

調理の知恵袋

活用の手引き



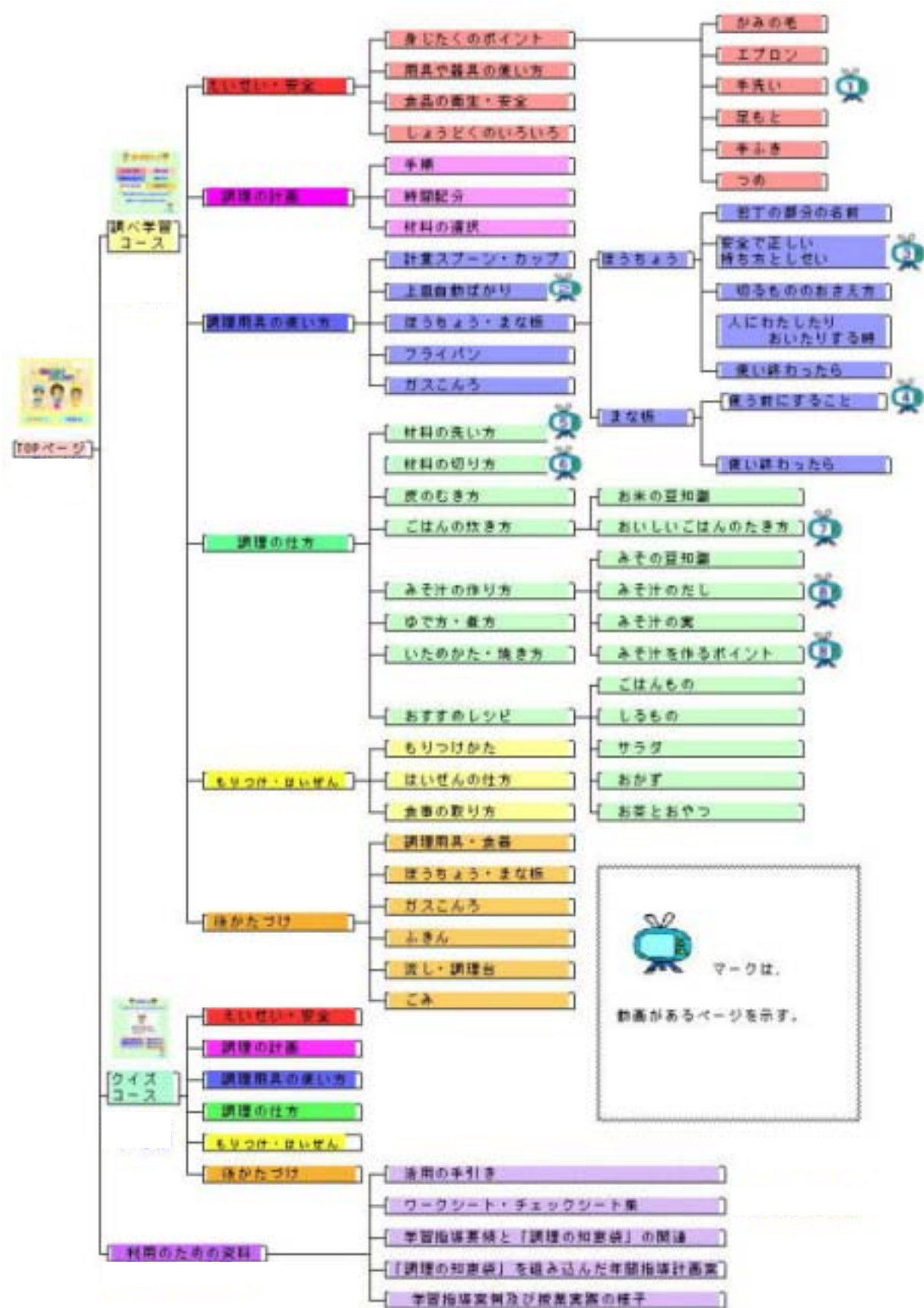
1. 対象領域・学年 小学校5・6年 家庭科（調理）

2. 製作の意図及び用途

今日、加工食品などの発展や活用により、調理に携わる時間が減少してきました。また、児童が家庭で調理をするのを見たり経験したりする機会も減少しています。このような現状をふまえ、動画や静止画の具体的な解説等により、調理経験の不足しがちな児童にも、調理の基礎的な知識や技術を定着させるための学習支援教材として作製しました。自主的な調べ学習に対応するため豊富な調理情報を掲載し、確かな学力の定着を図る趣旨からワークシートやチェックシートを設けました。さらに、一方的な資料提示に終わることなく、児童が楽しみながら学習できるようにクイズコーナーを設け、自主的に繰り返し学習ができるように工夫しました。

