

「受け継ぐ味 美味しい味」 (11時間扱い)

授業者 安達 聡子

1. 家庭科の目標、見方・考え方、本単元の目標、育成を目指す資質・能力を踏まえた単元の評価規準

家庭科の目標	生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、生活をよりよくしようと工夫する資質・能力を次のとおり育成することを目指す。		
	生活の営みに係る見方・考え方		
	家族や家庭、衣食住、消費や環境などに係わる生活事象を、協力・協働、健康・快適・安全、生活文化の継承・創造、持続可能な社会の構築等の視点で捉え、よりよい生活を営むために工夫すること		
	個別の知識や技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
家庭科の目標	家族や家庭、衣食住、消費や環境などについて、日常生活に必要な基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。	日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなど、課題を解決する力を養う。	家庭生活を大切にしている心情を育み、家庭や地域の人々との関わりを考え、家族の一員として、生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を養う。
本題材の目標	和食のよさや自分たちの生活と和食とのつながりについて考えたり、実践したりすることを通して、伝統的な日常食であるご飯とみそ汁の調理の仕方を理解し、適切にできるようにする。		
	炊飯に関する一連の操作や変化について理解している。 だしの役割や材料の扱い方を理解している。 体に必要な栄養素と主な働きについて理解している。 ご飯とみそ汁を適切に調理することができる。	食事の役割や食事の仕方、調理の仕方など、これまでの学習や生活経験を基に、考えたことを表現したり、活動に生かしたりすることができる。	ご飯とみそ汁の調理に関心をもち、自分たちの生活と食事の役割や適切な調理の仕方について、進んで調べたり実践したりしようとしている。
	評価1	評価2	評価3

2. 題材について B 衣食住の生活

(1) 食事の役割 ア (2) 調理の基本ア(オ), イ (3) 栄養を考えた食事ア(ア)

本題材では、日々の食事に目を向け、食事の役割やおいしく食べるために大切なことを考えたり、体験的な活動をしたりすることを通して、調理の基礎や栄養を考えた食事に関する知識及び技能を身に付け、適切にできることを目指している。

これらのことを効果的に身に付け実践していくために、「ユネスコ無形文化遺産としての和食文化」に注目させることを題材の切り口にする。現在、子供達の日常において食の多様化が進み、食卓から和食の存在感が薄れつつあると言われている。その一方で、日本の和食文化が「ユネスコ無形文化遺産」になるなど、世界的に大きな注目を集めている。この現状に触れることで、子供は改めて自分の生活における食について考えることになる。例えば、今回学んでいくご飯とみそ汁が日本の伝統的的日常食であること、和食の基本となる「だし」の存在などに気付いていくことも考えられる。

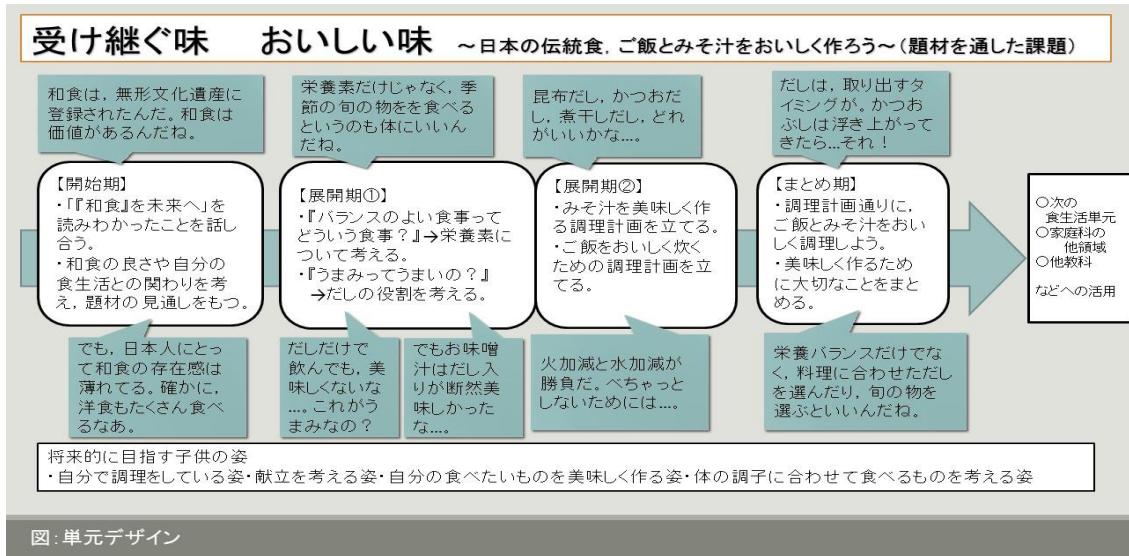
このように、和食を授業の中心に据えることで、子供が自分の生活を見つめるとともに、和食のよさや食べることの大切さなどについて知っていることや考えたことを共有することができる。また、実際に作ったり味わったりすることを通して、食は家庭生活を構成する大切な要素の一つであることや、当たり前前に食べている物の中には昔から受け継がれてきたものがあることに気付かせていきたい。

