

第5学年〇組 家庭科学習指導案

令和〇年〇月〇日（曜） 〇校時

指導教諭 〇 〇 〇 〇 印

指導者 〇 〇 〇 〇 印

1 題 材 ゆでる調理でおいしい野菜サラダを作ろう

2 目 標

- (1) ガスコンロや包丁など、調理に必要な器具の安全で衛生的な取扱いを理解するとともに、材料に応じた洗い方や切り方、ゆで方を理解し、それらに係る技能を身に付ける。（知識及び技能）
- (2) おいしい食材のゆで方について問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなど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）

- (3) 家族の一員として、生活をよりよくしようと、ゆでる調理を通して、課題の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、生活を工夫し、実践しようとする。

（学びに向かう力、人間性等）

3 題材の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①調理に必要な用具の安全で衛生的な取扱い、ガスコンロの安全な取扱いについて理解し、適切に使用できる。 ②野菜の洗い方や適切な切り方を理解し、適切にできる。 ③食材に適したゆで方を理解し、適切にできる。	① おいしい食材のゆで方について問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え計画を立て、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。	①家族の一員として、生活をよりよくしようと、ゆでる調理について、課題の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、生活を工夫し、実践しようとしている。

4 基 盤

- (1) 本題材は主に「B 衣食住の生活」の(2)「調理の基礎」アの(ア)，(イ)，(ウ)，(エ)の及びイとの関連を図っている。ゆでる調理を用いて、おいしい野菜サラダを作るということを目的とし、そのために、「おいしいゆで方を探ろう」という課題を設定し、主に「健康・快適・安全」についての見方・考え方をはたらかせながら、ゆでる調理の仕方を身に付けると共に、課題を解決する力や、家族の一員として、ゆでる調理を活かして自ら積極的に家庭生活に関わり、生活をよりよくしようと工夫し、実践しようとする態度を育成することをねらいとしている。

本題材では、加熱調理の基礎のひとつであるゆでる調理を取り上げ、ゆで野菜サラダを作る。これまでに、ガスコンロを用いてお湯を沸かし、お茶を入れる学習をした。お湯を沸かした経験を活かしながらゆでる調理方法を身に付けたり、食材の洗い方、切り方、食べる際の味の付け方、皿への盛り付け方を身に付けたり、調理道具の安全な使い方、安全面・衛生面に配慮した準備や片付け、など調理の基礎を身に付けるには適した内容である。本単元を通して、ゆでる時間やタイミングに

よる食材ごとの形や色，食感や味の変化に着目しながら調理をすることで，調理に対する興味，関心を高め，自ら調理をして食べる楽しみを味わって欲しい。さらに，野菜サラダを計画する際には，家庭での調理をイメージする。形や大きさ，ゆで加減など自分や家族の好みを考えることで，食材の切り方やゆで方など，様々な工夫ができることを知り，これからの学習や生活の中で調理を探究していくための視点を育んでいきたい。

- (2) 本学級の児童は家庭科の学習に意欲的に取り組み，自らのこれまでの経験や，家族の様子などを踏まえながら，授業やグループ活動などで協働的に学習に取り組むことができる集団である。一方で，家庭での調理経験には個人差があり，本題材前の「ガスコンロを使ってお茶を入れよう」の学習では，初めてガスコンロを使う児童も3分の1程度いた。このような背景を踏まえながら，家庭科での学習を通して，経験をしっかりと積み上げ，知識や技能の定着を図っていく必要があると考えている。そして，調理の楽しさ，おもしろさを味わえるように学習を展開し，自ら積極的に家庭生活で活かしていこうとする態度を育んでいきたい。

第一次では，じゃがいもとほうれん草を用いて，食材や切る大きさによるゆでる時間やタイミングでの食感や味の違いを見いだした。食材の変化や基本的なゆで方について理解したと共に，人によって，おいしいと感じるゆで時間が異なることなどを発見することができた。