授業での活用はもちろん、休み時間や家庭でも簡単に活用できるように操作はマウスボタンをクリックするのみで行えるようにしてあります。繰り返し活用して学習を行い、調理できる力を身に付けてへの興味関心を持ってほしいと願っています。

1. コースウェア



2 学習指導要領と「調理の知恵袋」との関連

小学校学習指導要領解説家庭編 内容（５）		ＣＤ教材「調理の知恵袋」		
指導項目	具体的な内容	調べ学習コース	クイズコース	動画・ビデオ
ア	材料の選択	「調理の計画」 3 材料の選び方	「調理の計画クイズ」 問題3（材料選択） 問題4（材料選択） 問題5（材料選択）	
	材料と分量の決め方	「調理の仕方」 8 おすすめレシピ		2 正しくはかろう
	正確に計る	「調理用具の使い方」 1 計量スプーン・カップ ではかろう 2 上皿自動秤ではかろう	「調理用具の使い方クイズ」 問題1（計量） 問題3（計量）	2 正しくはかろう
	調理の手順と時間配分	「調理の計画」 1 調理手順を考えよう 2 時間配分を考えよう	「調理の計画クイズ」 問題1（調理計画） 問題2（時間配分）	
イ	材料の洗いかた	「調理の仕方」 1 材料の洗いかたを知ろう		5 やさいをあらいましょう
	材料の切り方	「調理用具の使い方」 4 包丁とまな板を使おう 「調理の仕方」 2 材料の切り方を知ろう 3 皮のむき方を知ろう	「調理用具の使い方クイズ」 問題2（包丁） 問題5（まな板） 「調理の仕方クイズ」 問題1（切り方） 問題2（切り方）	6 いろいろな切り方
	味の付け方	「調理の仕方」 8 おすすめレシピ		
	後かたづけ	「後かたづけ」 1 調理用具・食器 2 ほうちよう・まな板 3 ガスこんろ 4 ふきん 5 流し・調理台 6 ごみ	「後かたづけクイズ」 問題1（食器） 問題2（まな板） 問題3（ガスの元栓） 問題4（ごみ処理） 問題5（ごみ処理）	
ウ	ゆでる	「調理の仕方」 6 料理に挑戦しよう （ゆでる・にる） 8 おすすめレシピ		
	いためる	「調理道具の使い方」 4 フライパンを使おう 「調理の仕方」 7 料理に挑戦しよう （いためる・やく） 8 おすすめレシピ		
エ	米飯	「調理の仕方」 4 料理に挑戦しよう （ごはん） 8 おすすめレシピ	「調理の仕方クイズ」 問題3（ご飯）	7 おいしいごはんをたこう
	みそ汁	「調理の仕方」 4 料理に挑戦しよう （みそしる） 8 おすすめレシピ	「調理の仕方クイズ」 問題4（みそ） 問題5（だし）	8 おいしいみそしるをつくりましょう
オ	盛りつけ・配膳	「もりつけ・はいぜん」 1 じょうずに盛りつけよう 2 きちんとはいぜんしよう	「もりつけ・はいぜんクイズ」 問題1（盛り付け） 問題2（配膳） 問題3（配膳）	
	楽しく食事	「もりつけ・はいぜん」 3 楽しく食事をしよう	「もりつけ・はいぜんクイズ」 問題4（食事） 問題5（食事）	
カ	安全・衛生 コンロの使い方	「えいせい・安全」 1 身じたくのポイントをしっかりしよう 2 用具や器具を正しく使おう 3 食品のえいせい安全にきをつけよう 4 消毒の方法を知ろう 「調理用具の使い方」 4 包丁とまな板を使おう 4 フライパンを使おう 5 ガスこんろを使おう 「えいせい・安全」 2 用具や器具を正しく使おう 「調理用具の使い方」 5 ガスこんろを使おう	「えいせい・安全クイズ」 問題1（身じたく） 問題2（換気） 問題3（用具） 問題4（食品） 問題5（消毒） 「調理用具の使い方クイズ」 問題2（包丁） 問題5（まな板） 問題4（こんろ） 「えいせい・安全クイズ」 問題2（換気） 「調理用具の使い方クイズ」 問題4（こんろ）	1 手あらいをしっかりしよう 3 ほうちようのもちかた 4 まな板をつかう前に

