

3時間目の導入では、「インタビューシート」を見ながら、インタビューの発表と意見交流を行った。家族が行っている「おいしいためものを作る工夫」は、「同じ大きさに切る」「手早くさっといためる」「火の通りにくいものからいためる」「材料の新鮮さが大事」であった。

本時は、インタビューの結果から「同じ大きさに切る」「手早くさっといためる」「火の通りにくいものからいためる」について児童がもった課題を解決するために、試しの調理を行った。

まず、にんじんを用いて【切り方】の比較を行った。「わかったシート」には、図12のように2mmのせん切りについては「あまい」「歯ごたえがある」、1cmのたんざく切りについては「かたい」「生のところがある」などの記述がされていた。

次に、ピーマンを用いて【火加減】の比較を行った。「わかったシート」には、強火については「やわらかい」「おいしい」、弱火については「生みたいな感じ」などの記述がされていた。

そして、キャベツを用いて、【加熱時間】の比較を行った。「わかったシート」には、30秒については「シャキシャキしている」「見た目がいい」「あまい」「歯ごたえがある」、3分については

おいしいためものをつくるための調理のポイントを見付けよう		
1 試しの調理をしてみよう。		
① にんじんの切り方を比べる。 1, 2班 強火で50秒		
食品名	高さ4cm 厚さ5mm 幅2mmのせん切り	高さ4cm 厚さ5mm 幅1cmのたんざく切り
にんじん	あまい	かたい(中心部)
② ピーマンをいためる火加減を比べる。 3, 4班 切り方は5mm幅のせん切り、いため時間は40秒		
食品名	強火	弱火
ピーマン	やわらかい	生みたいな感じ
③ キャベツのいため時間を比べる。 5, 6班 たて4cm、幅1cmのたんざく切り、中火		
食品名	30秒	3分
キャベツ	見た目がいい シャキシャキしてる	見た目は悪い フニャフニャしてる

図12 「わかったシート」への記述

「見た目が悪い」「こげている」「フニャフニャしている」などの記述がされていた。

いためた野菜を見比べたり、食べ比べたりする活動から、図13のように今日の学習で発見した気付きと自己評価を記入した。教師がコメントを加えた「わかったシート」を「家庭科連絡帳」に綴って家庭に持ち帰り、身近な食品を使ったためもの作りを実践した。実践後の「チャレンジシート」の保護者からの記入欄には、「野菜いためを一生懸命作ってくれました、また作ってもらって食べたいです」など、児童を賞賛する記述がされていた。

③ 「じゃがいもの皮をむき、おいしいゆで方のコツをつかもう」について（指導計画4、5時間目）

児童は家庭より「じゃがいもやほうれん草をおいしくゆでる工夫」についてインタビューをし、その内容については「家庭科連絡帳」に綴られた「インタビューシート」に記録してある。

4、5時間目の導入では、「インタビューシート」を見ながら、インタビューの発表と意見交流を行った。家族が行っている「おいしくゆでる工夫」は、「じゃがいもは水からゆでる、ほうれん草は湯からゆでる」であった。

本時は、インタビューの結果から「じゃがいもは水からゆでるとおいしい」「ほうれん草は湯からゆでるとおいしい」ことを確認するために試しの調理を行った。

はじめに、じゃがいもの皮をむき、大きさをそろえて切った後、水からゆで始め沸騰するまで強火、沸騰したら火を弱め8～12分間ゆでることを観察しながら実習した。指導に当たっては、【ゆでる】【沸騰】【強火】【火を弱める】【水がかぶる】

【粉をふく】など、ゆでる調理にかかわる言葉に慣れさせながら学習を進めた。

次に、ゆでたじゃがいもと、生のじゃがいもを比較する活動を行い、ゆでる調理の特性を理解させた。図14の「わかったシート」には、色、におい、かたさ、形などを比較した結果を記入するようにした。「ゆでるとおいしくなるということは、よいにおいがしたり、やわらかくなったりすることなんだ」とのつぶやきが聞かれた。

「わかったシート」に今日の学習で発見した気付きと自己評価を記入した。教師がコメントを加えた「わかったシート」を「家庭科連絡帳」に綴って家庭に持ち帰り、じゃがいもの皮をむき、ゆでることの実践を行った。「チャレンジシート」の保護者からの記入欄には、「ゆで加減を何回もチェックしながらがんばっていました」など、児童を賞賛する記述がされていた。

④ 「包丁を使って食品の皮をむく活動」について（指導計画4、5、12時間目）

包丁を使って「皮をむく」活動は、日常生活であまり経験をしておらず、4、5時間目の授業で初めて包丁を使って皮をむく体験をする児童が6割いた。これは様々な調理器具が出回っており、包丁を使わなくても食品の皮がむけることや、家庭生活で調理にかかわる経験が少ないことが考えられる。

4、5時間目の授業では、はじめに、包丁の安全な握り方や包丁の刃の進み方を学習するために、

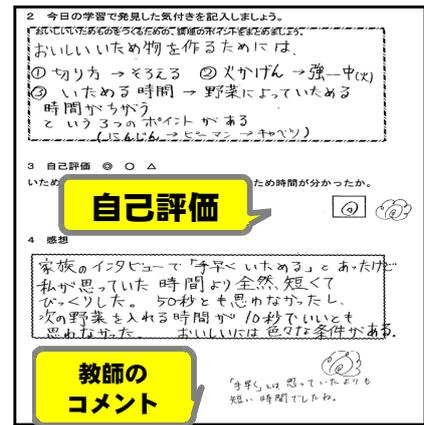


図13 「わかったシート」への記述

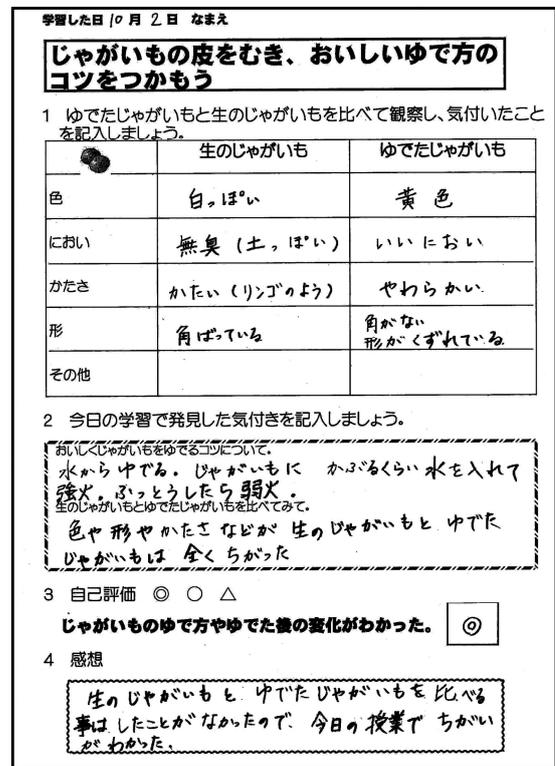


図14 「わかったシート」への記述

G-Tak動画でじゃがいもの皮のむき方を確認をした後に、厚紙で作った包丁で柄の握り方や親指の位置、包丁の傾き方を確認した。初めて体験する児童は、「切る」ときの包丁の握り方との違いに驚いていた。

