

家庭科学習指導案

指導者 6年担任 姫野 貴文
栄養教諭 衛藤 ひろ子

1. 単元名

真心と栄養のつまった楽しい食事を考えよう

～家族の〇〇さんがわくわくどきどきするお弁当をつくろう～

2. 単元目標

- (1) 弁当づくりに関心を持ち、家族を意識してお弁当をつくろうとする。【関心・意欲・態度】
- (2) 相手に合わせたお弁当の計画を立てることができる。【創意工夫】
- (3) これまで学習してきた食品や調理の技能を生かして、安全に気をつけて手順よく調理することができる。【技能】
- (4) 栄養のバランスや材料に応じた調理方法を考え、お弁当箱全体に占めるごはんの比率やおかずの組み合わせについて理解する。【知識・理解】

3. 指導について

○ 題材について

本題材は、お弁当づくりをとおして「調和のよい1食分の食事を考えることができるようにすること、日常の食事への関心を高め食事の役割を知りその大切さに気付かせること」をねらいとしており、家庭科学習指導要領の内容「B 日常の食事と調理の基礎 (1) ア 食事の役割を知り、日常の食事の大切さに気づくこと。(2) ウ 1食分の献立を考えること。」にあたる。なお、(2)ウについては1学期の学習をもとに発展的なものとして扱う。

お弁当作りは、ひとつの容器に、いろどりや栄養バランスを考えながら、それぞれの「知恵」や「工夫」を盛り込むことができる題材である。この題材をとおして、食品の栄養的な特徴を理解させることができる。また、日常よく扱われる食品を用いての献立の作成や簡単な調理を行うことができる。バランスのよい規則正しい食事が体の成長や健康の保持増進に重要であること、年齢・生活などに応じて必要な量や質の食事をとることについての理解を深め、自ら管理していこうとする意識を持たせることもできる。

特に本単元では家族のことを意識して取り組ませることで、食事をとおした会話やだんらんが保護者とのよい人間関係を保つことの成就感を味わわせたい。遠足の時、自分のために作ってくれたお弁当をわくわくして持っていき、そのお弁当のふたを開ける時のどきどき感、かわいらしく盛りつけられた数種類のおかずを見て家族の愛情が感じられた経験をほとんどの児童が経験したはずである。今回はこんなわくわくどきどきを児童に意図的に経験させることで、家族とのつながりを深めることができると考える。

○ 児童について

6月に起床時間・就寝時間・食事の時間と内容などについて生活実態アンケートを行った。その結果