そのため、学習の見通しをもつことができるような資料提示や実感を伴った理解につながるような学習活動を工夫する(次ページ(2)「手立て」参照)。そうすることで子供達は、美味しく作るという楽しさだけでなく、日々繰り返している「食べる」ということが、伝統を受け継ぐ手助けになっていることにも気づき、生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を育むことにもつながると考える。

数年後、子供達が大学進学などで自分でよりよい生活を実践していくことを考えると、自分の食べたいものを美味しく作ることや体の調子に合わせて食べる物を考える力の基礎にふれることができる本題材は、子供の将来のためにも必要な学びであると考えられる。

3. 研究との関わり

(1) 題材における、資質・能力の育成を支える「学びの文脈」



以下下線は、資質・能力とのつながり

(2) 「学びの文脈」を生み、つなげる具体的な手立て

手立て① 多面的に問題を見つめ、課題を明確にしながら学び続けることができる資料提示

子供たちが普段何気なく見ている食生活のことを様々な視点で見つめることができるような資料を提示する。その中で、普段食べているものが「和食の占める割合が多いことや逆に少ないこと」「日本の伝統食であること」「外国人からとても人気があること」などに気づき、資料と日常の食生活を比べて考えたり、生活を見つめ直したりするきっかけをつくりたい。授業の導入の際に、事前にその資料を読ませておき、和食について自分の考えをもたせておくことで、家庭科の限られた時間で効率よく学習を進められるよう、題材の見直しをもつことができるようにする。

さらに、「和食文化が無形文化遺産に選ばれたこと」「和食の栄養バランスのよさ」などがわかる資料を提示することで、わかっているつもりでも、意外とわからないことや気付いていないことが多いことについて考えさせながら、子供たちの疑問や知りたいという思いを誘発し、課題意識につなげたい。

このように、和食を授業の中心に据え、和食を通して食生活を見つめることが、食事の役割や栄養を考えた食事の知識などを学ぶために効果的であると考え。さらに日本の伝統的な食文化の大切さに気付くことができ、家庭科で学ぶ「食生活」の本質にも迫っていくことができると考える。

手立て② 体験的な活動を通して、実感をもって言葉で表現し合う学習活動

「なぜそう調理するのか」という課題を子供が解決していくためには、体験を通した学習活動が効果的である。それは、「だから、こうするんだ!」「これはおいしい!」という実感を伴った理解につながる。

例えば、本題材の中において、子供が「だし」の役割について気づき、その重要性について考えたり「うまみ」という日本から生まれた言葉の意味について気付いたりすることができるよう、実際に「だし」を味わう活動を設定する。その時に『①だしのないみそ汁→②だし入りのみそ汁→③だしだけの汁→④再びだし入りのみそ汁』というように、味わっていく。①②の際には、「だし入りの方がおいしい。」「家のは違うけど、何のだしなんだろう。」「だし入りは、しょっぱいだけでなく他の味もするね。」などの対話が生まれる。しかし、③のだしだけを飲んだ子供は、「これがうまみの?」「甘くもないし、しょっぱくもないし…。」「なんて言ったらいいかわからないな。」「二つのだしが合わさると味がはっきりするね。」などのように、感じた言葉を口に出すことで、だしの役割や必要性に気付いていく。

このような学習を取り入れることで、一つ一つの材料には役割があり、適切な扱い方があるということに実感をもって気付くことができるようにしたい。また、家庭ではどんなだしを使っているかなど、家庭生活にも目を向けながら、自分の食生活について考えていくことができると考える。

