

# 第5学年1組 家庭科学習指導案

平成28年11月17日(木) 第5校時  
場 所 家庭科室  
在籍児童数 38人  
指 導 者 教 諭 奥 知 子  
栄養教諭 島田 美千帆

- 1 題材名 「羽生発！ 我が国の伝統的な日常食 ～ご飯とみそ汁～」  
内容B (1) アイ (2) ア (3) アイエオ

- 2 題材設定の理由  
(1) 児童の実態

## (2) 題材観

本題材は、学習指導要領の内容「B 日常の食事と調理の基礎」の(1) 食事の役割のア、イ (2) 栄養を考えた食事のア、(3) 調理の基礎のア、イ、エ、オとの関連を図っている。

米飯とみそ汁は、我が国の伝統的な日常食である。米は、我が国の風土に適した主要な農産物である。また、古くから主食として摂取されており、日本人には切っても切れない食品である。一方、みそは、大豆の加工品であり、古くから日本人は調味料として用いてきた食品である。みそは地域ごとに特色があり、その土地ごとの気候や農産物に大いに関係している。また、みそ汁にすると、実の取り合わせから栄養のバランスや旬などを考えることができ、工夫することができる。

本題材においては、地域で昔から作られている地元のみそに焦点を当てる。そして地元のみそを用いたみそ汁の作り方や炊飯の仕方の基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けさせたい。さらに、その中で、調理のよさや楽しさを感じさせ、先人の知恵や思い、和食のすばらしさにも気付かせたい。

## (3) 指導観

アンケート結果から分かるように、児童は自分の住んでいる地域に関して、高い関心を示している(結果4)。また、授業で実際に地域のことを体験したことが記憶に残っている割合が高い(結果3)。この結果から、家庭科の授業において、子どもたちの生活に密着している地域を教材化すれば、興味・関心を高く持続したまま授業が展開できるだろうと考える。

さらに、自分が住んでいる地域と米やみそといった農産物の関係性を学ぶことで、児童は自分の住んでいる地域のよさや魅力を知ることができる。本題材では、地域の教材として、羽生で昔から作られているみそで原材料100%羽生産である地元のみそを用いる。その地元のみそを焦点化し、米飯とみそ汁について学ぶ授業を展開し、米飯とみそ汁が我が国の伝統的な日常食であるという理解を深めさせたい。

また、水加減の違ったご飯の食べ比べや浸水時間の異なった米の観察、だしの有無のみそ汁や実入り、実無しのみそ汁の飲み比べを行い、実感を伴った理解への指導につなげていきたい。

## 3 題材の目標

- 日本の伝統的な日常食である米飯およびみそ汁に関心をもち、食事の役割を考えて食事を大切にしようとする。 <家庭生活への関心・意欲・態度>
- みそ汁の実の取り合わせを考え、自分なりに工夫しようとしている。 <生活を創意工夫する能力>
- 米飯およびみそ汁の調理ができる。 <生活の技能>
- 日本の伝統的な日常食としての米飯とみそ汁、五大栄養素の種類と働きや米飯およびみそ汁の調理の仕方について理解する。 <家庭生活についての知識・理解>

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
日本の伝統的な日常食である米飯及びみそ汁に関心をもち、食事の役割を考えて食事を大切にしようとしている。	みそ汁の実の取り合わせを考え、自分なりに工夫しようとしている。	米飯及びみそ汁の調理に関する基礎的・基本的な技能を身に付けている。	日本の伝統的な日常食としての米飯とみそ汁、五大栄養素の種類と働きや米飯及びみそ汁の調理の仕方について理解している。

5 指導計画及び評価計画（10時間扱い）

時間	○ねらい ・学習活動 【地域教材ポイント】	評価規準 ・ 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
1	○昔の食べ物の様子を知り、食事について関心を持つ。 ・普段の食事で気にしていることや家族に言われていることを振り返る。 ・昔の食糧事情や昔の人の知恵や食べ物に対する思いを知る。	地域の食べ物について歴史的に理解し、食事の役割を考えて食事を大切にしようとしている。 (行動観察・ワークシート1)			
2	○日本の伝統的な日常食としてのご飯（主食）とみそ汁（汁物）を知る。 ○おいしい米飯について知る。 ・食事は主食、汁物、おかずの組み合わせで食べていることを知る。 ・主食の栄養素（炭水化物）の働きについて知る。 ・吸水していない米粒と吸水した米粒を見比べ、吸水の必要性を知る。 ・適切な水の量で炊いたご飯と少ない水の量で炊いたご飯を食べ比べ水加減を知る。 ・その他のポイントについて知る。 ・おいしい米飯の作り方についてまとめる。				日本の伝統的な日常食としてのご飯（主食）とみそ汁（汁物）を理解している。 炭水化物の働きについて理解している。 おいしい米飯を調理するためのポイントを理解している。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">*米の洗い方 *水加減 *浸水時間 *加熱の仕方</div> (ワークシート2)
3 ・ 4	○おいしい米飯を炊くことができる。 ・米が米飯になるプロセスを理解する。			米飯の調理ができる。 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な扱い及びこんろの安全な取り扱いができる。 (行動観察・ワークシート3)	米飯の作り方を理解している。 炊飯について科学的に理解している (行動観察・ワークシート3)

