

家庭科学習指導案

平成 16 年 10 月 15 日～11 月 15 日

5 年 松組 22 名 竹組 22 名

指導者 甘楽町立小幡小学校教諭

武藤 妙子

1 題 材 日本の味 ご飯とみそ汁

2 題材の考察

(1) 児童の実態

明るく素直な児童が多く、発言などには少々幼さが残るものの、授業に積極的に取り組む児童が多い。

食に関するアンケートを行った結果、調理にかかわる実態として次のようなことが分かった。

「料理をつくることは好きですか」という質問に対して、「とても好き」と答えた児童が 36 %、「どちらかといえば好き」と答えた児童を含めると 78 %を超えた。また、「いろいろな料理を作ることができるになりたいですか」という質問に対して、「強く思う」と答えた児童が 60 %、「少し思う」と答えた児童を含めると 93 %を超えた。しかし、「料理を作ることには得意ですか」という質問に対して得意と答えた児童は 7 %（3 名）であった。調理することへの関心は高いものの、実際に調理そのものに関する知識や技能を身に付けている児童は少ないことが伺える。

このことから、多くの児童が調理を作りたいと願っているこの時期に、確かな調理に関する知識や技能を指導することは大切なことである。

(2) 題材観

本題材は、日常の食事のついて児童の目を向けさせ、食事に興味・関心をもてるようにするとともに、日本の伝統的な食事であるごはんのみそ汁の調理についての学習をする。

児童を取り巻く食生活の状況と内容は、食糧事情や加工食品の発達によってめまぐるしく変化している。便利な生活に慣れ、好きなものを、好きなだけ食べている児童に、調理することの楽しさや、食べることの大切さを日本の伝統的な食事である「ごはんのみそ汁」の調理実習を通して考えさせたい。

児童はつくって食べることはとても興味を持っているが、調理の経験や調理技術などは、家庭環境などにより個人差が大きい。しかし、どの子にも将来生かすことのできる「調理の技能」や「調理の技能を行うため知識」を身に付けさせることが、小学校の調理の学習には大切である。なぜなら小学校で身につけた知識や技能は子どもたちが健康に生きていく上で、自分や家族の食事に関心を持ち、自分の力で食生活の問題を解決していくための基礎的な原動力になっていくからである。

そこで、本単元に調べ学習やクイズで知識を確かめられる C D 教材や実際に行う調理の映像を見て事前学習できるビデオ教材を活用し、調理に関する意欲の持続かをはかりながら指導を行うことにより、自分の力で食生活の問題を解決していくための基礎的な原動力となる知識や技能を身に付けさせていきたい。

また、毎日の食事から食品の体内での働きにも目を向けさせ、ごはんのみそ汁だけでなく 6 年生の学習であるおかずについて考えを広げさせていきたい。

(3) 題材の系統

《5年》

1学期

テーマ 身の回りを見つめてみよう

題材名『どのように生活しているかな』

お湯の沸かし方
ガスコンロの使い方
お茶の入れ方

題材名『わたしにできることは』

食品や用具の衛生
食品や用具・器具の使い方
野菜サラダの調理実習

2学期

テーマ やってみよう、しらべてみよう

題材名『作って楽しく使おう』

題材名『日本の味 ご飯とみそ汁』

ご飯とみそ汁の調理実習

毎日の食事
食品の栄養的な特徴

3学期

テーマ 工夫して、生かそう

題材名『身の回りを気持ちよく』

題材名『快適な住まいのくふう』

《6年》

1学期

テーマ 生活を見直そう

題材名『生活を計画的に』

ゆでたり、炒めたりするおかず
朝食のおかずの調理実習

朝食の大切さとおかず
材料の買い物

題材名『衣服を気持ちよく』

2学期

テーマ 生活に生かそう

題材名『みんなが調理名人だ』

調理計画

1食分の食事の調理実習

食事を見直そう
毎日の食事の問題点
1食分の食事栄養バランス
家族と楽しい食事

題材名『生活を楽しくする物を作ろう』

3学期

テーマ よりよい生活をめざそう

題材名『近隣の人びととの生活を考えよう』

は、小学校学習指導要領 家庭科の内容（4）食事への関心と関連する事項であり、中学校学習指導要領 技術・家庭科の内容A生活の自立と衣食住（1）中学生の栄養と食事へとつながる事項である。