3 内容と特徴

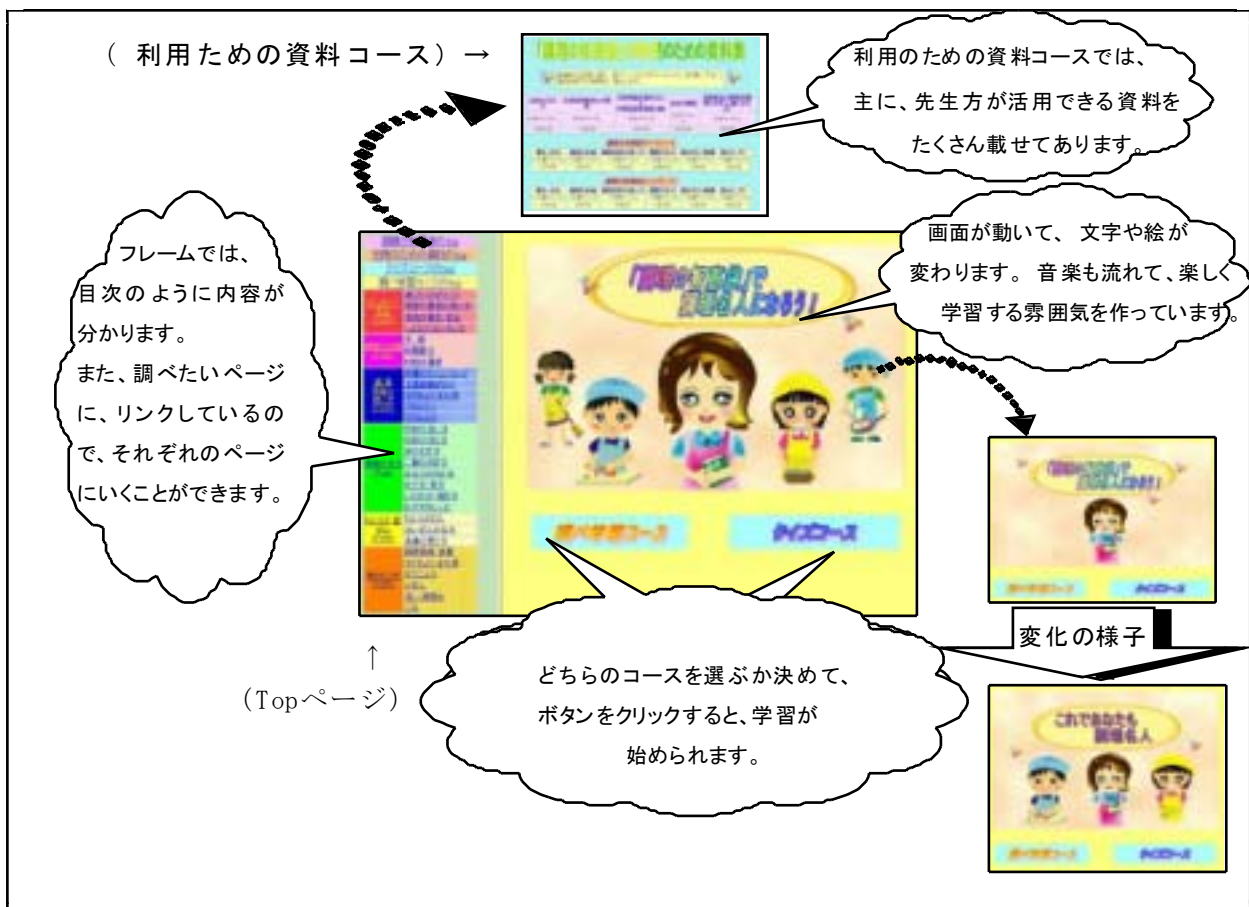
【 トップページの特徴 】

2つのフレームに分け、メインページとメニューページで構成する。メインページは、動画を配置して、導入段階で児童が興味を持ちやすくしています。また、音楽が流れて、楽しく学習に取り組める雰囲気を作っています。目次の機能を持たせたメニューページにそれぞれのページをリンクさせることにより、自分の学習したいページを簡単に見つけることができ、マウスボタンをクリックすることで開くことができます。