<家庭実践 その1>： みそ汁についての聞き取り調査をする。(ワークシート4)  
 \*聞き取り対象… お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃん

\*聞き取り項目… ①みそ汁の作り方  
 ②家で使っているみそ  
 ③おじいちゃん・おばあちゃんが小さい時、みそは  
 どうしていたか。

5 映像資料	<p>○おいしいみそ汁について知る。        ・みそ汁についての聞き取り調査から、みそ汁作りのポイントを知る。        ・だしなしとだしありのみそ汁の食べ比べから、だしの必要性を知る。        ・実入りのみそ汁を試食し、味に深みが出ることを知る。        ・おいしいみそ汁の調理方法についてまとめる。</p>		<p>おいしいみそ汁の調理法について考えたり、自分なりに工夫したりしている。        (ワークシート5)</p>		<p>様々なみそ汁の試食を通して、みそ汁作りのポイントを理解する。        *だしの取り方        *実の切り方        *実の入れ方        *香り        (行動観察・ペーパーテスト)</p>
6 公開授業	<p>○みそ汁の実の取り合わせを考えることができる。        ・地元のみそと羽生の関係を知る。        ・みそ汁の実の取り合わせを工夫することができる。        ・脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンのそれぞれの働きを知り、いろいろな食品を組み合わせて食べることの大切さを知る。</p>		<p>みそ汁とご飯を基に考える日本食の献立から、みそ汁の実の取り合わせを工夫している。        (ワークシート6)</p>		<p>脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンのそれぞれの働きを知り、いろいろな食品を組み合わせて食べることの大切さを知る。        (ワークシート6)</p>
7・8	<p>○おいしいみそ汁を調理することができる。</p>		<p>みそ汁の調理ができる。        調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な扱い及びこんろの安全な取り扱いができる。        (行動観察・ワークシート7)</p>	<p>みそ汁の作り方を理解している。        (行動観察・ワークシート7)</p>	
<p>&lt; 家庭実践 その2 &gt; : 地元のみそを使ったみそ汁の実の取り合わせについて家族と考える。(ワークシート8)        *地元のみそを持ち帰り、家の人と試食をし、地元のみそを使って作るみそ汁の実(3種類)の取り合わせを家族と一緒に考える。</p>					
9	<p>○地元のみそを使ったみそ汁の実について工夫することができる。        ・前時までの学習を生かし、友達の見解を参考にしながら、よりおいしいみそ汁を考えることができる。</p>		<p>栄養的なバランスや旬などを考えながらみそ汁の実を工夫している。        (行動観察・ワークシート8)</p>		
10	<p>○地元のみそを使ったおいしいみそ汁のレシピ集を作る。</p>	<p>みそができた背景から土地と食文化の関係や人</p>			<p>五大栄養素の種類と働きについて理解し</p>

	<p>々の願い、日本の伝統的な日常食に関心をもち、食事の役割を考えて食事を大切にしようとしている。 (レシピ集)</p>		<p>ている。 (レシピ集)</p>
--	--	--	------------------------

6 映像資料用 (5 / 10 時間)

(1) 本時の目標

- ・おいしいみそ汁の調理方法について考えたり、自分なりに工夫したりしている。  
 <生活を創意工夫する能力>
- ・様々なみそ汁の試食を通して、みそ汁作りのポイントを理解する。  
 <家庭生活についての知識・理解>