は、小学校学習指導要領 家庭科の内容（5）簡単な調理との関連する事項であり、中学校学習指導要領 技術・家庭科の内容A生活の自立と衣食住（2）食品の選択と日常食の調理の基礎へとつながる事項である。

3 指導目標

- ・ ご飯とみそ汁に関心を持ち、身に付けた知識や技能を生かしておいしく作ろうとする。
- ・ 食べ物の栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心が持てるようにする。
- ・ おいしいご飯やみそ汁の作り方を考えたり、みそ汁の実を工夫したりする。
- ・ ご飯が炊けたりみそ汁を作ったりできる。
- ・ 炊飯の仕方、みそ汁の作り方について理解する。
- ・ 食品を体のおもな働きで分ける分け方を理解する。

4 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
・ ご飯とみそ汁に関心をもち、おいしく作ろうとしている ・ 食べ物の栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心を持っている	・ おいしいご飯の炊き方を考えている ・ みそ汁の実を工夫している	・ ご飯とみそ汁を作ることができる ・ 安全、衛生に気を付けて調理することができる	・ ご飯とみそ汁の作り方を理解している ・ 食品を体のおもな働きで分ける分け方を理解している

5 自作CD教材「調理の知恵袋」とビデオ教材の活用のねらい

- (1) CD教材「調理の知恵袋」を効果的に活用する。
 - ・ 導入段階でクイズを活用し自分たちの知っていることや知らなかったことを確かめさせ、もっと知りたいという気持ちを持たせるようにする。
- (2) ご飯やみそ汁の作り方をCD教材「調理の知恵袋」で調べ写真や動画を見ながら理解することにより調べ、実践への自信と意欲がもてるようにする。
- (3) 学習内容が整理しやすいように、CD教材「調理の知恵袋」と、関連をもたせたワークシートを用いる。

6 指導方針

- (1) 技能を確実に身に付けられるようにするため、ペア調理（2人組1人）を取り入れ、一人一人が調理を体験できるようにする。
- (2) 既習の事項である、調理の準備や安全・衛生などを確実に手早くできるようにさせるために、チェックカードを活用し繰り返して身に付けさせる。
- (3) 家庭での実践の手助けとして、CD教材「調理の知恵袋」やビデオ教材(VHS)の貸し出しができるようにし、家庭での繰り返し学習に活用できるようにする。
- (4) 栄養的な特徴や食品の組み合わせに関心が持てるように、児童たちにはなじみの深い給食の献立表を利用する。
- (5) 食品の体内での主な働きについて、毎日の給食を考えてくれている栄養士さんをゲストティーチャーとして招く。
- (6) 食品の体内での主な働きについて考えるための知識を定着させるために、児童が作った食品カードを活用し、カード合わせゲームを行う。