【 利用ための資料コースの特徴 】

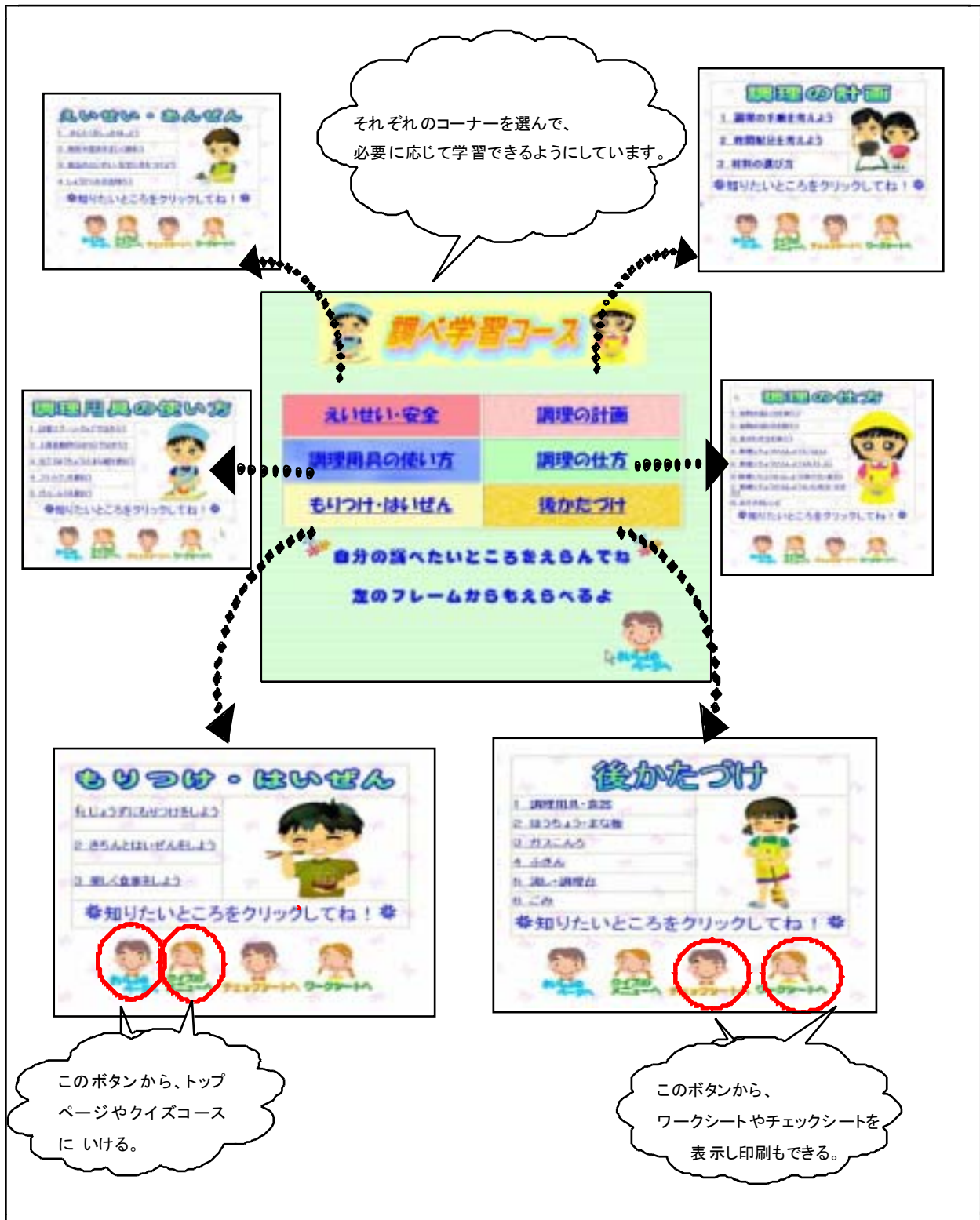
教師が本C Dを効果的に活用するための資料として、「活用の手引き」、「『調理の知恵袋』と学習指導要領との関連表」、「『調理の知恵袋』の活用場面を組み込んだ年間指導計画案」、「第5学年の学習指導案例及び授業実践の様子」、「第6学年の学習指導案例及び授業実践の様子」、教師が書き換えて活用可能な一太郎形式ファイルの「ワークシート」と「チェックシート」を用意しました。