じゃがいもの皮をむく場面では、技能に個人差が見られた。日常生活で皮をむいた経験が多い児童は、短時間で皮をむき同じ大きさに切りそろえることができたが、初めて体験する数人の児童は、図15のように包丁を傾けて持つことや、皮の下で刃を進めることができなかった。

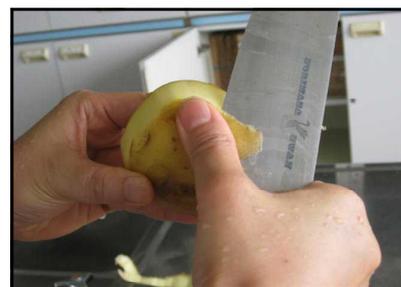


図15 じゃがいもの皮をむく様子

12時間目の「包丁の腕前を発表しよう」では、じゃがいもの皮のむき方について知識の定着を見取るために、記述式のペーパーテスト、技能を見取るために、実技テストを行った。記述式のペーパーテストにおいて、じゃがいもの皮のむき方と芽の取り方を確かめたところ、表5のように質問①、②について全員の児童が理解をすることができた。実技テストにおいては、正しく包丁を握ることや、皮のむき方について、教師と児童同士の相互評価により見取った。抽出児童Aは図16の相互評価カードが示すように、4、5時間目に行った1回目に比べ、12時間目に行った2回目では時間が短縮されていたことが分かる。教師による見取りでは、包丁の握り方が安定し、親指をじゃがいもの皮に当てながらむくことができていた。12時間目の授業では、8割の児童が一人で包丁を使ってじゃがいもの皮をむき、大きさをそろえて切ることができた。

表5 じゃがいもの皮のむき方のペーパーテストの結果

質問		正答率%
①	じゃがいもの皮のむき方	100
②	芽の取り方	100
③	ゆでるときの切り方	96

これらのことから、皮のむき方や芽の取り方は知識として全児童が習得することができたが、数名の児童が技能の習得までには至らなかったことが分かる。

10月10日6年2組 なまえ					10月29日6年2組 なまえ				
1回目					2回目				
チェック項目		○	△	記号	チェック項目		○	△	記号
包丁のにぎり方	柄は3本の指でにぎり、人さし指が刃の裏に添えてある。	3本の指でにぎり、中指が刃の下にあり、人さし指で刃の裏を押ししている。	3本の指でにぎっているが、中指が刃の下にない。	○	包丁のにぎり方	柄は3本の指でにぎり、人さし指が刃の裏に添えてある。	3本の指でにぎり、中指が刃の下にあり、人さし指で刃の裏を押ししている。	3本の指でにぎっているが、中指が刃の下にない。	○
かわのむき方	親指をじゃがいもの皮にあてている。	親指がじゃがいもの皮にいつもあっている。	親指が皮から離れてしまう。	○	かわのむき方	親指をじゃがいもの皮にあてている。	親指がじゃがいもの皮にいつもあっている。	親指が皮から離れてしまう。	○
	刃を皮の下にもぐらせ、回しながら進んでいる。	刃を皮の下にもぐらせながら進み、2回以上回っている。	刃を皮の下にもぐらせながら進み、1回は回せる。	△		刃を皮の下にもぐらせながら進んでいる。	刃を皮の下にもぐらせながら進み、2回以上回っている。	刃を皮の下にもぐらせながら進み、1回は回せる。	△
チェックした人					チェックした人				

前より早くできていてよかったです

図16 抽出児童Aの相互評価カード(左・1回目、右・2回目)

(2) 考察

「品質のよい食品の選び方」については、図17の児童のアンケート結果のように、加工食品の「賞味期限や消費期限」、生鮮食品の「鮮度」や「産地」を確かめる児童が増えた。このことは、授業で学習した内容を「家庭科連絡帳」に綴った「わかったシート」を振り返りながら、家族に伝えたり、家族と一緒に買い物をしたため、品質のよさを意識して食品を選ぶことができるようになったからであると考えられる。

「いためる調理」については、次頁図18の児

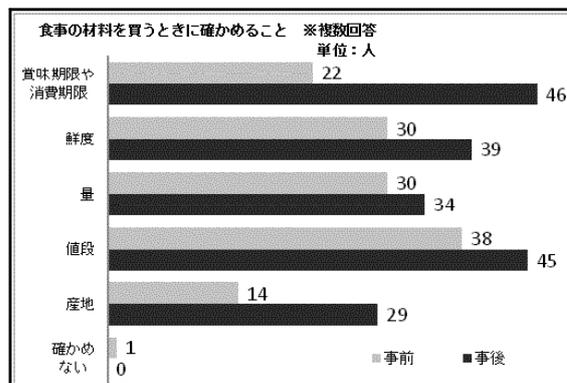


図17 児童のアンケート結果(全48人)

童のアンケート結果から、学習後は野菜に応じた「火加減」「味付け」「切り方」「加熱時間」などを意識して調理を行う児童が増えた。これは、試しの調理を通して、それぞれの野菜に適した切り方、火加減、加熱時間があることを実感を伴って理解することができたためであると考えられる。8、9時間目の調理実習では、野菜を切る、いためる、味を付ける、盛り付けるまでの一人調理を行った。「12分以内に作ろう」と目標を設定し実践したところ、8割の児童が10分以内に完成させることができた。これまでに行ってきた実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習から、習得した知識及び技能を活用することができたと考えられる。さらに、児童の実践意欲が喪失しないうちに実践を繰り返す場を設定したことで、知識及び技能を身に付けさせることにつながったと考える。

「ゆでる調理」については、図19の児童のアンケート結果から、学習後は「水や湯どちらからゆで始めるか」や「ゆで時間」を意識して調理を行う児童が増えた。これは、試しの調理を通して、じゃがいもは水からゆでることやほうれん草は湯からゆでること、やわらかくおいしく食べるためには適切なゆで時間があることを実感

を伴って理解することができたためであると考えられる。また、習得した知識及び技能を活用する機会を意図的に設け、授業や家庭生活で実践を繰り返し行えるようにしたことで、ゆでる調理にかかわる知識及び技能を身に付けさせることにつながったと考える。

