

6. 指導と評価の計画

題材名	栄養を考えて食生活を見直そう	指導時数	全 13 時間	教科等との連携	総合的な学習の時間で 7 時間、課外で 3 時間
<p>栄養のバランスのとれた食生活を見直し、簡単な調理実習を通して知識や技能を身に付けることができるようにする。</p> <p>小題材《わたしにできることは》 【家庭生活への関心・意欲・態度】 食品の衛生・器具の安全に気を付けて実習に取り組んでいる。 【生活を創意工夫する能力】 考えて調理実習の計画を立てている。 【生活の技能】 材料や用具を衛生や安全に気を付けて使うことができる。 【家庭生活についての知識・理解】 食品や用具の衛生的な使い方がわかる。</p> <p>小題材《作っておいしく食べよう》 【家庭生活への関心・意欲・態度】 日常の食生活に関心を持ち、調和のとれた食事を家族と楽しみながらしようとする。 【生活を創意工夫する能力】 ご飯とみそ汁を作る手順や楽しく食事をするための工夫を考えて、調理計画を立てる。 【生活の技能】 米とみその特徴を理解し、ご飯とみそ汁の調理ができる。 【家庭生活についての知識・理解】 食品の栄養的な特徴と調和のよい食事のとりかたがわかる。</p>					
教科等	時間目	主な学習活動	支援及び指導上の留意点	評価規準(方法)	
				おおむね満足できる状況	十分満足できる状況
総合的な学習の時間	1 + 課外	きゅうりとなすの苗植えをする。	事前に学校の畑を耕耘機で畝しておく。きゅうりの苗 15 本となす苗 10 本を用意し、2 人 1 組で苗を植えるようにする。栽培用のビニールと支柱を準備しておく。	指示されたことに従って、食物を栽培しようとしている。	食生活を支える農家の工夫や努力に気づき、忍耐強く食物を栽培しようとしている。
	2 3 4 5 6 7	一連の米作りの体験活動を行う。 もみまき 肥料まき 田植え 田すり 稲刈り 脱穀	地域や PTA の生産活動委員の方々に指導や協力をお願いする。作業の前には、生産活動委員の方々と話合いの場を持ち、作業の内容・手順を確認しておく。児童に、なぜこの作業を行いどんな意味があるのかを、しっかり理解させる。米の生長をしっかりと記録させ、米に対する愛着を持つことができるようにする。	指示されたことに従って、食物を栽培しようとしている。	食生活を支える農家の工夫や努力に気づき、忍耐強く食物を栽培しようとしている。
家庭科	1	わたしにできることは 調理に関心を持ち、食品や用具、器具の安全で衛生的な扱い方がわかる。	調理用具や器具については、実物を用意し、どんな使い方をするのかを分かるようにする。 栽培・収穫したきゅうりを使って「めざせ！ほうちょう名人」の実技テストの師範を示す。特に包丁の握り方・指の置き方・扱い方に気を付けるように指導をする。1 本の半分を舟形にした大きさのきゅうりを使って、実技テストの練習を行う。後片づけの実践を行う。	学習ノートに調理用具や器具の名称が正しく書ける。	積極的に料理経験を発表し、調理用具や器具の使い方が説明できる。
	2	野菜サラダの実習計画を立てる。 育てた食材を用いた調理実習の計画立案	材料の組み合わせや味付けの工夫だけでなく、野菜の切り方にも目が向くようにする。味付けは、身近にある材料からドレッシングを作ることができる喜びを味わわせるために、フレンチソースとする。 総合的な学習の時間で栽培している地域食材で	調理に必要な器具や食器の安全で衛生的な取り扱いができる。	調理に必要な器具や食器の安全で衛生的な取り扱いを進んで実践している。
				家庭で食べた経験のあるサラダを意欲的に発表している。	野菜の切り方や温野菜にまで、気付き発表している。