「活用の手引き」では、本C Dのコースウェアと内容や特徴が分かるようになっています。「調理の知恵袋と学習指導要領との関連」では、小学校学習指導要領家庭科の「(5)簡単な調理」に関する知識と技能との関連を一覧表にしてあります。「調理の知恵袋の活用場面を組み込んだ年間指導計画案」では、各題材での活用について示してあります。「調理の知恵袋の活用の構想」「調理の知恵袋を活用した第5学年・第6学年の指導案及び授業実践」では、本C Dを活用した授業構想と実際の学習指導案と実践の概要を載せてあります。「本C Dの各コーナーのワークシート（一太郎ファイル・P D Fファイル）」「本C Dの各コーナーのチェックシート（一太郎ファイル・P D Fファイル）」を用意しました。一太郎ファイルのものは、必要に応じて書き換えて活用することが可能です。



【 調べ学習コースの特徴 】

調理の基本的な流れに沿って6段階に分け、「衛生・安全」「調理の計画」「調理用具の使い方」「調理の仕方」「もりつけ・はいぜん」「後かたづけ」のコーナーを設けました。各コーナーのトップページからは、調理の基礎・基本に関する具体的な内容が選択できるようにし、必要に応じた調べ学習が効率的に行えるようにしてあります。調理用具の使い方と調理の方法については動画による解説も行い、調理が具体的にイメージできるようにしました。