「包丁を使って食品の皮をむく活動」については、一人一人に技能を身に付けるための授業改善を行った。これまでの調理実習では限られた児童が包丁を扱い、一度も扱うことができない児童が見られた。しかし、調理実習のねらいは、調理に関する技能を児童一人一人に習得させることである。すべての児童を「おおむね満足できる」状況にするには、一人一人に技能を習得させる場を数多く提供することである。そこで、本研究では、24人のクラスで12組のペアを作り、一人の児童が包丁を扱っているときは、もう一人の児童が評価をするようにした。役割を代えながら全児童が包丁を扱うことができる授業改善である。

4、5時間目の授業では、包丁の持ち方や、皮をむく時の右手と左手の動かし方を見取るために、相互評価や教師による評価を行った。評価をする児童は、友達の活動の様子を観察し、アドバイスをしながら進めることができた。相互評価カードに児童や教師のコメントを加え「家庭科連絡帳」に綴り、家庭での実践に生かせるようにした。授業でできなかった部分を克服するために、「家庭科連絡帳」を振り返りながら、家庭において意欲的に実践をする姿が見られた。そのため、12時間目の授業では、8割以上の児童が一人で包丁を使ってじゃがいもの皮をむき、大きさをそろえて切ることができた。友達や教師による評価を受け、家庭で実践を繰り返したことで、技能が定着したと考える。しかし、包丁を正しく持つことや、刃を進めることができなかった児童もいた。包丁を持たせる前に、紙の包丁などを使って恐怖感を取り除いてから、刃の進め方を十分に練習させる必要がある。

本研究では、授業で習得した学習内容を学習シートに記入し、1冊の「家庭科連絡帳」に綴るようになってきた。「家庭科連絡帳」を活用することで、教材の数が限定され、児童も教師も利用しやすいものとなった。児童は学習内容をいつでも振り返ることができ、授業や家庭での実践に役立てることができた。教師は1時間ごとの学習シートの記述や自己評価、相互評価、ミニテストの結果

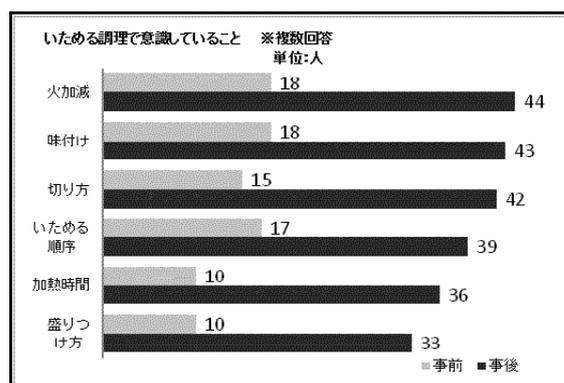


図18 児童アンケートの結果 (全48人)

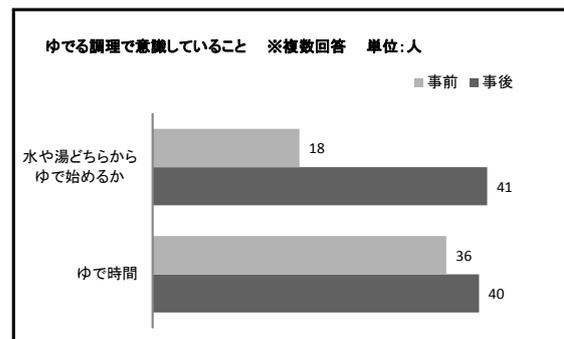


図19 児童アンケートの結果 (全48人)

などから見取ることによって一人一人の児童の学習状況を把握し、適切な助言ができ、次の指導に生かすことができた。

以上のことから、「家庭科連絡帳」を活用し、実践的・体験的な活動を繰り返し行ったことで、食生活に必要な知識及び技能を身に付けさせるために有効であったと考える。

IX 実践の成果と課題

1 成果

(1) 食生活への関心の高まり

「家庭科連絡帳」を活用したことで、家庭に学習内容や学習状況を伝えることができ、家庭での実践の様子や要望なども知ることができた。家庭と情報をやり取りし連携を図りながら学習を進めたことで、児童の食生活への関心が高まり、保護者の関心も高めることができた。

(2) 食生活に必要な知識及び技能の定着

実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習から習得した学習内容を「わかったシート」に記入し、授業や家庭生活において「家庭科連絡帳」を振り返りながら実践を繰り返すようにした。また、「チャレンジシート」に記入された家族のコメントから、要望を知り指導に生かした。家庭の協力を得ながら実践を繰り返すことで、習得した知識及び技能を活用する機会が増え、知識及び技能を身に付けることにつながった。

(3) 家族のコミュニケーションの深まり

「家族の健康を考えた1食分の食事作り」では、家族の健康を考えながら、家庭にある材料を使い、これまでに習得した知識及び技能を活用して調理を行うことができた。この学習を通して、今後も家族と一緒に食事を作っていくことの大切さを感じることができた。また、授業で学んだことを家族に伝えたり、家族にインタビューをしたりする活動を通して、家族とのコミュニケーションを深めることができた。

(4) 指導と評価の一体化

「家庭科連絡帳」に綴った学習シートの記述や自己評価、相互評価、ミニテストなど、様々な方法で学習状況を見取り、評価を行った。児童の学習状況をスモールステップで見取り、教師がコメントや言葉掛けをすることで、児童の達成感を味わわせたり、つまづきを支援したりしながら、次の学習につなげることができた。指導と評価の一体化を図ったことで、知識及び技能が身に付いた児童が見られた。

2 課題

(1) 家庭との連携の在り方について

食に関する技能を確実に身に付けさせるためには、授業の中で一人一人に体験をさせることが必要である。体験を通して習得したことを自分の考えを働かせながら活用し、実践を繰り返すことで身に付くと考える。今後も、授業の内容や児童の学習状況を家庭に発信したり、家庭から児童の取組の様子や要望を伝えてもらったりするなど、家庭との連携を図りながら進めることが必要である。しかし、家庭の負担にならないよう、家庭からの支援をしてもらう部分と児童が一人で行える部分を分けるなど、連携の仕方を工夫する必要がある。

(2) 技能の見取りについて

一人一人の技能の高まりを見取るには、実技テストが有効である。しかし、「ぐんまの子どもの基礎・基本習得状況調査」における学校質問紙調査の結果では、調理技能の評価として教師が重視しているのは、「実習時の作業の様子での評価」が73%、「実技テストにおける評価」が26%である。実技教科である音楽や体育では、児童一人一人の技能を見取るための実技テストを多くの教師が取り入れているが、調理技能を見取るための実技テストを取り入れている教師は少ない状況である。「はばたく群馬の指導プラン」には、「一人一人に必要な技能を確実に身に付けさせるためには、テストという形式も考えられる」とある。本研究でも2回の実技テストを行った。複数回に分