7 指導と評価の計画

題 材	指導目標	自作学習支援教材活用の概要	評価規準				評価方法等	時間		
		学習活動	関	工	技	知			おおむね満足できる状況	十分満足できる状況
☆ おいし いご飯を 炊こう ・ ご飯に ついて調 べよう	◇調理を行 う上での衛 生・安全な どの知識・ 技能を確認 する ◇炊飯の仕 方を理解す る	(自作学習支援教材活用の位置付け) C D教材「調理の知恵袋」を確かめる ・調べる活動に取り入れる ◇調理を行う上での「衛生・安全」の 確認と「米飯」についてのクイズを行 ったり、「米やご飯」についての調べ 学習を行ったりすることにより、調理 を行う上での知識・技能を確かめ・調 べさせる (学習活動) ◇コンピュータを使い「調理の知恵袋」 で、調理を行う上での「衛生・安全」 の確認を行う ◇コンピュータを使い「調理の知恵袋」 で「米とご飯」について調べ、ワーク シートに記入する	○				◇「調理の知恵袋」を活 用し、クイズや調べ学習 を興味を持って行える ○ ◇調理を行う上の、「衛 生・安全」などの知識や 技能について確認するク イズに取り組める ○ ◇「米や炊飯」について 調べ、ワークシートに書 き入れることができる	◇自分の現状を考え比べ ながら「調理の知恵袋」 のクイズや調べ学習に興 味を持って行える ◇調理を行う上の、「衛 生・安全」などの知識や 技能についてのクイズに 取り組み、確認しながら 自己課題を持つことが できる ◇調理実践することを考 えながら、「米や炊飯」 について調べ、ワークシ ートに書き入れることが できる	・ 観察（取 組の様子） ・ 観察（取 組の様子） ・ ワークシ ート（記入 状況）	1 P C教室
	・ ご飯を 炊いてみ よう	◇ご飯に関 心を持ち、 安全に注意 して、身に 付けた知識 や技能を生 かして作ろ うとする ◇おいしい ご飯の作り 方を考え工 夫する	(自作学習支援教材活用の位置付け) ビデオ教材「ごはんをたこう」を実習 を行う前に、火加減と米の様子の変化 について確認する活動に取り入れる ◇実際に米を炊く前に、火加減と米の 様子について、テレビ画面を見て確認 させる ◇実習における、基本的なことについ ては、チェックシートを使い繰り返し 行うことで、身に付けられるようにさ せる ◇前時のワークシートを確認しながら 行えるようにさせる (学習活動) ◇調理の準備を確認し、ご飯の炊き方 をワークシートで確認する ◇米を研ぐ実習は2人組一人です ◇吸水時間を利用して、「ごはんをた こう」のビデオを視聴する ◇なべで、火加減に注意しながらご飯 をたく ◇盛りつけ、試食、話し合い、後かた づけをする		○		◇ご飯を炊くことがで きる ◇おいしいご飯が炊ける よう、工夫することがで きる ○ ◇衛生・安全に気を付け て調理することができる	◇米の変化の様子を理解 し、ご飯を炊くことが できる ◇おいしいご飯が炊ける よう、米をといだり、火 加減を工夫したりするこ とができる ◇周りのことに配慮しな がら、衛生・安全に気を 付けて調理することがで きる	・ 観察（取 組の様子） ・ 観察（話 し合いの様 子） ・ 観察（調 理実習の様 子） ・ チェック シート記入 状況）	
☆ おいし いみそ汁 を作ろう ・ みそ汁 について 調べよう	◇調理を行 う上での 「衛生・安 全」「盛り つけ・配 膳」などの 知識・技能 を確認する ◇みそ汁の 作り方を理 解する	(自作学習支援教材活用の位置付け) C D教材「調理の知恵袋」を確かめる ・調べる活動に取り入れる ◇調理を行う上での「衛生・安全」「盛 りつけ・配膳」の確認と「みそ汁」に についてのクイズを行ったり、「みそ汁」 についての調べ学習を行うことによ り、調理を行う上での知識・技能を確 かめ・調べさせる (学習活動) ◇コンピュータを使い「調理の知恵袋」 で、調理を行う上での「衛生・安全」 「盛りつけ・配膳」の確認を行う ◇コンピュータを使い「調理の知恵袋」 で、「みそ汁」について調べ、ワーク シートに記入する ◇「ご飯とみそ汁」の調理計画を立て る	○				◇「調理の知恵袋」を活 用し、クイズや調べ学習 を興味を持って行える ○ ◇調理を行う上の「衛 生・安全」「盛りつけ・配 膳」などの知識や技能に ついて確認するクイズに 取り組める ○ ◇「みそ汁」について調 べ、ワークシートに書き 入れることができる ○ ◇みそ汁の実を工夫する ことができる ○ ◇手順を考えて、調理計	◇自分の現状を考え比べ ながら「調理の知恵袋」 のクイズや調べ学習に興 味を持って行える ◇調理を行う上での、「衛 生・安全」「盛りつけ・ 配膳」などの知識や技能 についてのクイズに取り 組み、確認しながら自己 課題を持つことが できる ◇調理実践することを考 えながら、「みそ汁」に ついて調べ、ワークシ ートに書き入れることが できる ◇季節やいろいろを考え て、みそ汁の実を工夫 することができる ◇能率よくすすめられる	・ 観察（取 組の様子） ・ 観察（取 組の様子） ・ ワークシ ート（記入 状況）	1 P C教室