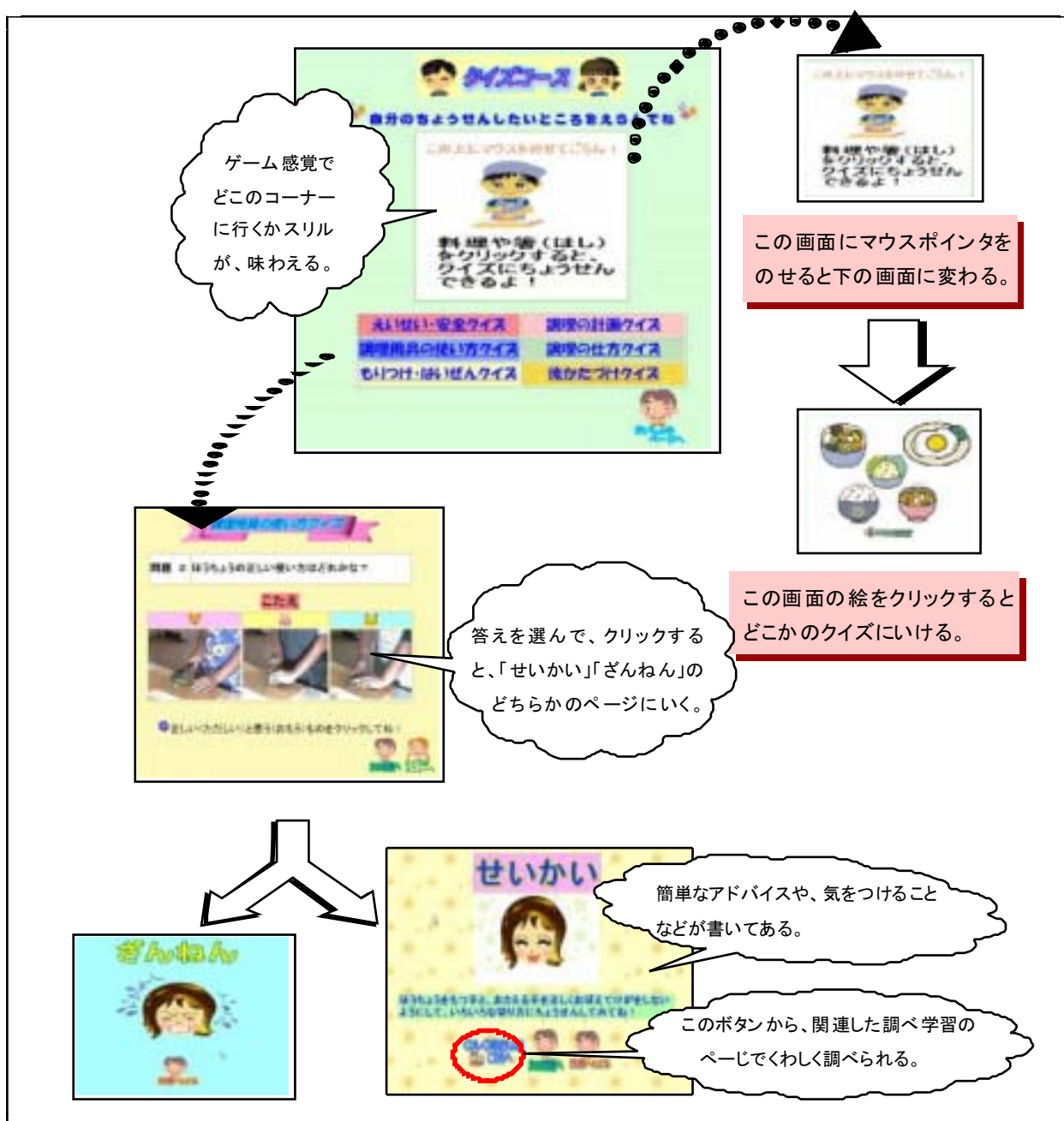


* 各コーナーは、P 8～10に詳しく解説されています。

【 クイズコースの特徴 】

クイズコースも調べ学習のコースと同様、「えいせい・安全」「調理の計画」「調理用具の使い方」「調理の仕方」「もりつけ・はいぜん」「後かたづけ」の6つのコーナーを設けました。クイズコーナーのトップページには、ゲーム的な要素を盛り込み、楽しみながら取り組めるようにしてあります。画面の上にマウスポインタをのせると画面が変わり、現れたおかずやごはん、みそ汁、箸などの絵をクリックして、クイズのページへいくことができます。最初はどこのコーナーにいくか分からないので、スリルが味わえるようになっています。

クイズに不正解の場合は、正しい答えを確認しないと、次の問題に進めないようにしてあります。正解の場合は、さらに詳しく知ることができるように、関連した調べ学習コースへのリンクボタンを設けました。



【 ワークシートの特徴 】

調べコースの各コーナーには、内容に沿ったワークシートを印刷して使えるようにしました。本CDで学びながらワークシートの記入を行えば、内容への理解が自然に深まるように構成してあります。各コーナーのトップページでは、ワークシート（PDFファイル）を表示したり印刷したりすることができます。また、**利用ための資料コース**には、一太郎ファイルがありますので、書き換えて使うことができます。下図は、「調理用具の使い方」のコーナーの包丁の部分の名前を学習するページと関連したワークシートの例です。コンピュータ画面を見るだけでなく、調べたことをワークシートに記入しながら学習できるので、これにより調理の基礎・基本の定着が図れます。しっかり定着させるために使ってほしいと思います。



調べ学習のページ抜粋



ワークシート抜粋

見るだけでは、学習が定着しにくいし、必要なことを手早くメモを取っていくことも、小学生には時間がかかり難しいです。このワークシートを使えば、大切なことを()に書き入れながら覚えられ、後日の確認や学習にも活用できます。

【 チェックシートの特徴 】

6つのすべてのコーナーに調べ学習と関連したチェックシートが準備してあります。自分の普段の生活をふり振り返り、自分の実践を客観的に振り返り自己評価するのに使うことができます。また、学習した内容を確認しながら、実践への意欲を持てるように活用できるよう配慮しました。下図は、「えいせい・安全」コーナーのチェックシートの例です。