けてテストをすることで一人一人の技能の習得状況が分かり、適切な支援ができる。しかし、技能が思うように身に付かなかった児童も見られたことから、段階的な学習を進め、視点を絞った評価をしていくことに留意しながら一人一人の技能の定着につなげていく。

X 食生活に必要な知識及び技能を身に付けさせるために

1 授業と家庭生活をつなぐことが効果的な学習につながる

本来、家庭生活は、子どもの躰や基本的な生活習慣を身に付けさせるという機能をもっている。しかし、家庭の教育力が低下していると言われていた今、子どもの生活経験を豊かにさせる家庭の仕事の分担の仕方や、家庭の仕事をする機会の在り方を一考する必要がある。

食生活に必要な知識及び技能を身に付けるためには、授業と家庭生活をつなぎ協働機能の充実を図ることである。そこで本研究は、授業と家庭生活中で実践を繰り返す学習の流れを構成した。知識及び技能は、授業で1度学習しただけでは定着されにくい。したがって授業で習得した知識及び技能を自分の考えを働かせながら活用し、授業や家庭生活中での実践を繰り返し行い、知識及び技能を身に付けさせる学習の流れである。「家庭科連絡帳」を活用したことで、家庭には、授業内容が理解され児童の学習状況を伝えることができた。教師は、児童が家庭で行った実践の様子や、家庭からの要望を知ることができた。家庭科においては、家庭と連携を図り、授業の取組や家庭での実践の様子を相互に理解し合い、保護者と教師が学びを共有しながら、共に児童を支援することで効果的な学習につながる。今後も授業と家庭生活をつなぐ「家庭科連絡帳」の効果を広めながら、改良を加えていく。

2 指導と評価の一体化を図った学習過程を作成すること

食生活に必要な知識及び技能を身に付けさせるためには、一人一人の学習状況を見取り、適切な指導を行うことが大切である。本研究では、学習シートの記述、自己評価、相互評価、ミニテスト、実技テスト、チャレンジシートの記述など様々な方法で学習の評価を行った。評価することにより児童のつまづきを早期に掌握し、一人一人に適切な支援をし、次の指導に生かすことが知識及び技能の定着につながる。また、教師は、学習シートの記述内容やミニテストの結果から、自己の学習指導を見直し、より具体的で分かりやすいものになるよう改善につなげなくてはならない。

今後は、「家庭科連絡帳」に蓄積した学習シートや資料を用いたポートフォリオ評価を研究し、学習シートを改善するなど、効果的な資料の作成に努めたい。また、ポートフォリオによる評価法を他教科に広げ、より効果的な評価法を研究していきたいと考える。しかし、ポートフォリオは児童にも教師にも負担がかかるものであるため、取り入れる題材や単元を精選し活用していく。

<参考文献>

- ・文部科学省 『食に関する指導の手引き ー第一次改訂版ー』（平成22年）
- ・池崎 喜美恵 他著 『家庭科教育』学文社（2011）
- ・西岡 加名恵 著 『教科と総合に活かすポートフォリオ評価法
～新たな評価基準の創出に向けて～』図書文化社（2003）
- ・日本家庭科学会編 『生きる力をそなえた子どもたち』学文社（2010）
- ・技術・家庭科における基礎的な知識と技術を習得させる学習指導に関する研究
— 食生活の学習手引書の作成と活用を通して — （2年次）
岩手県総合教育センター科学産業教育室 八重樫 夫佐子 （平成18年1月12日）

<研究協力校>

桐生市立北小学校

<授業協力者>

赤石 裕寿 星野 みゆき

<担当指導主事>

長沼 祐子 平形 隆正

家庭科学習指導案

平成25年9月3日（火曜日）～10月31日（木曜日）

場 所：調理室

指導者：竹澤 理恵子

1 題材名 「身近な食品を使って、家族の健康を考えた1食分の食事作りをしよう」

2 考 察

(1) 教材観

本題材は、小学校学習指導要領解説家庭編の内容「A家庭生活と家族」（3）家族や近隣の人々とのかわりと、「B日常の食事と調理の基礎」（1）食事の役割、（2）栄養を考えた食事、（3）調理の基礎を受けて、2つの内容を関連・融合させて設定したものである。

この学習では、食品を組み合わせて栄養バランスのよい献立を考え、品質のよい食品を自分で選び、家族のために1食分の食事を作る活動を通して、食生活に必要な知識及び技能を身に付けることをねらいとしている。具体的には、3つの食品グループから食品を組み合わせて選び、栄養バランスのよい献立を考えること、表示やマークを確かめて品質のよい食品を選ぶこと、目的に応じて食品を切り、ゆでたり、いためたりする調理ができることである。さらに、家族のために1食分の食事を作る活動を通して、家族との触れ合いや、団らんを楽しくする工夫をすることである。

本題材では、実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習を中心に展開する。このような学習の仕方です身に付けた学習内容を、授業や家庭での実践を繰り返すことにより、食生活に必要な知識及び技能の一層の定着が図れるようになると考え本題材を設定した。

(2) 児童の実態及び指導方針(略)

3 研究とのかわり

近年、偏った栄養摂取や朝食欠食など、児童に食生活の乱れが見られる。児童が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることができるよう、学校において食育を推進することが喫緊の課題となっている。食に関する問題は、本来家庭が中心となって担うものであるが、食生活の多様化が進む中、家庭において十分な知識を身に付けさせることが困難となりつつある。

小学校学習指導要領解説家庭編では、より一層の食にかかわる指導の充実を求めており、日常生活に必要な知識及び技能を習得させ、実践的な態度を育てることをねらいとしている。

ぐんまの子どもの基礎・基本習得状況調査では、「包丁の使い方」に関する知識及び技能が定着されていないことや「ゆでる調理の仕方や特性」についての理解の不足が課題とされた。こうした実態から、「はばたく群馬の指導プラン」では、一人一人に技能を習得させるための授業改善を求めており、調理実習班を少人数にしたり、ペア調理を取り入れたりすることを推進している。

本研究では、実践的・体験的な活動を通して、実感を伴って理解する学習から習得したことを学習シートに記入し、学習シートを1冊のファイル「家庭科連絡帳」に綴っていく。「家庭科連絡帳」に記入された学習内容を振り返りながら授業や家庭生活で活用し、実践を繰り返すことで食生活に必要な知識及び技能を定着させていく。

