**小学校　第６学年○組　　家 庭 科 学 習 指 導 案**

**平成○年○月○日（○）第○校時　○○教室　指導者　（Ｔ1）担任　（Ｔ２）栄養教諭・学校栄養職員**

１　題材名　くふうしよう　おいしい食事

２　題材の目標  
（１）日常の食事に関心をもち，食事を大切にしようとする。　　　　　　　　　〔家庭生活への関心・意欲・態度〕

（２）食品に含まれる栄養素の種類と働きを知り，いろいろな食品を組み合わせて朝食の献立を考えることができ

る。　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　〔生活を創意工夫する能力〕

（３）朝食の献立に合った食品の選び方や，朝食の立て方が理解できる。〔家庭生活についての知識・理解〕

（４）炒める調理の特性と材料や目的に応じた調理の仕方を理解することができる。〔生活の技能〕

３　食育の視点

・朝食の大切さについて理解し，よりよい朝食をとろうとする意欲をもつことができる。（食事の重要性）

・栄養バランスを考えた朝食に合う献立の立て方について理解する。（心身の健康）

４　題材の評価規準

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| ・健康に良い食習慣を身につけるため，進んで朝食を食べようとする意欲をもっている。 | ・栄養のバランスを考えていろいろな食品を組み合わせ，朝食の献立を考えている。  ・炒める調理の方法を工夫しようとする。 | ・炒める調理法で朝食にふさわしいおかずを作ることができる。  ・食材ごとに炒める調理の方法を工夫できる。 | ・自分の食生活に関心をもち，朝食に必要な栄養素について理解している。  ・炒める調理方法とその良さがわかる。 |

５　指導と評価の計画（全９時間）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 次 | 時 | 主な学習活動 | 評価規準及び評価方法 | | | |
| 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 |
| 一  朝食を考えよう。 | １ | ・朝食の役割を  知る。 | ・朝食の大切さを理解  できている。 |  |  | ・自分の食生活に  関心をもつ。 |
| ２ | ・朝食に必要な  栄養素を知  る。 |  |  |  | ・朝食に必要な栄  養素について理  解している。 |
| ３ | ・どんな朝食が  よいか考えよ  う。 | ・栄養バランスの工夫  された献立を考える  ことができている。 |  |  |  |
| 二  炒めてみよう | １ | ・炒めて食べる  食品を調べよ  う。 | ・炒めて作る朝食にあ  うおかずを考えること  ができている。 | ・食材ごとに炒める  調理方法を工夫  できている。 |  |  |
| ２・  ３ | ・フライパンを  使って炒めて  みよう。 |  |  | ・フライパンを使って  炒めることができて  いる。 | ・炒める調理方法  とそのよさがわか  る。 |
| 三  工夫した朝食を作ろう。 | １ | ・各班ごとに工  夫した朝食を  考える。 |  |  | ・材料の選び方がわ  かり，買い物の工  夫をしようとしてい  る。 |  |
| ２・３ | ・実施計画に  沿って朝食の  おかずをつく  る。 | ・調理実習に積極的  に参加し協力してい  る。 |  | ・班ごとに工夫して  調理することができ  ている。 |  |
| 家庭 |  | ・家庭で作って  みたいおかず  を考えて実践  する。 | ・家庭で作ってみたい  おかずを考えることが  できている。 |  | ・家庭で朝食のおか  ずを作ることができ  ている。 |  |

６　指導上の立場

　○題材観

　　 本題材は，朝食の学習を通して毎日の食生活への関心を高め，食事の大切さに気づくとともに，調和のとれた食事と調理に関する基本的・基礎的な知識及び技能を身につけることをねらいとしている。さらに児童が，身につけた知識や調理の技術を通して食生活をよりよく工夫する能力と実践的な態度を育てることを目標としている。

　　炒める調理方法の調理計画のたて方，材料の切り方，炒め方の基本的な技能を身につけ，さらに朝食の役割の大切さとその調理の工夫，栄養バランスなどについて考える。その際，正しい知識を学んだり，家族からのアドバイスをもらったりしながら，主体的に生活に生かしてみようとする意欲を高めたいと考えている。

　○児童観

　　 本校の６年生は，自分の嗜好で給食を残す児童はほとんどいない。特に本学級の児童は，給食を残す日が少ない。５年生の夏休みから実践している家庭科の調理実習の課題も全員が提出し，内容も充実している。食事に対する関心は強く，家庭で料理を何度か経験している児童も多い。

　　 しかし，岡山県学校栄養士会調査による「平成28年度児童生徒の食生活・日常生活習慣等の調査報告書」から本校の６年生で，毎日朝食を食べている児童は○％で，週に2日程度朝食を欠食している児童が○％近くいる実態がある。岡山県の調査結果は，84.9％であった。本校の児童が毎日朝食を食べている割合が低いことがわかる。朝食の食事内容も，主食中心型が○％で，定食型○％や軽食型○％よりも多い。

