

第6学年1組 家庭科学習指導案

令和6年10月24日（木）第5校時
授業場所 西棟2階教室（6年1組）
在籍児童数 35名
授業者 教諭 盛 聖子

- 1 題材名 「こんだてを工夫して」～自分で昼食を作ろう～
 B 衣食住の生活 (1) アイ、(2) ア(ア)(イ)(ウ)(エ)、(3) ア(イ)(ウ)、イ
 C 消費生活・環境 (1) ア(イ)、イ

2 題材について（略）

3 研究主題との関わり（略）
 4 題材の目標（略）

※（略）の部分については、令和7年度埼玉県小学校家庭科教育研究協議会「こんだてを工夫して」学習指導案を参照。

5 題材の評価規準（略）

6 題材の指導と評価の計画（13時間扱い）

小題材1 料理や食品をどのように組み合わせて食べるとよいだろう 2時間

小題材2 じゃがいもを使った調理をしよう 3時間

小題材3 工夫して毎日の食生活に生かそう 8時間

時	ねらい・学習活動	評価規準・評価方法		
		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
1	<ul style="list-style-type: none"> ○献立の検討を通して、栄養のバランスのよい献立の立て方をまとめる。 <ul style="list-style-type: none"> ・「バーチャルバイキング給食」で一人ひとりが自分の1食分の給食を選び、グループで気付いたことを話し合う。 ・1食分の献立は、主食、主菜、副菜、汁物で考えるとバランスがよい食事になることを理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ①献立を構成する要素が分かり、1食分の献立作成の方法について理解している。（行動観察） 		
2 授 業	○1食分の献立の栄養のバランスについて問題を見いだして課題を設定する。		<ul style="list-style-type: none"> ②1食分の献立の栄養のバランスについて問題を見いだして課題 	

＜令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践＞

業 本 時	<ul style="list-style-type: none"> ・1時間目の1食分の給食の選び方から自分の問題点に気付いたり、家庭で昼食を準備する際に工夫したい点について考えたりしながら、自分の課題を設定する。 ・1時間目の1食分の給食の献立での問題点を修正し、栄養のバランスのよい献立について理解する。 		<p>を設定している。(ワークシートの記述内容・行動観察)</p>
3	<ul style="list-style-type: none"> ○じゃがいもを使った調理の実習計画を立て、手順を確認する。 ・調理実習の計画を立てるとともに、示範調理から皮のむき方、切り方、ゆで方について学ぶ。 	<p>②調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解している。(ノート)</p>	
4 5	<ul style="list-style-type: none"> ○じゃがいもを使った調理の調理実習を行う。 	<p>③目的に応じた調理や調理の手順を理解し適切にできる(ワークシート・行動観察) ④材料に適したゆで方、いため方を理解しているとともに適切にできる。(行動観察、調理の写真)</p>	<p>①1食分の献立の工夫や調理の仕方、食事の仕方及び昼食作りに必要な材料の選び方、買い方について、課題の解決に向けて主体的に取り組もうとしている。(行動観察・ポートフォリオの記述内容)</p>

＜令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践＞

6 研 修 大 会 本 時	<ul style="list-style-type: none"> ○家族のための昼食を想定して1食分の献立を考えることができる。 <ul style="list-style-type: none"> ・ごはんと主菜に合う主菜・副菜を考える。 ・グループ内で互いの献立を紹介し合い、アドバイスを行う。 		<p>② 1食分の献立や、おいしく食べるための調理計画及び調理の仕方について考え、工夫している。(ノート・オクリンクプラスの記述内容)</p>	
7	<ul style="list-style-type: none"> ○昼食作りに必要な材料の選び方、買い方を理解し、購入するため必要な情報の収集・整理をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・昼食作りに必要な材料の購入の仕方を考える。 	<p>① 昼食作りに必要な材料の選び方、買い方を理解している。(ポートフォリオの記述内容)</p>	<p>② 昼食作りに必要な材料の選び方、買い方について問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、工夫している。 (オクリンクプラス、ポートフォリオの記述内容)</p>	
8	<ul style="list-style-type: none"> ○家族のための昼食作りの調理計画(主菜)について考え、工夫をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・調理方法や調理手順とともに材料の揃え方についても計画する。 		<p>② 1食分の献立やおいしく食べるための調理計画及び調理の仕方について考え、工夫している。(ワークシート)</p>	
9	<ul style="list-style-type: none"> ○「我が家のランチ発表会」として、家族のための昼食作りの調理計画について考え、自分の立てた献立を発表する。 <ul style="list-style-type: none"> ・この献立を選んだ理由や調理計画で工夫したい点について紹介する。 		<p>③ 1食分の献立や、おいしく食べるための調理計画及び調理の仕方、楽しく食べるための食事の仕方についての課題解決に向けた一連の活動について、考えたことを分かりやすく表現している。(オクリンクプラスの記述内容、行動観察)</p>	<p>② 一食分の献立の工夫や調理の仕方、食事の仕方及び昼食作りに必要な材料の選び方、買い方について、課題解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。(オクリンクプラスとポートフォリオの記述内容)</p>