4 題材の目標

身近な食品を使って、家族の健康を考えた1食分の食事を作ることができる。

5 指導計画（全12時間予定）

評	家庭生活への 関心・意欲・態度	・日常の食事や1食分の食事作りに関心をもち、食事の計画を立てたり、調理をしたりしようとしている。
---	--------------------	--

価値基準	生活を創意工夫する能力	・1食分の食事が栄養のバランスのとれた食事になるよう食品の組み合わせを考え、家族の健康を考えた献立を工夫している。	
	生活の技能	・安全に包丁を扱い食品の皮をむいたり、切ったりすることができる。 ・目的に応じ食品をいためることができる。	
	家庭生活についての知識・理解	・品質のよい食品の選び方や購入の仕方を理解している。 ・目的に応じた加熱の仕方を理解している。	
過程	時間	本研究で伸ばしたい資質・能力 知識・技能等 思考力・判断力等	主な学習活動
	事前		・児童、保護者にアンケートを行う。 ・保護者会で「家庭科連絡帳」や児童に付けさせたい力について説明する。
つかむ	家庭		・献立を考えるとときにどのような工夫をしているか家族にインタビューする。
	1	・食品を3つのグループから選ぶ知識・技能。 ・食品を組み合わせる理解	・栄養バランスのよい1食分の食事の献立を考える力 ○栄養バランスのよい1食分の食事の献立を考える。
	家庭		・「家庭科連絡帳わかったシート」を振り返りながら、栄養バランスのよい献立の立て方を家族に伝える。 ・食品を選ぶときにどのようなことに気を付けているか家族にインタビューする。
	2	・食品添加物・期限表示に関する知識。	・新鮮な食品を選ぶ力。 ○品質のよい食品の選び方を考える。
	家庭		・「家庭科連絡帳わかったシート」を振り返りながら、品質のよい食品の選び方を家族に伝え、実践する。
	3	・野菜の大きさそろえて切る技能。 ・いためる調理の特性の理解 ・いためる調理の技能。	○おいしいためものを作るための調理のポイントを見付ける。
追究する	家庭		・「家庭科連絡帳わかったシート」を振り返りながら、野菜いためを作り、「家庭科連絡帳チャレンジシート」にその内容を記入する。
	家庭		・野菜をおいしくゆでるためのコツについて家族にインタビューする。
	4 5	・じゃがいもの皮をむき、大きさをそろえて切る技能。 ・ゆでる調理の特性の理解 ・ゆでる調理の技能。	○じゃがいもの皮をむき、おいしいゆで方のコツをつかむ。
	家庭		・「家庭科連絡帳わかったシート」を振り返りながら、じゃがいもの皮をむきゆでる。 ・ポテトサラダに加える材料について家族にインタビューする。
	6 7	・目的に応じて食品を選択する技能。	・材料の分量を考える力。 ・手順を考える力。 ○1食分の献立を考え、調理計画を立てる。
	家庭		・食品の皮をむいたり、切ったりする。 ・「家庭科連絡帳わかったシート」を振り返りながら、食品を選ぶ。
8 9	・材料を切ったり皮をむいたりする技能。 ・いためものを作ることができる技能。		○1食分の食事作りをする。
	家庭		・おかずを作り、「家庭科連絡帳チャレンジシート」にその内容を記入する。
まとめる・生かす	10	・食品を組み合わせる知識。 ・品質のよい食品を選ぶ知識。	・必要な材料や調理器具、調理手順を考える力。 ○家族の健康を考えた1食分の献立を考え、調理計画を立てる。
	家庭		・1食分の食事作りを実践し、「家庭科連絡帳チャレンジシート」にその内容を記入する。
	11	・家族との触れ合いや団らんの大切さについての理解。	○家族の健康を考えた1食分の食事作りの発表をする。
	12	・じゃがいもの皮をむき大きさをそろえて切り、芽を取ることができる技能。	○じゃがいもの皮をむき、包丁の腕前を発表する。

6 本時の展開 (2 / 12)

(1) ねらい 2種類のハムの比較を通して、品質のよい食品の選び方を理解することができる。

(2) 準備

教師：2種類のハム、アルミ皿、つまようじ、わかったシート

児童：教科書、家庭科連絡帳、インタビューシート

(3) 展開

学習活動 予想される児童の反応	時間	指導上の留意点及び支援・評価 (◎努力を要する児童生徒への支援 ◇評価)
1 「食品を選ぶときにどのようなことに気を付けているか」について、家族にインタビューしてきたことをインタビューシートを見ながら発表し、交流し合う。 2 本時の学習課題をつかむ	8分	○家庭科連絡帳に記入されたインタビュー内容を発表させ、意見交流をすることで、品質のよい食品の選び方に関心をもたせるようにする。
<div style="border: 2px dashed black; padding: 5px;"> 【学習課題】 2種類のハムを比べる活動を通して、品質のよい食品の選び方を考えよう。 </div>		
3 品質のよい食品の選び方を考える。 【食品添加物についての理解】 ○提示された2種類のハムを見比べたり、食べ比べたりして、感想を話し合う。 【期限表示の理解】 ○ウインナーが入っているパッケージの実物を見て、期限表示がある場所を確認する。 【鮮度】 ○野菜、果物、の鮮度の見分け方を話し合う。 【産地】 ○野菜、果物、肉、魚等には、産地が表示されていることに気付く。	30分	○【食品添加物】【賞味期限、消費期限】【鮮度】【産地】などの言葉をカード化し、提示できるようにする。 ○発色剤の入ったハムと入っていないハムを配付し、違いに気付くように比較させ、気付いたことを話し合わせる場を設ける。 ○食品添加物の目的について触れる。 ○加工食品の実物の表示を提示し、期限表示や原材料名、内容量、保存方法、使用上の注意などが記されていることに気付くようにする。 ○葉や実を食べる野菜と根や茎を食べる野菜について確認をする。 ○産地（原産国、県名、地名）が記されていることに気付くように、生鮮食品の実物を提示する。
4 学習のまとめをし、次時の予告を聞く。 ○わかったシートに今日の学習のまとめを記入する。	7分	○導入で発表した家族にインタビューしてきた内容と本時の学習内容を結び付けるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ◇品質のよい食品の選び方について理解している。 (学習シート)【知識・理解】 </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p><予想される児童の反応></p> <ul style="list-style-type: none"> 品質のよい食品を選ぶには、食品添加物、期限表示、鮮度、産地などに気を付けることが分かった。 </div>		
○家庭において、家族と一緒に品質のよい食品を工夫して選び、チャレンジシートに記入するよう告げる。 ○次時は、いためる調理を行い、おいしいためものを作るためのポイントを見付けることを告げる。		