(3) 「学びの文脈」を重視した題材計画

	学習活動 (○) と子供の姿	教師の支援 (☆) と評価 (◇)
開始期 (1・2時間目)	<p>○ 「『和食』を未来へ」の資料を読んで、分かったことを話し合う。</p> <p>季節に合わせた料理がたくさんあるね。</p> <p>文化遺産なのに、日本では食べられなくなっているのが不思議。</p> <p>○ 「和食のよさ」「自分の食生活と和食との関わり」について考える。</p> <p>いろいろな食材を使うから栄養バランスがいいんだね。</p> <p>「だし」や発酵調味料で美味しくしているんだね。</p> <p>季節の物や地域の食材を多く使うのもいいね。</p> <p>ご飯とみそ汁は、伝統食なんだね。毎日食べているよ。</p> <p>○ これからの学習の見通しをもつ。</p> <p>和食は、栄養バランスがいいんだね。詳しく知りたいな。</p> <p>伝統食のご飯とみそ汁を美味しく作りたい。</p> <p>日本の伝統食、ご飯とみそ汁を美味しく作ろう。(題材を通した課題)</p>	<p>☆ 日常的に食べているご飯とみそ汁が日本の伝統食であることや栄養バランスの大切さなどに気付くことができるよう、農林水産省の和食に関する資料を配付し、事前学習に取り組むことを促す。【手立て①】</p> <p>◇ 和食に関心を持ち、自分たちの生活と食事、和食との関わりについて、進んで考え、話し合おうとしている。【評価3】</p> <p>☆ 資料からより多くの情報を引き出すため米の消費量の変化など、日本人の和食離れに関する資料を提示する。【手立て①】</p> <p>☆ 本題材における大事なことを捉えるとともに、題材の見通しを持つことができるように子供の思考の流れを板書に表していく。</p> <p>☆ 題材を通した課題を見だし、11時間の学習の流れを見通すことができるよう、子供との対話を通して、板書に書かれている子供の考えと大事なことをつなげる。</p>
展開期① (3・4時間目)	<p>バランスの良い食事ってどういう食事??</p> <p>○ 写真や自分の食生活を見つめ、どのような食事が「バランスがよい」のかを考え、話し合いながらイメージを明確にする。</p> <p>これは、美味しそうだけど、野菜が少ないね。</p> <p>これはバランスがいいね。何種類の食材が入っているんだろう。</p> <p>○ 五大栄養素について知っていることを話し合い、その役割を確認する。</p> <p>ご飯やパンは炭水化物で、力になるんだ。</p> <p>ビタミンは病気になりにくくするから、野菜は必要なんだよ。</p> <p>○ 資料をもとに、本時の見通しをもつ。</p> <p>「うまみ」ってうまいの？ 味わいながらだしの役割を確かめよう。</p> <p>○ 「だし」のみを味わい、「うまみ」とはどのような味かを考える。</p> <p>あれ？思っていたのと違う。これがうまみ？</p> <p>甘くもないし、しょっぱくもないし…。</p> <p>○ 再び「だし」と「だし入りのみそ汁」を飲み比べ、だしの役割を話し合う。</p> <p>みそが入ると美味しくなるね。</p> <p>だしによって、味ってこんなに変わるんだ。</p> <p>うまみってみそが合わさると、美味しく変わるんだね。</p> <p>私は、このかつおと昆布の合わせだしで作りたいな。うちの味に似ている。</p>	<p>◇ バランスのよい食事について、資料やこれまでの経験を根拠に考えている。【評価2】</p> <p>☆ 「バランスがよい食事」のイメージを子供達が共通理解することができるよう、食事の写真を数種類提示し、比較しながら考えることができるようにする。【手立て①】</p> <p>☆ 食事の役割について理解することができるよう、栄養バランスについてなどの考えの根拠を引き出しながら、対話をする。</p> <p>◇ 体に必要な栄養素と主な働きについて理解している。【評価1】</p> <p>☆ 五大栄養素とその役割をおさえることができるような資料を提示する。【手立て①】</p> <p>◇ だしやみそ汁を味わう活動を通して、うまみのことやだしの役割・必要性について考えている。【評価2】</p> <p>☆ 学習の見通しをもつことができるよう導入時に資料として「だしの入らないみそ汁」と「だし入りのみそ汁」を提示し、味わう活動を位置付ける。【手立て①②】</p> <p>☆ うまみやだしの役割・必要性を実感することができるよう、昆布、かつお、煮干し、合わせだしを資料として用意する。【手立て①】</p> <p>☆ 開始期で話し合った和食のよさである、「地域に根差した食材」につなげることができるよう、3年生の社会で学習した、近郊でとれる昆布を材料に使う。【手立て②】</p> <p>☆ だしの必要性に気付くことができるように、感じた言葉を自由に出すことができる場を保障し子供の言葉を適宜取り上げ、全体に返すような対話を心がける。【手立て②】</p>
本時		