<令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践>

10	<ul style="list-style-type: none"> ○日常の食事の大切さと食事の仕方について理解する。 <ul style="list-style-type: none"> ・家庭での食事や給食での様子を振り返りながら食事のマナーなどについてまとめる。 ・楽しく食事するためできることについて計画を立てる。 	<ul style="list-style-type: none"> ⑤食事の役割が分かり、日常の食事の大切さと食事の仕方について理解している。(ワークシート) 		
11 12	<ul style="list-style-type: none"> ○給食の献立を考える際の工夫点について理解し、献立を考える。 ※栄養教諭とのTT 		<ul style="list-style-type: none"> ④ 1食分の献立やおいしく食べるための調理計画及び調理の仕方、楽しく食べるための食事の仕方について、実践を評価したり、改善したりしている。(ワークシート、行動観察) 	<ul style="list-style-type: none"> ③ 1食分の献立の工夫や調理の仕方、食事の仕方及び昼食作りに必要な材料の選び方、買い方にについて工夫し、実践しようとしている。(ポートフォリオの記述内容)
家庭実践（冬季休業中）				
13	<ul style="list-style-type: none"> ○「我が家のランチ発表会」の実践報告をするとともに題材の振り返りを行う。 			

7 本時の学習指導（2／13時）

(1) ねらい

1 食分の献立の栄養のバランスについて問題を見いだし、課題を設定することができる。

(2) 展開

時間 (分)	学習活動	○教師の支援と指導上の留意点 ◇評価規準・評価方法 →手立て
1	1 前時の学習を想起する。	<ul style="list-style-type: none"> ○前時のワークシートから自分の問題点に気付かせる。 <ul style="list-style-type: none"> ・自分の好きなものばかりになっている。 ・栄養のバランスが悪い。 ・野菜が少ない。・品数が少ない。等

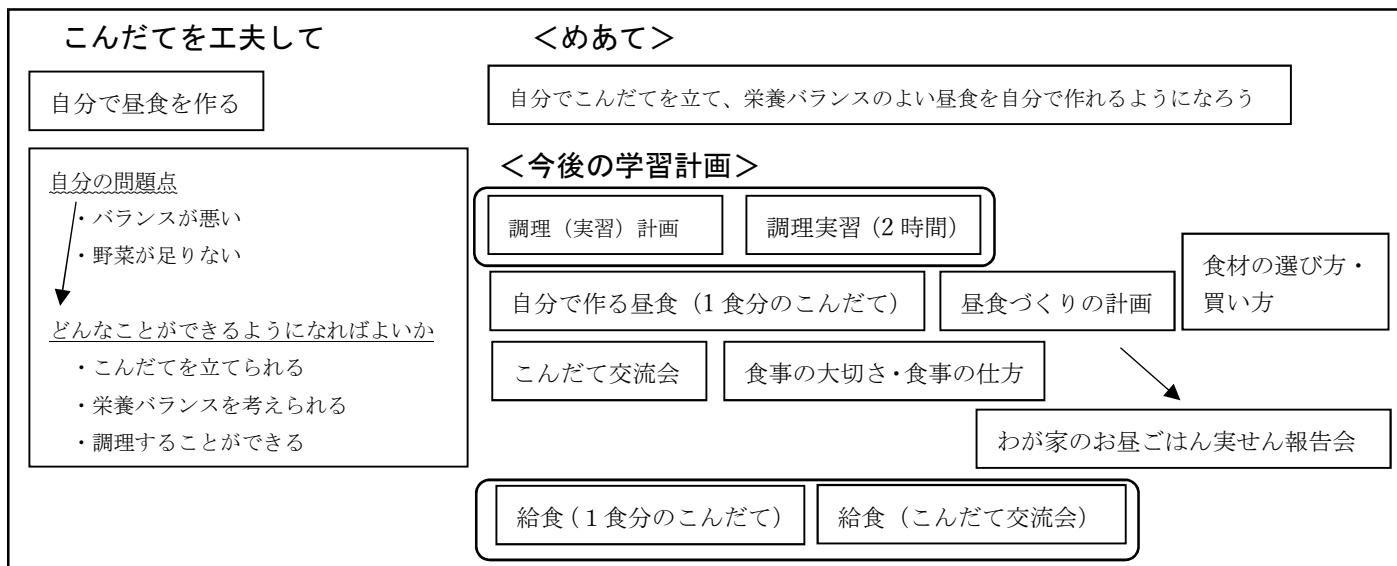
<令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践>