【2種類のハムを比べる活動を通して、品質のよい食品の選び方を考えよう】

○家族のインタビューより [2種類のハムを比べる] ○発見した気づきを記入しよう。

- 消費期限、賞味期限
- 新鮮 ・量 ・値段
- 産地 ・添加物 ・季節

Aのハム

- ピンク ・おいしそう
- よく食べる味

Bのハム

- 茶色っぽい ・つやがない
- ぱさぱさしている

【食品添加物】【期限表示】
【鮮度】【産地】【旬】

・品質のよい食品を選ぶためには、食品添加物、消費期限などを確かめる。

6 本時の展開 (3/12)

(1) ねらい 試しの調理を通して、いためる調理の特性を理解することができる。

(2) 準備

教師：にんじん、ピーマン、キャベツ、油、ほうちょう、まな板、フライパン
さいばし、フライ返し、計量スプーン (大さじ)

ストップウォッチ、わかったシート、ミニテスト、チャレンジシート

児童：三角巾、エプロン、ふきん、家庭科連絡帳、インタビューシート

(3) 展開

学習活動 予想される児童の反応	時間	指導上の留意点及び支援・評価 (◎努力を要する児童生徒への支援 ◇評価)
1 「おいしいためものを作るためのポイント」について家族にインタビューしてきたことをインタビューシートを見ながら発表し、交流し合う。 2 本時の学習課題をつかむ。	5分	○家庭科連絡帳に記入されたインタビュー内容を発表させ、意見交流をすることで、おいしいためものを作ることに関心をもたせるようにする。
【学習課題】 おいしいためものをつくるための、調理のポイントを見付けよう。		
3 切り方、火加減、いためる時間を比較した試しの調理を行う。 ○身支度、実習の準備をする ・エプロンや三角巾、マスクを身につける。 ・腕をまくり、手洗いをする。 ・材料や用具、食器の準備をする。 ・包丁は布巾を敷いたバットに置いて運ぶ。 ○野菜を流水で洗う。 ○サンプルを目安に野菜を切る。	15分	○【切り方】【火加減】【いためる】などの言葉をカード化し提示できるようにする。 ○切り方の見本となる野菜のサンプルを各班に配付しておく。 ○1, 2班には20gのにんじんを配付する。 ○3, 4班にはピーマンを配付する。 ○5, 6班には50gのキャベツを配付する。 ○各班は、配付された野菜を条件に基づいて切ったり、いためたりするように指示する。 ○切る活動、いためる活動、計時を分担するように指示する。

◇にんじん【切り方の比較】

1, 2班

そろえる条件・・・強火で50秒

高さ4cm、厚さ5mm

変える条件・・・幅 2mm

変える条件・・・幅 1cm

<p>◇ピーマン [火加減の比較] 3, 4班 そろえる条件・・・5mm幅で40秒 変える条件・・・強火 変える条件・・・中火</p> <p>◇キャベツ [いため時間の比較] 5, 6班 そろえる条件・・・1cm幅で中火 変える条件・・・20秒 変える条件・・・2分</p>		
<p>○フライパンを火にかけ、油をいきわたらせてからいためる。</p>		
<p>4 見比べたり、食べ比べたりしてそれぞれの野菜に合った調理のポイントを見付ける。</p> <p>○条件を変えていためた野菜を比較し、気付いたことを話し合う。</p> <p>○班の意見を発表し合い、野菜に応じた切り方、火加減、加熱時間についてまとめる。</p>	<p>15分</p>	<p>○比較をする活動を通して、それぞれの野菜に応じた切り方、火加減、加熱時間を見付けるようにする。</p> <p>○同じ大きさにそろえて切ることを理解するようにする。</p> <p>○それぞれの野菜に合った火加減や加熱時間を理解するようにする。</p> <p>○野菜は時間差を付けていためることを理解するようにする。</p> <p>○おいしいいためものを作るための調理のポイントを板書する。</p> <p>○生の野菜といためた野菜を比較し、油でいためることにより風味が増すことに気付くようにする。</p>
<p>5 学習のまとめをする。</p> <p>○わかったシートに今日の学習のまとめを記入する。</p>	<p>5分</p>	<p>○導入で発表した家族にインタビューしてきた内容と本時の学習内容を結び付けるようにする。</p>
<p style="text-align: center;"><予想される児童の反応></p> <p>【切り方】・かたい野菜は薄く切る ・大きさをそろえる</p> <p>【火加減】・にんじんは強火、ピーマン、キャベツは中火</p> <p>【時間】・10秒位いためたら、次の野菜を入れる など</p>		
<p>6 ミニテストをし、次時の予告を聞く。</p>	<p>5分</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>◇野菜いためを作るための切り方、火加減、時間を理解している。 (ミニテスト) 【知識・理解】</p> </div> <p>○家庭において、家族と一緒に野菜いためを作り、チャレンジシートに記入するよう告げる。</p> <p>○次時は、ゆでる調理を行い、おいしくじゃがいもをゆでるためのコツを見付けることを告げる。</p>

7 板書計画 3/12

【おいしいためものを作るための、調理のポイントを見付けよう】

○家族のインタビューより	○ 切り方、火加減、いため時間を比較しよう。	○ 発見した気づきをワークシートに記入しよう。
・短時間でいためる [時間]	■にんじん [切り方の比較] ・ ・ 強火で50秒	・固い野菜は薄く切る。 ・にんじんは強火、ピーマン、キャベツは中火。 ・火加減を調節する。 ・10秒くらいたったら、次の野菜を入れる。
・強火でいためる [火加減]	高さ4cm、厚さ5mm、幅2mm	
・水が出る野菜は使わない [材料]	高さ4cm、厚さ5mm、幅1cm	
・よくかき混ぜる [調理法]	■ピーマン [火加減の比較] ・ ・ 5mm幅で40秒	
・フライパンを温めてから使う [調理法]	中火	
など	強火	
	■キャベツ [いため時間の比較] ・ ・ 1cm幅で中火	
	20秒	
	2分	

6 本時の展開 (4、5/12)

(1) ねらい ジャガイモの皮をむき、ゆでる活動を通して、材料や目的に応じたゆで方やゆでる調理の特性を理解することができる。

(2) 準備

教師：ジャガイモ（児童用）、ほうちょう、まな板、なべ、ざる、ボウル、塩、穴じゃくし、竹串、計量カップ、台ふきん、ふきん、ストップウォッチ、ペーパー包丁、わかったシート、相互評価シート、ミニテスト、チャレンジシート