・みそ汁をつくってみよう	◇みそ汁に関心を持ち、安全に注意して、身に付けた知識や技能を生かして作ろうとする ◇おいしいみそ汁の作り方を考え工夫する	(自作学習支援教材活用の位置付け) ＣＤ教材「調理の知恵袋」とビデオを授業時間以外（休み時間・放課後・家庭）で活用できるようにし、事前学習できるようにする ◇材料の切り方やだしの取り方について、事前学習に活用できるようにさせる ◇実習における、基本的なことについては、チェックシートを使い繰り返し行うことで、身に付けられるようにさせる ◇前時のワークシートを確認しながら行えるようにさせる（学習活動） ◇前時のことを思い出しながら、米をといで吸水させる ◇調理計画と準備を確認する ◇炊飯器でご飯を炊く ◇だしをとるのと実の準備を交互に行い、２人組一人のみそ汁をつくる ◇盛りつけ、試食、話し合い、後かたづけをする				○	○	画を立てることができる ◇みそ汁をつくること ◇おいしいみそ汁が作れるよう、工夫することができる ◇衛生・安全に気を付けて調理し、正しく盛りつけ配膳ができる ◇炊飯器でも、ご飯を炊くことができる	よう、手順を考えることができる ◇だしの取り方を理解し、みそ汁をつくること ◇おいしいみそ汁が作れるよう、だしの取り方や実の切り方などを工夫することができる ◇周りのことに配慮しながら、衛生・安全に気を付けて調理し、正しく盛りつけ配膳ができる ◇なべでたいた前時のことを振り返りながら、炊飯器でご飯を炊くことができる	・観察（取組の様子） ・観察（話し合いの様子） ・観察（調理実習の様子） ・チェックシート（記入状況） ・観察（調理実習の様子）	2	家庭科室
☆家でも挑戦しよう・家庭での実践計画	◇ご飯とみそ汁の作り方を整理する ◇家庭での実践計画を立てる	(自作学習支援教材活用の位置付け) ＣＤ教材「調理の知恵袋」とビデオを授業時間以外（休み時間・放課後・家庭）で活用できるようにし、家庭での実践の援助とする （学習活動） ◇ご飯とみそ汁の作り方のワークシートやチェックシートを整理する ◇家庭での実践計画を立てる				○	○	◇ご飯とみそ汁で使ったワークシートやチェックシートを整理できる ◇意欲的に家庭での「ご飯とみそ汁をつくる」実践計画を立てることができる ◇調理に興味を持って、ＣＤ教材やビデオ教材を活用できる	◇ご飯とみそ汁で使ったワークシートやチェックシートにポイントなどを記入したり線を引ながら整理できる ◇みそ汁の実などを工夫して、家族を考えた「ご飯とみそ汁をつくる」家庭での実践計画を立てることができる ◇目的を持って、ＣＤ教材やビデオ教材を活用できる	観察（活動の様子） ワークシート（記入の状況） 活用の様子（児童・保護者の感想）	1	教室
☆なぜ食べるのだろう・食べ物	◇食べ物のおもな栄養的特徴や食品の組み合わせに関心を持てるようにする	(学習活動) ◇日常食べているものには、どんなものがあるか振り返る ◇献立表を見て、１回の食事で食べている食品の絵をカードに描く ◇栄養士さんに食品の栄養についての話を聞く	○			○	○	◇日常食べているものには、どんなものがあるか思い出すことができる ◇食品に関心を持ち、食品をカードに書くことができる ◇食品を組み合わせる必要があることがわかる	◇日常どんな種類のものをどのように食べているか思い出すことができる ◇食品の種類や働きに関心を持って、食品の絵をカードに描くことができる ◇食品の体内での働きに関心を持ち、食品を組み合わせる必要があることがわかる	観察（活動の様子） 観察（食品カードを作成している様子） 感想（栄養士さん話を聞いての感想の記入状況）	1	教室
・食べ物	◇食品を体のおもな働きで分ける分け方を理解する	(学習活動) ◇前時に描いた食品のカードを体内での主な働きごとに分ける ◇食品のカードの表を見て、カード合わせゲームをする（１人１回ずつして、合ったらもらい、はずれたら元に戻す） ◇学習振り返りカードを記入する	○			○	○	◇体内での主な働きを知り、グループ分けできる ◇体内での主な働きを知り、栄養のバランスに関心を持つことができる	◇体内での主な働きを知り、自分の食事も考えながら、グループ分けできる ◇体内での主な働きを知り、栄養のバランスに関心を持ち、自分の食事を工夫することができる	観察（活動の様子） 観察（活動の様子） ・振り返りカード（記入状況）	1	教室