えいせい・安全

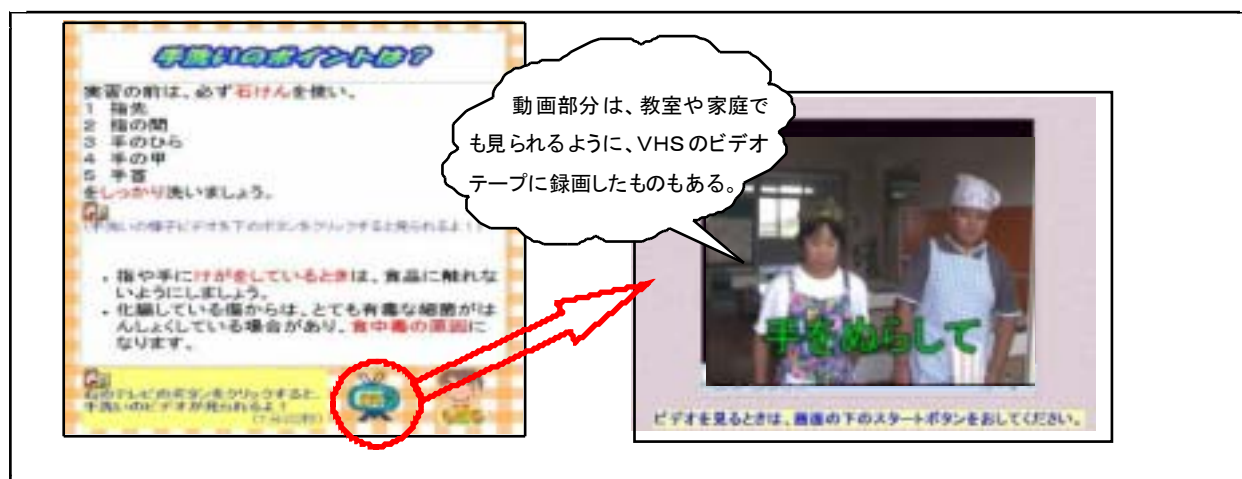
短時間で自己評価できる。

◎や×の数で、自分の生活を見直すことができる。

【 動画コンテンツ 】

学習内容や調理方法をより短い時間で手軽に視聴できるようにしました。下図のように関連した調べ学習のページの動画ボタンをクリックすることで、画面が立ち上がり、コンピュータ上で動画が見られるようになっていきます。

また、この動画は、短い時間で手軽に視聴できます。コンピュータがない教室や家庭でも使えるようVHSのビデオテープに録画したものも用意しました。必要の方は、制作者にご連絡下さい。



また、本CDに載っている動画の内容は、下表のようになっていきます。

タイトル	時間	ね ら い	内 容
 1 手洗いをしっかりしよう	1分22秒	○調理前の正しい手の洗い方を理解させる。	・衛生的な手の洗い方のポイントを洗う部分ごとに説明し、正しい手洗いの方法を学ぶことができる。
 2 正しくはかるう	1分30秒	○計量カップと計量スプーン、上皿自動秤の正しい使い方を理解させる。	・計量カップと計量スプーン、上皿自動秤の使い方について、実際にはかる様子を通して学ぶことができる。
 3 ほうちょうのもちかた	1分33秒	○ほうちょうの安全な扱い方を理解させる。	・危険なほうちょうの持ち方を示すことで、自分の持ち方を振り返らせ、正しい持ち方を確認できる。
 4 まな板をつかう前に	40秒	○まな板の使い方を理解させる。	・使用する前のまな板の扱い方を、理由とともに学ぶことができる。
 5 やさいをあらいましょう	1分22秒	○野菜の洗い方を理解させる。	・野菜を衛生的に洗うポイントを確認できる。
 6 いろいろな切り方	4分12秒	○用途によっていろいろな切り方があることを理解させる。	・いろいろな切り方とその用途について、実際に切っている映像とともに学ぶことができる。
 7 おいしいごはんを たこう	4分15秒	○なべで炊く火加減や米がご飯に変化する様子を理解させる。	・透明ななべを用いて、米がご飯に変化していく様子を確認しながらご飯を炊く方法や火加減の仕方を学ぶことができる。
 8 おいしいみそしるを つくりましょう	2分 7秒	○だしの取り方やみそ汁の作り方を理解させる。	・にぼしと鰹節の2種類のだしの取り方と、おいしいみそ汁の作り方について学ぶことができる。

【 調べ学習コースの各コーナーの特徴 】

① 「えいせい・安全」のコーナー



〈1 身じたくをしっかりとしよう〉

調理を始める前の身じたくを理由とともに、解説しています。手洗いのページには、手洗いの動画があります。

〈2 用具や器具を正しく使おう〉

調理の基礎となる、ガスこんろ・包丁・まな板・なべやフライパン・ふきんや台ふきなどの安全で衛生的な取り扱いについて解説しています。

〈3 食品の衛生・安全に気をつけよう〉

野菜や卵の衛生的な保存方法や取り扱い方について解説しています。

〈4 しょうどくの方法を知ろう〉

いろいろなしょうどくの方法やしょうどくするものについて解説しています。

② 「調理の計画」のコーナー



〈1 調理の手順を考えよう〉

調理の手順を考える方法や手順を解説しています。

〈2 時間配分を考えよう〉

時間配分のポイントや考え方を解説しています。

〈3 材料の選び方〉

調理で使う分量の決め方や食品を選ぶ時の注意を解説しています。

賞味期限と消費期限などの違いも分かるようにしています。

③ 「調理用具の使い方」のコーナー



〈1 計量スプーン・カップではかりよう〉
計量スプーンや計量カップの種類、正しくはかるポイントなどを解説しています。動画もあります。

〈2 上皿自動秤ではかりよう〉
上皿自動秤の構造や量る手順などを図とともに解説しています。

〈3 包丁とまな板を使おう〉
包丁の部分の名前や正しい持ち方と姿勢、包丁の扱い方から後始末まで、静止画や図で分かりやすく解説しています。また、まな板の扱い方についても、解説しています。