平成28年度の調査から，排便の頻度が食事内容に関係していることが分かり，主食中心型の食事をする人は不規則になりやすい傾向がある。休日に朝食を食べていない家庭や，食事の内容に偏りの多い家庭も多くみられる。

　　 このような実態から，児童自身が朝食の健康に及ぼす働きやその大切さを知り，朝食を毎日食べる意欲をもつ必要があると考えている。そのために，自分の力で簡単な朝食のおかずを作っていく力を身につけさせたい。

　○指導観

指導にあたって自分の朝食を見直し，その中から自分自身の課題を見つけさせ，工夫して解決していこうとする気持ちをもたせたい。そして班の中の話し合い活動や，家族に朝食の内容や調理のしかたを聞くことで，友達や家族とのかかわりを深め，進んで朝食づくりを実践しようとする子どもを育てたい。

　　 本時では，朝食の大切さを理解し，朝食にあうおかずを考えることをねらいとしている。その時，一人一人をきめ細かく支援するために，学校栄養職員とのTTを取り入れた。学校栄養職員から朝食の健康に及ぼす働きや朝食の献立の工夫などについて専門家としての話を聞くことができ，献立を考えるのに時間のかかる児童には分担して支援にあたることができると考えた。また，本時で分かったことや課題を次の実習に生かそうとする意欲をもたせたい。

　　 本時の後，三次（１時）で，班ごとに工夫した朝食の献立を考えることで，他の児童の食品の使い方や料理の方法や朝食で大切にしていることを知ることができる。班の中で話し合いをして，お互いの朝食に関する学びを 深め，自分自身の食生活を振り返り，毎日の朝食を考えて食べることができるようになると考えている。

　　 さらに，事後の学習として，家庭で夏休みに児童が自分自身で「朝食づくり」の課題をすることにより，家族全体で健康な体づくりの基本となる朝食の大切さを考え，実践する機会になると期待している。

７　本時案（第１次 第３時）

(1）本時の目標

〇食品に含まれる栄養素の種類と働きを知り，栄養バランスを工夫した朝食の献立を考えることができる。

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　 〔生活を創意工夫する能力〕

〇朝食の献立に合った食品の選び方や，朝食の立て方が理解できる。

〔家庭生活についての知識・理解〕

(2) 展　開

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 学習活動 | 教師の指導・支援 | | 学習評価 |
| Ｔ1 | Ｔ2 |
| １　めあてを  つかむ。  めあて　栄養バランスのよい朝食を考えよう。  ２ 　朝食の  献立の立  て方につい  て知る。  ３　 朝食の献  立を考える。  ４ 班で献立  の工夫につ  いて話し合  う。  **まとめ　栄養バランスのとれた献立をたてることが大切である。**  ５　学習のまと  めをする。 | 〇前時の朝食アンケートの結果や朝食の役割について振り返ることで，栄養バランスのよい朝食について考えることができるようにする。  〇実際に朝食の調理を行うことを知らせ，朝食の献立を自分で立てていこうという意欲をもつことができるようにする。  ○朝食の観点や献立を立てる手順などを生かして，実際に自分で朝食の献立を立てるようにする。  〇お互いの献立を発表しあうことで，他の人の献立のよいところに気づき，自分の献立を見直し，栄養バランスのとれた朝食に合う献立が立てられているか確かめられるようにする。  ○本時の感想を書くことにより，本時の学習を振り返ることができるようにする。  〇次時に，ワークシートを生かして，朝食を作ることを知らせる。 | ●給食の献立を活用して，朝食の献立の工夫の観点を確認することで，献立を考える際に気をつけることを想起できるようにする。  ・栄養のバランスがとれている。  　 ・短い時間で準備ができる。  （フライパンを使った料理方  法。いためる・焼く）  　 ・片づけも簡単にできる。  （家族の協力・お手伝い）  ●栄養バランスのとれた献立の立て方について助言し，献立を立てやすくする。  ・食品群と栄養素  ・主食・主菜・副菜・汁物（飲み  物）  ●献立を立てる時の順序を説明することで，児童が献立を立てる順番のイメージを浮かべやすくす  る。  ・ごはんかパンのどちらかの献立を立てる。  　 ・使ってよい食品の説明をする。  　 ・材料を炒めて作るおかずを１品入れる。  ・ゆでる野菜（生野菜）と組み合わせる。  ・書き方の手順をくわしく　説明する。  ●朝食の献立を立てにくい児童には，食材の工夫や朝食にあった食材の助言をする。  ●発表した献立についてまとめ，助言をする。 | ・栄養バランスの工夫された献立を立てようとしている。  　〔関心・意欲・態度〕  （発言・発表） |

◎｢おおむね満足できる」状況（Ｂ）と判断する児童の姿の例

・栄養バランスのとれた献立のたて方を考えることができる。