児童：三角巾、エプロン、手ふきタオル、家庭科連絡帳、インタビューシート

(3) 展開

学習活動 予想される児童の反応	時間	指導上の留意点及び支援・評価 (◎努力を要する児童生徒への支援 ◇評価)
1 本時の学習課題をつかむ。 2 「ゆで方のコツ」について家族にインタビューしてきたことをインタビューシートを見ながら発表し、交流し合う。	5分	○家庭科連絡帳に記入されたインタビューを発表させ、意見交流することで、ジャガイモをおいしくゆでることに関心をもちようにする。
[学習課題] ジャガイモの皮をむき、おいしいゆで方のコツを見つけよう。		
3 ジャガイモの皮のむき方を知る。 ○ペーパー包丁を使って、にぎり方、人さし指の当て方を確認する。 ○包丁を使って刃で皮をむく、角で芽を取ることを知る。	7分	○ジャガイモの皮のむき方のポイントを拡大図で示し、視覚で捉えられるようにする（図1）。 ①（右）親指をジャガイモの皮に当てる。 ②包丁の柄は3本の指で握る。 ③ジャガイモを回しながら皮をむく。 ④包丁の刃を左の親指の下にくぐらせるように進む。 ⑤左右の親指同士が近いほどけがをしにくい。
4 ジャガイモの皮をむき、大きさをそろえて切る。 ○身支度、実習の準備をする。 ・エプロンや三角巾、マスクを身に付ける。 ・腕をまくり手洗いをする。 ・材料や用具、食器の準備をする。 ・包丁は布巾を敷いたバットに置いて運	15分	〈皮をむくときの相互評価の視点〉 ①3本の指で包丁の柄をにぎっているか。 ②（右）親指をジャガイモの皮に当てているか。 ③ほうちょうの刃を皮の下にもぐりこませているか。 ④ジャガイモを回しながらむいているか。

<p>ぶ。</p> <p>○じゃがいもを流水で洗う。</p> <p>○洗ったじゃがいもは、まな板の上に置く。</p> <p>○じゃがいもの皮をむく。(皮をむくときの相互評価の視点)に沿ってペアで評価し合う。</p> <p>○皮をむいたじゃがいもを8等分に切る。</p> <p>○切ったじゃがいもを水につける。</p> <p>○包丁を使わない時はバットの上に置く。</p> <p>○ペアで役割を交替して、活動を続ける。</p>		<p>○ G-TaKを視聴したり教師が示範したりして、指と包丁の動きやじゃがいもの回し方を確かめるようにする。</p> <p>・包丁を運ぶときは、あわてないように促す。</p> <p>◎全部むけなくても、時間で活動を止める。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◇じゃがいもの皮をむくことができる。</p> <p>(観察・相互評価)【技能】</p> </div>
<p>5 グループでじゃがいもをゆでる。</p> <p>○ゆで方の説明を聞く。</p> <p>○切ったじゃがいもを鍋に入れ、かぶるくらいの水を入れる。</p> <p>○ふたをして始めは強火、沸騰したらふたをずらして弱火で8分～12分間ゆでる。</p> <p>○5分くらいゆでたら竹串を刺し、固さを確かめる。</p> <p>○竹串が通るくらいになったか確かめ、火を止め、穴じゃくしですくい、ざるに移し水気を取り皿に移す。</p>	30分	<p>○【ゆでる】【沸騰】【粉をふく】【水がかぶる】などの言葉をカード化し提示する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>〈じゃがいものゆで方のポイント〉</p> <p>①切ったじゃがいもを鍋に入れ、かぶるくらいの水を入れる。</p> <p>②始めは強火、沸騰したら弱火で8分～12分間ゆでる。</p> </div> <p>○生のじゃがいもは、教師が準備しておく。</p>
<p>6 生のじゃがいもとゆでたじゃがいもを比較し、観察結果をグループでまとめる。</p> <p>○色やにおい、固さ、形などを比較しながら観察する。</p> <p>○気付いたことを「家庭科連絡帳わかったシート」に記入する。</p>	5分	<p>○観察結果をグループで話し合い、結果をまとめるように指示する。</p> <p>○食品をゆでると、食べやすくおいしくなることに気付くようにする。</p>
<p>7 グループの意見を発表し合い、観察結果をクラスでまとめる。</p> <p>○わかったシートに書き足す。</p>	5分	<p>○グループでまとめた観察結果を出し合い、板書に記述する。</p>
<p>8 粉ふきいもを作る。</p> <p>○ゆでたじゃがいもを、鍋にもどす。</p> <p>○塩を小さじ1/2入れ、味を付ける。</p> <p>○弱火にかけ、ふたをした鍋を静かに揺り動かす、粉をふかせる。</p> <p>○盛り付ける。</p> <p>○ふいた粉について説明を聞く。</p>	5分	<p>○じゃがいもを加熱すると、ペクチンが溶けるため、でんぷんが粉状に浮き上がってくることを説明する。</p>
<p>9 試食する。</p>	5分	
<p>10 じゃがいものおいしいゆで方のコツやゆでた後の変化について分かったことをわかったシートにまとめる。</p>	5分	<p>○導入で発表した家族にインタビューしてきた内容と本時の学習内容を結び付けるようにする。</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>＜予想される児童の反応＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃがいもは水からゆでる。 ・ゆでると黄色っぽくなる。 ・ゆでるといいにおいになる。 </div>		

・ゆでるとやわらかくなる。		
11 ミニテストをする。	3分	◇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。(ミニテスト)【知識・理解】
12 次時の予告を聞き、片付ける。	5分	○家庭において、じゃがいもの皮をむいてゆで、チャレンジシートに記入するよう告げる。 ○次時は、1食分の食事の献立や作り方の手順を考えることを告げる。

7 板書計画

じゃがいもの皮をむき、おいゆで方のコツを見つけよう			○発見した気付き
○家族のインタビューより	○じゃがいもの皮をむく	○じゃがいもをゆでる	・じゃがいもは水からゆでる。
	図 1	図 2	・ゆでるとやわらかくなる。
			・いいにおい。
			・黄色っぽくなる。

インタビューした日 月 日

年 組 なまえ

インタビューしよう

家族は、品質のよい食品を選ぶときに、
どのようなことに気を付けているのだろう



- 1 品質のよい食品を選ぶときに、どのようなことに気をつけているか、
家族にインタビューをしましょう。

気をつけていること

- 2 発見した気づきを記入しましょう。



学習した日 月 日

年 組 なまえ

2種類のハムを比べる活動を通して、品質のよい食品の選び方を考えよう

1 2種類のハムを比べてみましょう。

	ハム A	ハム B
見た目		
におい		
半分 食べてみて		
値段	1枚 59.6円	1枚 29.8円
気付いたこと		

2 期限表示

賞味期限 . . .