第一次での学習を踏まえ，第2次ではおいしい野菜サラダを作る計画を立てる。前時では，どのような野菜サラダを作るか個別に計画を立てた。必要な材料や調理器具，手順などを計画表にまとめていった。その中で，野菜の種類に応じた切り方やゆでるタイミング，あるいは，ゆで時間の設定についての課題が出てきた。これらの課題をグループや学級全体で共有していきながら，解決に向けたアイデアを出し合い，調理実習につなげていきたい。更に実習を通して得た達成感や，新たな課題を家庭での実践につなげ，生活をよりよくしようと自ら動き出そうとする姿を引き出していきたい。

- (3) 本題材では，ゆでる調理方法を身に付け，実生活に活かすことができるようにすることをねらいとしている。まず，ゆで野菜サラダを作ることを提示する。ゆでる調理について知っていることを出し合いながら，自分たちが調理する際の問題点を見いだす。おいしいゆで方を探るという課題を共有し，課題の解決方法を探るために試し調理をしたり，実際にゆで野菜サラダを計画・調理したりし，その実践を評価しながら，次の改善策を見いだせるよう，課題解決の過程を大切にしたい。

第一次では，まずこれまでの生活経験からゆでる調理の特徴を聞いていく。沸騰したお湯に食材を入れる調理であることや，ゆでることで食材が柔らかくなったり，ゆですぎると煮崩れしたり，色が変色したり，硬くなったりすることから，食材の変化に着目していきたい。そこから，ちょうどよく，おいしくゆでるためにはどのようにしたらよいかという題材を通した課題を設定する。次に，課題解決の手立てとして，じゃがいもとほうれん草のゆで比べを行う。根菜類と葉物野菜では，基本的にゆでるタイミングが異なる。また，食材の大きさ，つまり，切り方によってゆで時間も変わる。様々なタイミングやゆで時間を試しながら，ちょうどよいゆで加減を考えたり，人によって，おいしいと感じるゆで加減が違ったりすることなどに気付いていけるようにしたい。

第二次では，人参，キャベツ，ブロッコリーを用いてゆで野菜サラダの作り方を考え調理する。第一次での学習を活かし，それぞれの食材をどのような大きさに切り，どのタイミングで，どのくらいの時間ゆでるか考えながら計画を立てる。まずは，個人で計画を立て，その際に出た疑問をグループや学級全体で共有し，計画を練り直し，調理につなげたい。調理の際は，一人ひとりゆで野菜サラダを作ることとし，経験を積む場をしっかりと保証していきたい。

第三次では、調理実習を振り返りながら、上手くいった点や改善していきたい点を踏まえ、家で作りたい野菜サラダを計画する。どのような食材を用いるかやゆで方について自由に考え、家庭での実践に向けた意欲につなげていきたい。

本時は、第二次5時間目である。前時に個々で考えた計画をグループで確認し合う。そこで、それぞれ異なった点について、学級全体で共有する。ゆでるタイミングについては、基本的に食材によって決まっているので、適切な方法を確認していく。ゆでる大きさや時間については、目安を共有していきながら、好みに応じて工夫できる点として、なぜそのようにしたか掘り下げながら児童が考えをまとめることができるよう、調理実習に向けて、見通しをもって意欲的に取り組めるように支えていきたい。

5 展開と評価計画（全9時間）

次	時	◎めあて ○学習内容	◇評価規準 ◆評価方法
第一次	1	◎ゆで野菜サラダを作るために、“ゆでる”調理を思い出して、調理の仕方や食材の変化の仕方を見つける。 ○ゆでる調理の仕方やゆでた時の食材の変化について、知っていることを出し合いながら、ゆで野菜サラダを作る時の問題点を探る。	◇思・判・表① ◆ワークシート、発表
	2 3	◎じゃがいもとほうれん草で、ちょうどいいゆで加減を探る。 ○ゆでる時のタイミングやゆで時間、食材の大きさなど試し調理を通して適切な方法を考える。	◇知・技③ ◆ワークシート、行動観察
第二次	4	◎ゆで野菜サラダを作る計画を立てる。 ○にんじん、キャベツ、ブロッコリーをゆでる時の大きさとタイミング、時間を自分なりに考えながら計画を立てる。	◇思・判・表① ◆ワークシート、発表
	5 本時	○自分で考えた計画をグループや学級全体で共有しながら、ちょうどいいゆで加減で作ることができるように計画を詰めていく。	
	6 7 8	◎ちょうどいいゆで加減で、おいしいゆで野菜サラダを作る。 ○安全や衛生面に気をつけながら準備や片付けをしながら、計画に沿って調理をする。	◇知・技①②③ ◆ゆで野菜サラダの調理、ワークシート、行動観察
第三次	9	◎調理実習を振り返り、家で作る野菜サラダの計画を立てよう。 ○実習を振り返り、良かった点や改善したい点をまとめる。 ○振り返りを活かして、家での調理計画を立てる。	◇主① ◆ワークシート、発表