〈4 フライパンを使おう〉
フライパンを使う手順と安全に使うポイントを静止画とともに解説しています。

〈5 ガスこんろを使おう〉
ガスこんろの部分の名前、使う前の点検の方法、点火や消火の手順、ガスもれに気がついた時の対処法、炎の調節などについて、静止画で分かりやすく解説しています。

④ 調理の仕方のコーナー



〈1 材料の洗い方を知ろう〉
食品の中から、葉野菜、いも類、ブロッコリー、たまごなどの洗い方や注意を解説しています。動画もあります。

〈2 材料の切り方を知ろう〉
いろいろな食品の切り方の方法を静止画と動画で解説しています。また、切り方にあった使い道も載せてあります。動画もあります。

〈3 皮のむき方を知ろう〉
皮をむく時の包丁のあつかいかたを解説しています。

〈4 料理にちょうせんしょう(ごはん)〉
米からごはんになるまでの「お米の豆知識」とおいしいごはんの炊き方を静止画や動画で分かりやすく説明してあります。小学校で扱うことになっている、なべでご飯を炊く方法も詳しく載っています。

〈5 料理にちょうせんしよう（みそしる）〉

「みその豆知識」「みそ汁のだし」「みそ汁の実」「みそ汁を作るポイント」などを静止画や動画で分かりやすく説明しています。だしの取り方も、にぼしやかつおぶし・こんぶの3種類を扱っているので、他の料理にも利用できます。

〈6 料理にちょうせんしよう（ゆで方・煮方）〉

湯からゆでる野菜、水からゆでる野菜のゆでるポイントや卵・麺をゆでるポイントを説明してあります。また、煮る料理のポイント解説しています。代表的なゆでる料理と煮る料理についても載せてあります。

〈7 料理にちょうせんしよう（いため方・やき方）〉

炒める料理のポイントや焼く料理のポイントを解説しています。

〈8 おすすめレシピ〉

「ご飯もの」「汁もの」「サラダ」「おかず」「お茶とおやつ」について、小学生でもできる簡単なものを解説しています。

⑤ もりつけ・はいぜんのコーナー



〈1 じょうずにもりつけしよう〉

盛りつけのポイントを解説しています。

〈2 きちんとはいぜんしよう〉

配膳の仕方の基本について解説しています。

〈3 楽しく食事をしよう〉

食事の働きと楽しく食事するポイントなどを解説しています。

⑥ 後かたづけのコーナー



〈1 調理用具・食器〉

調理用具や食器の後かたづけの基本について解説しています。

〈2 ほうちょう・まな板〉

包丁・まな板の後かたづけについて解説しています。

〈3 ガスこんろ〉

ガスこんろの後かたづけの基本について解説しています。

〈4 ふきん〉

ふきんの後始末の基本について解説しています。

〈5 流し・調理台〉〈6 ごみ〉

流し・調理台・ごみの後始末について解説しています。

4 推奨動作環境

【必要なシステム構成等】

○ 推奨動作環境

- ・ OS : Windows・Macintosh 両対応 (Windowsでは、自動的に起動)
- ・ CPU速度600MHz以上、CD32倍速以上を推奨
- ・ Windowsの搭載ソフト
インターネットエクスプローラ等のブラウザで表示 (IE6.0以上を推奨)
- ・ ディスプレイ : 1,024×768ピクセルを推奨
- ・ CD-ROMドライブ

(ハードディスクの空き容量が400MB以上ある場合はコピーして使うことを推奨)

*動画の再生でコマ落ちしたり、ちらつく場合は、ハードディスクにコピーして下さい。

*動画再生には、WindowsMediaPlayer7以上が必要です。

MPGファイルがWindowsMediaPlayer以外のアプリケーションに関連づけされているとうまく表示できない場合があります。

*メモリーの少ないコンピュータでは、動画が再生できないことがあります。

- ・ 動画ファイル形式は、MPGファイルとSWFファイルで作ってあります。
- ・ 文書ファイル形式は、PDFファイルと一太郎ファイル (利用のための資料集のワークシートとチェックシート) で作ってあります。



*一太郎文書を印刷したり、編集を行いたい場合は
右下の「一太郎マーク」をクリックして下さい。

制作者 群馬県総合教育センター 産業科学グループ 長期研修員 武藤 妙子
(置籍校 甘楽町立小幡小学校)