(2) 展開

時間 (分)	学 習 活 動	指導上の留意点 (・) 評価規準 (◇) 【評価方法】手だて (→)		資料・ 用具等
		T 1	T 2 (栄養教諭)	
5	<p>1 家で調べてきた事柄について、グループ内で発表し合う。</p> <p>2 課題を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>おいしいみそ汁はどのように作るのだろう。</p> </div>	<p>・自分の家と友だちの家で共通点と相違点を確認できるように、比べる視点を明らかにする。</p>		<p>・ワークシート 4</p>
10	<p>3 実のないみそ汁の飲み比べをする。</p>	<p>・みそ汁 A (だしなし)、みそ汁 B (煮干しだし)、みそ汁 C (かつおだし) を飲み比べて、それぞれの違いが感じられるように、味、色、香りの比較すべき観点を設ける。</p>		<p>・ワークシート 5          ・みそ汁 A (だしなし)          ・みそ汁 B (煮干しだし)          ・みそ汁 C (かつおだし)</p>
5	<p>4 飲み比べの結果を班で話し合う。</p>	<p>・3種類のみそ汁は何が違うのかを予想し、系統立てて考え、違いに気付かせる。</p>		<p>・話し合い用ワークシート</p>
15	<p>5 だしの重要性を理解する。</p>	<p>・Aはだしなし、Bは煮干しだし、Cはかつおだしのみそ汁であることを知らせる。</p>	<p>・煮干しだしやかつおだし意外にもだしが取れるものがあることを説明する。</p>	<p>・煮干し          ・鰹節          ・昆布          ・しいたけ          ・顆粒だし</p>
	<p>6 実の入ったみそ汁を試食し、実が入ることで味に深みが出ることを知る。</p>	<p>・普段のみそ汁は、飲み比べをしたみそ汁とは違い、実が入っていることに気付かせる。</p>	<p>・実が入っているみそ汁は、実が入っていないみそ汁と比べると、味が違うことに気づかせるために、実入りのみそ汁を用意する。</p>	<p>・実の入ったみそ汁 (煮干しだし)</p>
	<p>7 だし以外のポイントについて理解する。</p>	<p>・だし以外にみそ汁作りに必要な事項を考えさせるために、実入りの</p>	<p>・実際に実を切りながら、実の切り方を説明する。</p>	<p>・みそ汁の実</p>

<p>10</p>	<p>8 今日学習について振り返る。</p> <p>・沸騰させたみそ汁を代表者が試食する。</p>	<p>みそ汁を例に挙げ、思考を促す。</p> <p>・実感を伴わせるために、沸騰させたみそ汁を用意する。</p> <p>・本時の学習で分かったことを自分の言葉でまとめさせる。</p>	<p>・実を入れる順番、みその香りを大切にする方法について説明する。</p> <p>・みその香りを大切にする方法については、科学的な根拠を映像資料『カテイカ』を用いて説明する。</p>	<p>・映像資料『カテイカ』</p> <p>・沸騰させたみそ汁</p> <p>・ワークシート5</p>
		<p>◇様々なみそ汁の試食を通して、みそ汁作りのポイントを理解する。          &lt;家庭生活についての知識・理解&gt;  <b>【行動観察・ペーパーテスト】</b></p>		
	<p>9 どんなみそ汁を作りたいかを考える。</p>	<p>・4つのポイントのうち、大事にしたいポイントを決めさせるため、例を提示する。</p>		<p>・ワークシート5</p>
		<p>◇おいしいみそ汁の調理方法について考えたり、自分なりに工夫したりしている。          &lt;生活を創意工夫する能力&gt;  <b>【ワークシート】</b></p>		
	<p>10 次時の学習を知る。</p>	<p>・次時はみそ汁の実の取り合わせについて学習することを伝える。</p> <p>・今日使ったみそは「地元のみそ」というみそであったことを知らせ、自分の周りにはある地元のみそを次回までに探しておくように伝える。</p>		

(3) 板書計画

／ 羽生発！我が国の伝統的な日常食 ～ご飯とみそ汁～

おいしいみそ汁はどのように作るのだろう。

○みそ汁の飲み比べをしよう

みそ汁の種類	味	香り	色	その他	だし
A 					
B 					
C 					

○おいしいみそ汁作りの4つのポイント

だしの 取り方	実の 切り方
香り	入れ方

7 公開授業（6 / 10 時間）

(1) 本時の目標

- ・みそ汁と米飯を基に考える日本食の献立から、みそ汁の実の取り合わせを工夫している。  
<生活を創意工夫する能力>
- ・脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンのそれぞれの働きを知り、いろいろな食品を組み合わせ  
せて食べることの大切さを知る。  
<家庭生活についての知識・理解>