		○1食分の献立は、主食、主菜、副菜、汁物で考えるとバランスがよい食事(五大栄養素がそろう)になることを板書により全体で確認する。
3	2 自分で昼食を作るとしたら、どんな工夫をするとよいか考える。	○前時の学習から、給食の献立を立てる際の工夫について振り返り、家庭での献立の立て方にも生かせることがないか考えさせる。 ○友達と交流し、考え方や工夫の仕方は一つではないことに気付かせる。
1	3 本時のめあてを確認し、学習の流れをつかむ。	○家庭科ができるようになったことを生かして、自分で昼食を作ることを確認させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">自分で昼食を作れるようになろう。</div>
10	4 何ができるようになればいいのか考える。	○Canva(キャンバ)で自分の考えを入力し、互いの考え方を参照させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p><予想される児童の課題></p> <ul style="list-style-type: none"> ・「おいしい」といってもらえるご飯をつくりたい。 ・栄養のバランスを考えられるようにしたい。 ・1食分のこんだてが立てられるようにしたい。 </div>
15	5 全体で共有し、題材を貫く課題をつくる。	◊1の献立の栄養のバランスについて問題を見いだし、課題を設定している。【思考・判断・表現】(タブレットの記述・行動観察) →主食・主菜・副菜・汁物で考えるとよいことを想起させ、個に応じて助言したり、五大栄養素に着目させたりする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px; text-align: center;">自分でこんだてを立て、栄養バランスのよい昼食を、自分で作れるようになろう。</div>
10	6 学習計画を立てる。	○教師と共に学習計画を立てる。板書にカードを掲示し、並べ替えることで児童と共に学習計画を組み立てる。 ○題材全体の流れを確認し、学習の見通しをもたせ、学習への意欲を高めさせる。
5	7 本時の学習を振り返る。	○本時のめあてを再度確認し、めあてに沿った振り返りを記入するよう助言する。

※Canva: ブラウザやアプリで利用できるオンラインデザインツール

<令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践>

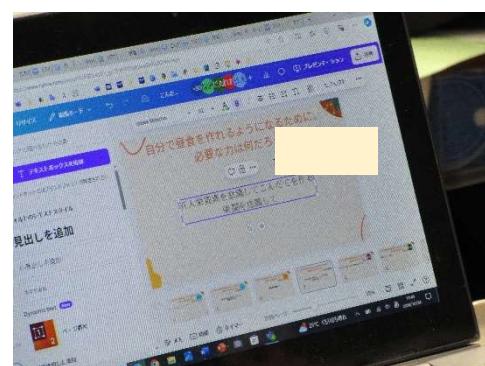
(3) 板書計画



8 授業の実際



前時の学習から、給食の献立を立てる際の工夫について振り返り、家庭での献立の立て方にも生かせることがないか考える。



1食分の献立を作ることができるようになるために、自分が身に付ける力を考え、Canvaに入力する。



Canvaで自分の考えを入力しながら、友だちの考え方を参考したり、互いに交流したりすることで協働的に学ぶ。



立てた課題を共有し、学級全体で題材を貫く課題を設定する。黒板にカードを掲示し、並べ替えることで児童と共に学習計画を組み立てる。

＜令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践＞

9 指導講評

指導者 さいたま市教育委員会学校教育部教育課程科指導課主任指導主事 小林由美恵 先生

(1) 授業者より

- バーチャル昼食については、ICT 支援員と相談しながら、より自由度が高くなるよう工夫した。
- 児童の様子として、始めは栄養バランスだけにとらわれて献立を考えていたが、「自分が食べたい」という視点でも考えることができていた。
- 「ワークシートに書く」「Canva に記入する」など、児童の考えを全体に共有しながら授業を組み立てていくことが難しかった。児童からは、「計画」と「彩り」という言葉が多く出てきた。教師の方で課題設定の柱（キーワード）を考え、助言していくことが大切だと感じた。