		あるきゅうりを材料の一つとして必ず入れ、実技検定を兼ねる事を知らせる。環境にやさしい後片づけの方法について、各家庭での実践などに目を向けさせる。		
	3	調理に必要な材料や用具を衛生や安全に気をつけて、手順よく野菜サラダを作る。 育てた食材を用いた調理実習 「めざせ！ほうちょう名人」の実技検定	各自の実習計画表に従って手順を確認して、手際よく調理できるように支援する。きゅうりの輪切りの実技テストを兼ねているので、クラスの半分が一斉にきゅうりの輪切りを始めるよう言葉掛けをする。時間を設定して、切れたきゅうりの枚数を数えさせる。	正しい包丁の持ち方と手の置き方で、きゅうりの輪切りができる。 正しい包丁の持ち方と手の置き方で、きゅうりの輪切りを同じ厚さで、数多く切ることができる。 【技能】(実技検定テスト)
	4	野菜サラダの作り方が分かり、家族のために野菜サラダの実習計画を立てる。	実践への意欲を高めるために、「めあて・用具の使い方・切り方・味付け・後片づけ」の点から振り返ることができるよう助言する。家族への思いが表れるような材料や切り方、味付けなどを工夫して考えられるように助言する。家庭にも、児童の実践についての感想を記入するなどの協力をお願いをする。	家族のことを考えて調理実習の計画を立てている。 家族への思いが表れるような材料、切り方、味付けなどを工夫して考え、調理実習の計画を立てている。 【創・工】(家庭科学習ノート)
課外		家庭で、包丁を使っているいろいろな食材を切る練習を行う。	ワークシート「夏休みを使って包丁名人になろう！」を配布し、実践の記録ができるようにする。安全に十分気を付けるように指導をする。家庭にも、児童の実践についての感想を記入するなどの協力をお願いをする。	
家庭科	5	作っておいしく食べよう 日常の食事の組み合わせを調べ、食べてみたい1食分の食事の計画を立てる。	食事が、主食、おかず、しる物になっていることが気づくように、発表を分類して書いていく。主食が、ごはん・パン・めん類の時のおかずやしる物の組み合わせが違うことに気づくようにする。	日常の食事の組み合わせ方に興味をもっている。 日頃の自分の食事の組み合わせ方を進んで発表している。 【関・意・態】(発表)
	6	食品の栄養的な特徴を知り、食品を組み合わせるとる必要があることを理解する。	日常食べている食品を振り返り、なぜ食べるのかを考えさせる。食品は、体内でのおもなはたらきにより3つのはたらきに分けられているが、食品は一つの栄養素だけで成り立っていないことを知らせる。発展的な学習として、食品の分類の一つに栄養素で分けられることも知らせる。	食品を体内でのおもなはたらきにより、3つのグループに分ける分け方を理解している。 食品分類表にのっていない食品も食品分類や栄養素をもとにグループ分けを正しくできている。 【知・理】(栄養素分類シート)
	7	栄養士さんから献立を立てる時のポイントの話を聞き、これまでの給食の食べ方を見直す。 給食センターの栄養士とのTTによる栄養指導	給食の献立を立てる際に気を付けている点(栄養素・カロリー・季節・彩り・主菜、副菜、その他)や願い(残菜の量など)について、学校給食を作る立場から話してもらおう。栄養士さんの話から、一週間の給食点検カードに栄養的な面、量的な面から自分のこれまでの給食を見直しをさせ、バランスよく食べること	自分なりに改善点を見いだしている。 今後の給食や家庭においても改善点を生かそうとしている。 【知・理】(給食点検カード) 【関・意・態】(給食点検カード)

		の大切さに気付かせる。	
8・9	ごはんとうみの違いやその特徴、ごはんの作り方を理解する。	事前にワークシート「ごはんとうみそ汁を作ってみよう」を配布し、家庭でごはんの炊き方(洗い方、浸水時間、蒸らしの時間、盛りつけの工夫)について聞き取りを行い、記入させておく。米の吸水実験を行い、実際に米が水を吸って膨らんでいく様子を観察させる。ワークシートの記入内容を発表させ、米の洗い方、吸水時間、蒸らしの時間等をまとめるとともに、教科書で水加減と火加減の確認をする。一人分 80gのお米を使ってごはんを炊き、13時間目に考えた具を入れておにぎりにして試食させる。	おいしいごはんの炊き方を調べ、炊飯している。 【知・理】(観察) 【技能】(観察)
10	みその特質や種類、みそ汁の作り方を理解する。	事前にワークシート「ごはんとうみそ汁を作ってみよう」を配布し、家庭で使用しているみその表示調べを行ったり、家の人から我が家のお薦めみそ汁を聞いたりして、記入させておく。ワークシートの記入内容を発表させ、みその種類や実の取り合わせをまとめ、教科書でだしを取り方や実の切り方や入れる順番・作り方について確認をする。	みそやみそ汁作りに関心をもち、みそ汁の作り方がわかる。 【関・意・態】(発表) 【知・理】(発表)
11	ごはんとうみそ汁の実習計画を立てる。 育てた食材を用いた調理実習の計画立案	二つの調理が同時にできあがるように、見通しをもった計画をグループ毎に立てさせる。みそ汁に用いるみそは、家庭のみその表示調べを参考にして食べたいみそを決め、決まったみその家庭に協力をお願いをするよう助言する。みそ汁の実としては、総合的な学習の時間で栽培している地域食材であるなすを材料の一つと選んで入れることや、大根を実技検定を兼ねて入れることを知らせる。さらに、残りの実は我が家のお薦めみそ汁を参考に材料を決めるように助言する。	ごはんとうみそ汁に必要な材料と分量がわかり、調理計画を立てている。 【創・工】(家庭科学習ノート)
12・13	ごはんとうみそ汁の調理実習をする。 育てた食材を用いた調理実習 「めざせ!ほうちょう名人」の実技検定	計画に従って、調理を能率よく行えるよう支援する。大根のかつらむきの実技テストを兼ねているので、グループで順番にかつらむきを始めるよう言葉掛けをする。切らずに剥けた長さを測るよう言葉掛けをする。	正しい包丁の持ち方と手の回し方で、大根のかつらむきができる。 【技能】(実技検定テスト)
課外	1 親子料理教室で地域食材を使った4つのメニューの調理実習を行う。 2 給食センターの栄養士とのTTによる栄養指導 3 育てた食材を用いた調理実習の計画立案 育てた食材を用いた調理実習	事前に給食センターの栄養士さんに、米・きゅうり・なすの地域食材を使った、児童にも簡単にできるメニューを考案してもらおう。家庭での実践につなげていきたいので、親子で協力して実習できるよう文書でもお願いをする。	