6 本時の学習

- (1) 本時の目標 自分で考えた計画をグループや学級全体で共有しながら、ちょうどいいゆで加減で作ることができるように計画を立てることができる。(思考力、判断力、表現力等)

(2) 展 開

学習場面と子どもの取組	教師の支援と評価
1. 前時の学習を振り返り、本時のめあてを確認する。	・前時のワークシートを見返すことで、めあてを共有し、本時の見通しがもてるようにする。
おいしいゆで野菜サラダになるために、ちょうどいいゆで加減になる方法を考え計画を練り直そう	
2. 個人で計画を立てた時に悩んだこと、疑問に思ったことなどを出し合い、問題点を整理する。 ・ゆでるタイミング…ブロッコリーやキャベツはどのタイミングでゆでるといいだろうか？ ・ゆでる時間…それぞれの野菜はどのくらいでちょうどいいゆで加減になるだろうか？ ・野菜を切る大きさ…どのくらいの大きさで、どのような形で切るといいだろうか？	・前時の振り返りやワークシートを踏まえ、本時の問題点を、①ゆでるタイミング、②ゆでる時間、③野菜の切り方の3点に焦点化し、調べ学習や話し合いの視点を明確にすることで、追求を深めることができるようにする。 ・試し調理の学習を活かして検証できるように、資料や結果を整理し掲示する。 ・計画に自信のある児童についても、理由を問い直すことで、確認も兼ねて意欲的に調べ学習に取り組めるようにはたらきかける。
3. 問題点を解決するための方法を探る。 ・前時のワークシートや教科書や料理本、インターネットを活用して解決策を調べる。	・司書教諭と連携し、ゆでる調理方法に関する書籍を用意したり、iPadを用意したりするなど、児童それぞれの疑問が解決できるようにする。
4. 調べた解決策を出し合う。 ・ブロッコリーやキャベツはお湯からゆでるとよい。 ・ブロッコリーは2分ぐらいゆでるとよさそうだ。 ・キャベツは30秒ぐらいでよさそうだ。 ・にんじんは輪切りや半月切りがよさそうだ。	・児童が調べて出す解決策は多様にあると考えられる。それらの全てを選択肢のひとつとして価値付けながらも、目安となる規準を示していけるように、板書を通してまとめていく。
5. 出し合った解決策を参考に、計画を練り直す。 ・ブロッコリーは5分ぐらいゆでるかと思っていたけど、2分に変える。 ・にんじんの切り方は、輪切りや半月切りがよさそうだけど、自分は苦手で、できるだけ小さくしたいので、半月切りにしようと思う。	・目安を活用しながら、自分の好みなどに合わせてゆで加減を調節していこうとする姿を価値づけていきたい。また、イメージが膨らまない児童については、目安を活かしていくことを助言したり、調理をしながら調節できることを伝えるたりすることで、安心して調理に向かえるようにする。
6. 本時を振り返る。 ・今日の学習で、ブロッコリーやキャベツは、ほうれん草のゆで方をイメージしてゆでるとよさそうだった。目安の時間が分かったから、自分はやわらかめが好きなので、当日はすこし長めにゆでて、おいしいゆで野菜サラダを作っていきたい。	評価【思考・判断・表現】 野菜の切り方やゆでるタイミング、時間などちょうどいいゆで加減を考えながらゆで野菜サラダの計画を立てている。 (ワークシート、発表)