(2) 参観者より

- バーチャル昼食がよかったです。「だから、このような力を身に付けていかなければならぬ」ということを、子どもたちが理解していた。
- 「問題点を見いだす→共有する→会話する」という活動の中で、自分の好きな物を集めながら、授業を展開することができていた。第1時のワークシートに、自分の食事の問題点を記入してある事で、その視点が本時の導入とつながっていた。
- Canva を活用することで、書くことが苦手な児童も自信をもって活動することができていた。
- 岩槻区として、6時間目のワークシートは、児童の実態から、ワークシートに直接記入する方がいいと考え、紙媒体に書けるように準備した。五大栄養素が入っているかを確認できるようなワークシートにするべきか、五大栄養素の確認は無くてもよいか。「栄養バランスが整う」という意味を、児童が理解できているのかを確認できるようにしたい。使う食品を分類させると、理解できていないかもしれない。
- 「自分の（昼食）」→「家族の（昼食）」というふうに目的意識が変わっていた。どのような展開で変わったかを知りたい。
- 自分で作る昼食→「自分で」と話していたが、その子にあったもの（家族も含む）のために作る昼食であるため、「自分+一緒に食べる人」を意識して献立を立てたい。
- 給食の献立については、発展的な扱いとする。

(3) 指導講評

- 題材全体を見通しての授業づくりができていることがよい。家庭科は作れるようになることだけでなく、課題を解決する力を養うことが必要。「必要な力は何だろう」と児童に考えさせることで、自分自身の課題や自分がなりたい姿を思い描くことができるようになる。
- 全体で立てる課題に対して、自分がどう頑張ることができたか毎時間振り返りをする。同時に、「自分がどうのようないくことに近づけたか」の達成度を振り返る時間も確保すると、自分の成長を実感できることにつながる。
- 五大栄養素をカードに入れるかどうかについては、小学校では「3つのグループに分けて栄養のバランスを確認」「献立作成については栄養バランスを中心に考える」「料理や食品の組み合わせに重点を置く」とある。5年生での既習事項が身に付いているかの確認は必要なので、作業が早く終わった児童から五大栄養素を確認していくのはどうか。
- 量（どれくらい食べるか）は中学校で扱う。複数の食品が入っているかを確認する程度の、細かくなり過ぎない指導を意識する。ついつい教えたくなりがちだが、中学校に任せる部分、小学校で教える部分を明確にして、無理なく進める。

＜令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践＞

【こんだてを工夫して】第2時

6年 組 番

1 自分の学習課題

2 題材全体をつらぬく学習課題（クラス全体の学習課題）

3 題材のおおまかな学習計画 ※（　　）内は穴埋めにする

1	自分で（こ ん だ て）が立てられるようにする 自分で（食 材）を用意できるようにする
2	学んだことを生かして（主菜（おかず）ジャーマンポテト）を作る 昼食づくりの（ 調 理 計 画 ）を立てる
3	食事の（大 切 さ）・食事の仕方を理解して楽しく食事ができるようにする 給食のこんだてを立てる
4	「我が家のランチ発表会」実せん報告会 テスト

4 本時のふりかえり

①今日の学習で少し上手になったこと

②今日の学習で分かったこと・気付いたこと

③これから的生活に生かしたいこと

＜令和6年度さいたま市教育研究会家庭科部授業研究会にて実践＞
【こんだてを工夫して】題材の学習計画とふりかえりシート ※ポートフォリオ

6年 組 番

1 自分のめあて

※3時間目のはじめに2時間目のワークシートを見ながら書き写す。

2 全体のめあて

※2時間目に決定したクラス全体のめあてを入力してから印刷するとよい。

3 題材の学習計画

日付	時	学習内容	評価 ◎・○・△
	1	栄養バランスのよいこんだての立て方をまとめる。■	
	2	今後の学習課題を設定する。■	
	3	じゃがいもを使った調理実習計画を立てる。□	
4 5		調理実習■	
	6	自分で作る昼食を想定して、1食分のこんだてを立てる。■	
	7	自分で作る昼食づくりに必要な材料の選び方、買い方を理解する。□	
	8	昼食づくりの調理計画（主菜）について考える。□	
	9	「我が家のランチ発表会」として自分のこんだてを発表する。□	
	10	日常の食事の大切さと食事の仕方について理解する。□	
	11	給食のこんだてを考える際の工夫点について理解する。■	
	12	給食のこんだてを考え、発表する。■	
	13	「我が家のランチ発表会」実せん報告会をする。■	

4 学習のふりかえり

自分のめあては達成できましたか？これから的生活に生かせそうなことはありますか？