8 展 開

学 習 活 動	時 間 (分)	活動への支援及び指導上の留意点	評価規準	確かな知識と技能 を身に付けさせる ための手だて
おいしいご飯を炊こう ☆ ご飯について調べよう ☆ 1時間				
・「安全・衛生」「コンロの使い方」「米飯」についてのクイズをする	10	・CD 教材「調理の知恵袋」のクイズで導入し、子どもたちが自分の知っていること知らないことを確認しながら、自己課題を持たせ、学習への興味を持てるようにする	・「調理の知恵袋」を活用し、クイズや調べ学習を興味を持って行える 【関】 ・調理を行う上の、「衛生・安全」などの知識や技能について確認するクイズに取り組める 【知】	・CD 教材「調理の知恵袋」のクイズで導入する 【手だて1】
・ご飯を作ることを知り米とご飯について調べる ・調べたことをワークシートに記入する	35	・自己課題を解決するために、CD 教材「調理の知恵袋」を使って「米とご飯」のワークシートに記入し、自信を持って実習に取り組めるように準備する	・「米や炊飯」について、調べワークシートに書き入れることができる 【知】	・CD 教材「調理の知恵袋」を活用し自分で調べさせる 【手だて1・2】
おいしいご飯を炊こう ☆ ご飯を炊いてみよう ☆ 2時間				
・「調理前の準備」を確認する	5	・チェックシートで、お互いに確認させる	・「調理前の準備」を手早く確認できる 【技】	・「調理前の準備」をチェックシートで確認する 【手だて3】
・準備する用具・米のはかり方・米の研ぎ方・水加減・吸水時間・火加減の調節を確認する	5	・前回のワークシートを見て確認させる ・技能面については、教師の説明と師範を見ながら自分でもできるように確認させる	・今日の作業を確認できる 【知】	・調べたことを、実技を見ながら確認する ・「ご飯を炊こう」のチェックシートで確認させる 【手だて3】
【2人組1人調理】 ・用具を用意して、一人一人米を研いで吸水させる ・友達の「一人調理」	10	・2人組になり、1人が研いでいるときは正しくできているか確認し「ご飯を炊こう」のチェックシートに評価を記入しあえるようにする	・おいしいご飯が炊けるよう、米をとくことができる 【技】 ・周りのことに配慮	・1人調理」をさせる 【指導の工夫】 ・友達の米の研ぎ方を見て「ご飯