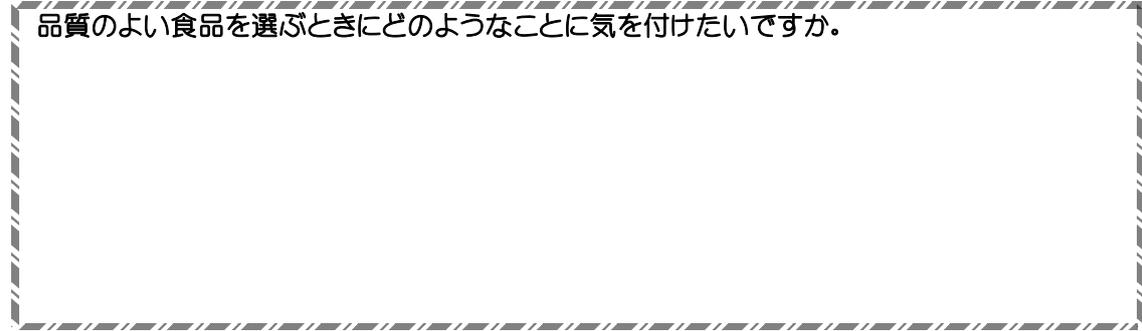
消費期限 . . .

3 新鮮な野菜の選び方

4 産地

5 今日の学習で発見した気づきを記入しましょう。

品質のよい食品を選ぶときにどのようなことに気を付けたいですか。



6 自己評価 ◎ ○ △

品質のよい食品の選び方がわかった。



7 今日の学習で気付いたことを家の人に話しましょう。

家の人サインやメッセージ



チャレンジした日 月 日

年 組 なまえ

**家族と一緒に
チャレンジしてみよう**
品質のよい食品を選んで買ってみよう。



○加工食品や野菜など、身近な食品を買ってみましょう。

買った物	気を付けたこと

♡ 家族から。



インタビューした日 月 日 年 組 なまえ

インタビューしよう

野菜をおいしくいためるために、
家族はどのような工夫をしているのだろう



1 いためものを作るための材料。

2 おいしいいためものを作るための工夫をきいてみよう。

学習した日 月 日

年 組 なまえ

おいしいいためものをつくるための 調理のポイントを見つけよう

1 試しの調理をしてみよう。

① にんじんの切り方を比べる。 1, 2班

強火で50秒

切り方	高さ4cm 厚さ5mm 幅2mmのせん切り	高さ4cm 厚さ5mm 幅1cmのたんざく切り
 結果		

② ピーマンをいためる時の火加減を比べる。 3, 4班

切り方は5mm幅のせん切りでいため時間は40秒

火加減	強火	弱火
 結果		

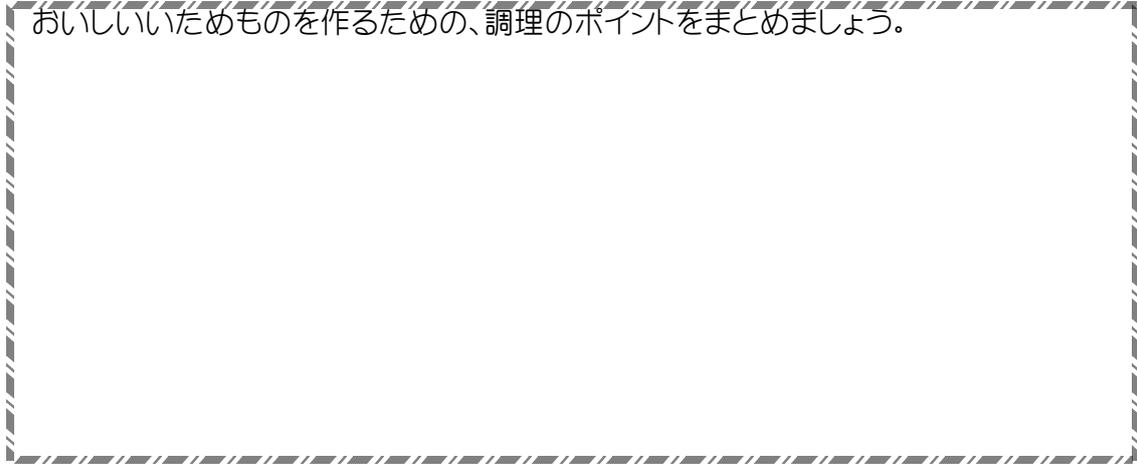
③ キャベツのいため時間を比べる。 5, 6班

たて4cm、幅1cmのたんざく切りで中火

加熱時間	30秒	3分
 結果		

2 今日の学習で発見した気づきを記入しましょう。

おいしいためものを作るための、調理のポイントをまとめましょう。



3 自己評価 ◎ ○ △

おいしいためものを作るための、切り方、火加減、いため時間が分かった。



4 感想



チャレンジした日 月 日 年 組 なまえ

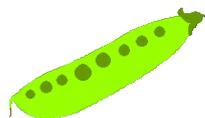
チャレンジしよう

身近な食品を使って、おいしいいためものを作ろう



材料、切り方、いため時間、火加減を工夫してつくろう

料理名	
材 料	
手 順	<p>①</p> <p>②</p> <p>③</p>
感 想	
家族から	



インタビューした日 月 日 年 組 なまえ

インタビューしよう

野菜をおいしくゆでるために、
家族はどのような工夫をしているのだろう



1 ジャガイモをおいしくゆでるためのコツをきいてみよう。

A small illustration of three golden-brown potatoes with some small brown spots, located in the bottom right corner of the first interview box.

2 ほうれん草をおいしくゆでるためのコツをきいてみよう。

A small illustration of a single green spinach leaf with a prominent vein, located in the bottom right corner of the second interview box.

学習した日 月 日 なまえ

じゃがいもの皮をむき、おいしいゆで方のコツをつかもう

- 1 ゆでたじゃがいもと生のじゃがいもを比べて観察し、気付いたことを記入しましょう。

	生のじゃがいも	ゆでたじゃがいも
色		
におい		
かたさ		
形		
その他		

- 2 今日の学習で発見した気づきを記入しましょう。

じゃがいものゆで方をまとめましょう。

じゃがいもはゆでるとどのように変化しますか。

- 3 自己評価 ◎ ○ △

じゃがいものゆで方やゆでた後の変化がわかった。

- 4 感想

チャレンジした日 月 日 なまえ

チャレンジしよう

じゃがいものかわをむき、ゆでてみよう

安全にほうちょうを使ってかわをむこう



○ じゃがいもの皮をほうちょうでむき、ゆでてみよう

感想	
家族から	