(2) 展開

時間 (分)	学 習 活 動	指導上の留意点 (・) 評価規準 (◇) 【評価方法】手だて (→)		資料・ 用具等
		T 1	T 2 (栄養教諭)	
3	1 地元のみそを食べたことがあるかを確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実は、毎月1回給食に出ていて、みんな食べたことがあることを確認する。</li> <li>・なぜ、「地元のみそ」だけ、書き方が違うのかを考えさせる。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・アンケート紙</li> <li>・献立表</li> </ul>
10	2 地元のみそについて知る。 ・地元のみそを試食する。  ・地元のみそについての説明を聞く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元のみそを配布する。</li> <li>・地元のみそについての質問をする。                ①地元のみそとはどういうみそか。                ②いつごろからあるのか。                ③どうして、米こうじなのか。                ④なぜ、みそ汁なのか。</li> <li>・「地元のみそには昔の人の知恵が詰まっている。だから、大切にしてい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・どんな味かを感じながら試食させる。</li> <li>・地元のみそについての質問に答える。                ①羽生産の米、大豆を使い、羽生で作られているみそ。                ②昔から、どの家でも作られていた。名前がついたのは約16年前から。                ③大麦は取れない。米が多く取れる土地だから。                ④みそ汁にすると、実の取り合わせで、いろいろな栄養をとることができるから。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元のみそ</li> <li>・キャッセ羽生の写真</li> <li>・コスモス工房の写真</li> <li>・宝蔵寺沼の写真</li> <li>・ムジナモの写真</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元のみそについて自分の言葉でまとめる。</li> </ul>			

		きたい。」	
	3 課題を確認する。		
	みそ汁の実は、どんなものを選ぶとよいだろう。		
7	4 ご飯とみそ汁の実の取り合わせから脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンの働きについて知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>この地元のみそを使ってみそ汁作りをすることを伝える。</li> <li>前時で、実の入ったみそ汁を例に出し、実が入ったみそ汁は、実のないみそ汁と比べると味が違っていたことを思い出させるために、前時で試食した実の入ったみそ汁の感想を例に出す。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食べ物の消化・吸収と体内での栄養素の主な働きの図</li> <li>ワークシート 6</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>給食のみそ汁の実の取り合わせから脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンの働きについて説明する。</li> </ul>	
		◇みそ汁の実から脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンのそれぞれの働きやいろいろな食品を組み合わせる食べることが大切であることについて理解する。 <家庭生活についての知識・理解> 【ワークシート・ペーパーテスト】	
	おおむね満足できる状況 (B)	<ul style="list-style-type: none"> <li>栄養素には炭水化物の他に脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンがあることを理解し、いろいろな食品を組み合わせる食べることが大切であることについて理解している。</li> <li>→ 3色のそれぞれの働きに立ち返り考えることを助言する。</li> </ul>	
10	5 個人でみそ汁の実の取り合わせと入れる順番を考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>使う実は3種類で、そのうち、羽生産のネギは必ず入れることを条件とし、残りの2種類を考えさせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート 6</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>児童が選んだ食品がどの栄養素なのかを確認する。</li> </ul>	
		◇ごはんのみそ汁を基に考える日本食のメニューから、みそ汁の実の取り合わせと実を入れる順番を考えて工夫している。 <生活を創意工夫する能力> 【ワークシート】	
	おおむね満足できる状況 (B)	<ul style="list-style-type: none"> <li>五大栄養素から栄養のバランスを考え、食品を組み合わせる。</li> <li>→ 食品のグループ分けの図で食品の栄養素を確認させながら選ばせる。</li> </ul>	
10	6 グループで実の取り合わせを決め、実を入れる順番を	<ul style="list-style-type: none"> <li>個人で考えた実の取り合わせをもとに、グループでのみそ汁実習で</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>発表用ワークシート</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>前時で学習した実を入れる順番を振り返らせるために、例を挙げ</li> </ul>	

	<p>考える。</p> <p>7 今日の学習について振り返り、羽生発の自慢のみそ汁はどんなみそ汁かを書く。</p> <p>8 栄養教諭からの話を聞く。</p>	<p>作る実の取り合わせを決めさせ、実を入れる順序を考えさせる。</p> <p>・今日の学習についての振り返りをさせ、羽生発の自慢のみそ汁について書かせる。</p> <p>・次時の学習を知らせる。</p>	<p>る。</p> <p>・「郷土の味をずっとつなげていきたい。」という思いを受け止めさせる。</p>	<p>・ワークシート6</p>
--	---	--	---	-----------------

### (3) 板書計画

／ 羽生発！我が国の伝統的な日常食 ～ご飯とみそ汁～

地元のみそ

アンケート結果

地元のみその秘密とは？

- ・羽生産の米、大豆、羽生で作られているみそ
- ・昔から作られている
- ・米が多く取れる地域
- ・実の取り合わせでいろいろな栄養を取ることができる

地元のみそには、昔の人の知恵が詰まっている。だから、大切にしていきたい。

地元のみそを使ったみそ汁の実は、どんなものを選ぶとよいだろう。

発表用ワークシート

発表用ワークシート

羽生発の自慢のみそ汁とは？

みそ汁の実を組み合わせることで、いろいろな栄養がとれる。