についての評価をチェックシートに記入する			しながら、衛生や安全に気を付けて調理することができる【技】	を炊こう」のチェックシートで確認しあい評価を記入させる【手だて3】
・「ご飯を炊こう」のビデオをみる	10	・なべの内部の様子と火加減について説明しながら見させる	・ビデオを見て、火加減などや米の様子について確認できる【知】	・ビデオ教材「ご飯を炊こう」を見せる【手だて1】
・自分たちが研いで吸水させた米を火加減に注意しながら2人組で炊く	40	・鍋の内部は見えないので、時間と鍋からでる泡の様子を見て、火加減を調節させる	・おいしいご飯が炊けるよう、火加減を工夫することができる【工】 ・米の変化の様子を理解し、ご飯を炊くことができる【知】	
・盛りつける ・試食する ・話し合い	15	・鍋は試食の前に水につけておいて後で洗わせる ・水加減や火加減について、話し合いながら試食させる	・試食しながら、本日の米飯について話し合うことができる【関・工】	・「ご飯を炊こう」のチェックシートに、自己評価と感想を書く【手だて3】
・後かた付けをして、「後かた付け」を確認する	5	・「後かた付け」のチェックシートで確認させる	・後かた付けをしつかり行い、チェックできる【技】	・「後かた付け」をチェックシートで確認する【手だて3】
おいしいみそ汁をつくろう ☆ みそ汁について調べよう ☆ 1時間				
・「安全・衛生」「みそ汁」「盛りつけ・配膳」についてのクイズをする	10	・CD教材「調理の知恵袋」のクイズで導入し、子どもたちが自分の知っていること知らないことを確認しながら、自己課題を持ち興味を持って学習に取り組めるようにする	・「調理の知恵袋」を活用し、クイズや調べ学習を興味を持って行える【関】 ・調理を行う上の「衛生・安全」「盛りつけ・配膳」などの知識や技能について確認するクイズに取り組める【知】	・CD教材「調理の知恵袋」のクイズで導入する【手だて1】

・みそ汁を作ることを知り、作り方を調べる - 調べたことをワークシートに記入する	20	・自己課題を解決するために、CD教材「調理の知恵袋」を使って「みそ汁」のワークシートに記入し、自信を持って実習に取り組めるように準備する。	・みそ汁のつくりかたを理解できる 【知】	・CD教材「調理の知恵袋」を活用し自分で調べさせる 【手だて1・2】
【2人組1人調理計画】 ・ご飯（炊飯器使用）とみそ汁を作る計画を立てる ・計画したことを調理計画のワークシートに記入する	15	・みそ汁の実を1人1人考えさせる ・手順を考え、能率よくできるように工夫させる	・みそ汁に入れる実を工夫する 【工】 ・手順を考え、調理計画を立てることができる【技】	・調理計画のワークシートに記入する 【手だて2】

おいしいみそ汁をつくろう

☆ みそ汁をつくってみよう ☆ 2時間

・一人一人米を研いで吸水させる	5	・前回の作業を思い出して、手早くさせる	・米を手早く研ぐことができる 【技】	
・「調理前の準備」を確認する	5	・「調理前の準備」をチェックシートで、お互いに確認させる	・調理の手順を手早く確認できる 【技】	・「調理前の準備」をチェックシートで確認する 【手だて3】
・準備する用具・材料の分量・材料の洗い方・材料の切り方だしの取り方・実の入れ方・みその入れ方を確認する ・炊飯器のスイッチを入れる	10	・前回の「調理の計画」ワークシートを見て確認させる ・技能面については、教師の説明と示範を見ながら自分でもできるように確認させる ・みそ汁作りに集中できるように炊飯器のスイッチを入れる時間を教師が伝える	・本日の調理実習の確認ができる 【知】 ・炊飯器での炊き方が分かる 【知】	・調べたことを、実技を見ながら確認する ・「みそ汁を作ろう」のチェックシートで確認させる 【手だて3】
【2人組1人調理】 ・1人がだしをとり、もう1人はみそ汁の実を準備する ・作業を交代して行う ・米が炊ける時間を考えて交代でみそ汁を作る	40	・一人調理をするために、だしをとる事と、みそ汁の実の準備をする事を交代でさせる ・みそ汁は2人分作りお互いに味見ができるようにする ・みそを入れるタイミングに気を付けさせる ・煮詰めてしまいすぎないよう火加減に注意させる	・だしがとれる 【技】 ・みそ汁を作ることができる 【技】	・1人調理」をさせる 【指導の工夫】
・盛りつける		・ご飯とみそ汁の位置に気を付け	・ご飯とみそ汁の位	・「盛りつけ・配

・試食する ・話し合い	25	て配膳させる ・調理の手順や味について、話し合いながら試食させる	置に気を付けて配膳できる 【知・技】 ・試食しながら、本日のみそ汁について話し合うことができる 【関・工】	膳」についてのクイズを思いだし配膳させる 【手だて1】 ・「みそ汁を作る」のチェックシートでみそ汁の作り方を確認し合い、評価と感想を記入する 【手だて3】
・後かた付けをして、「後かた付け」を確認する	5	・「後かた付け」のチェックシートで確認させる	・後かた付けをしつかり行い、チェックできる 【技】	・「後かた付け」をチェックシートで確認する 【手だて3】
家でも挑戦しよう ☆ 家での実践計画 ☆ 1時間				
・ご飯とみそ汁作りで使ったワークシートとチェックシートを整理する	15	・調理実習を思い出し、ポイントなどを記入したり、線を引いたりする。	・ご飯とみそ汁で使ったワークシートやチェックシートを整理できる 【知】	・ワークシートとチェックシートを整理する 【手だて2・3】
・家庭での、ご飯とみそ汁を作る実践計画を立てる	30	・みそ汁の具を家庭にある食品などを考えて工夫させる ・必要に応じて、CD教材「調理の知恵袋」やビデオ教材「チャレンジクッキング」を活用させる。(家庭への持ち帰りも可)	・意欲的に「ご飯とみそ汁をつくる」家庭での実践計画を立てることができる ・調理に興味を持って、CD教材やビデオ教材を活用できる 【関・工・技】 【関】	・「実践計画」のワークシートに記入する 【手だて2】
なぜ食べるのだろう ☆ 食べ物の栄養 ☆ 1時間				
・日常食べているものには、どんなものがあるか振り返る ・献立表を見て、1回の食事で食べている食品をカードに絵を描く	25	・給食の献立表を使い、1回の食事で食べている食品がたくさんあることに気付かせカードにそれぞれの食品の絵を描かせる	・日常食べているものにどんなものがあるか思い出すことができる 【関】 ・食品に関心を持	

			ち、食品をカードに描くことができる【関・知】	
・栄養士さんに食品の栄養についての話を聞く	20	・毎日の給食を決めるのに気を付けていることや、食品の体内での主な働きについて話していただく	・食品を組み合わせる必要があることがわかる【知】	
なぜ食べるのだろう ☆ 食べ物を体の主な働きで分けてみよう ☆ 1時間				
・前回描いた食品のカードを体内での主な働きごとに分ける	15	・わからない場合は、献立表で確認させる ・裏に色分けし、体内での主な働きをかき献立表を見て間違いがないか確認する	・体内での主な働きを知り、グループ分けできる【知】	
・食品のカードの表を見て、カード当てゲームをする ・1人一回ずつして、合ったらもらい、はずれたら元に戻す	30	・4人のグループで、カード当てゲームをする ・時間が余ったら、自分がとったカードで献立を考えてみる ・学習で使ったカードは、毎日の給食の掲示物などに利用して、栄養に関する意識を継続できるようにする	・体内での主な働きを知り、栄養のバランスに関心を持つことができる【関】	