<p>展開期② (5～8時間目)</p>	<p>○ 資料から前時を振り返り、本時の見通しをもつ。</p> <p>みそ汁を美味しく作る調理計画を立てよう。</p> <p>○ それぞれのだしのとり方を知り、材料の扱い方に違いがあることに気付く。</p> <p>この前の昆布だしは、こうやって作っていたんだ。</p> <p>煮干しは、頭と腹を取るんだね。取らないとどうなるのかな。</p> <p>○ 使うだしやみそ汁の実に何を入れるかを決め、材料の扱い方をこれまでの学習や資料をもとにして考え、調理計画を立てる。</p> <p>大根は、土の中で育つから、水から入れてもいいよね。</p> <p>ネギは家では、食べる直前に入れているよ。</p> <p>○ 資料から、本時の見通しをもつ。</p> <p>ご飯を美味しく炊くための調理計画を立てる。</p> <p>○ ご飯を美味しく炊くために必要なことを、これまでの生活経験をもとにして考える。</p> <p>水の量によって、炊き上がりの硬さが変わるから気をつけなさい。</p> <p>家は土鍋で炊いている。火加減を調節していたよ。</p>	<p>◇ だしを取り方などを考えながら、みそ汁をおいしく作る計画を立てている。 評価2</p> <p>☆ 本時の学習の見通しをもつことができるよう、だしをとるための材料である昆布やかつお、煮干しを資料として提示する。 【手立て①】</p> <p>☆ 好みの味のみそ汁を作ることができるよう、どのだしを使うかで、調理実習のグループングをする。</p> <p>☆ 実を入れるタイミングや実のそれぞれの特徴を把握した上で計画することができるようにグループの様子を見取りながら、適宜助言をしたり、根拠をもって考えているグループを称賛したりする。</p> <p>◇ 火加減や水加減などを考えながら、ご飯をおいしく炊く計画を立てている。 評価2</p> <p>☆ 本時の学習のイメージを明確にすることができるよう、資料として米と吸水させている米、ご飯を用意する。 【手立て①】</p> <p>☆ 手順や時間の目安をもつことができるように、ご飯が炊ける様子を観察する時間を十分に確保する。</p> <p>☆ みそ汁の手順と合わせて、調理実習の手順を確認し役割分担をすることを促す。</p>
<p>まとめ期 (9～11時間目)</p>	<p>○ 調理計画を確認し、本時の流れを確認する。</p> <p>調理計画通りに、ご飯とみそ汁を美味しく調理しよう。</p> <p>○ ご飯とみそ汁を美味しく作る。</p> <p>30分以上吸水したから、火にかけていいね。</p> <p>昆布が気持ちよさそうに伸びてきたよ。こっちは火にかけるよ。</p> <p>○ 試食をして、美味しさを確かめる。</p> <p>ふっくら美味しいね。おこげもできてるよ。</p> <p>だしの味もみその味もちゃんとするね。</p> <p>○ これまでの学習を振り返る。</p> <p>日本の伝統食、ご飯とみそ汁を美味しく作ろう。(題材を通した課題)</p> <p>美味しく作るために大切なことは、何か。これまでの学習をもとにまとめよう。</p> <p>火加減や鍋の中の様子をよく見て調理することだと思う。</p> <p>使う食材に合った手順で作ることが大切だ。</p> <p>○ 伝統的な食文化を守り、受け継ぐことよさについて考え、話し合う。</p> <p>受け継ぐことで、世界の食人たちにも伝えられる。</p> <p>守ることで、日本の食材も守っている。</p>	<p>◇ ご飯とみそ汁を適切に調理することができる。 評価1</p> <p>☆ 手順の確認や、調理器具の準備、使い方の確認など、安全に十分に留意する。</p> <p>☆ 刃物、火の取り扱いには、特に注意するよう、その都度、個別、全体に声をかける。</p> <p>☆ 試食の際には、これまで学習してきたことを想起させ、味の調整をすることを促す。 【手立て②】</p> <p>◇ 自分たちの生活と食事の役割について考えたことや食文化を受け継いでいくことについて積極的に考えたり交流したりしている。 評価3</p> <p>☆ 自分の成長を実感するとともに、伝統や食生活について改めて考えることができるような振り返りの場を十分に確保する。</p> <p>☆ 伝統的な食文化について考えることができるよう、最初に提示した資料や、うまみについて考えた学習を想起することを促す。</p>

(4) 本時案 (4/10)

<p>本時の目標</p> <p>みそ汁やだしを味わう活動を通して、だしの役割について考えることができるようにする。</p>	
<p>学習活動 (○) と子供の姿</p>	<p>教師の支援 (☆) と評価 (◇)</p>
<p>○ 提示された資料のみそ汁を飲み、本時の学習のイメージを明確にする。</p>	
<p>あれ、このみそ汁なんか違う。</p>	<p>あ～こっちの方が美味しいわ。</p>
<p>この2つのみそ汁は、何が違うのかな。</p>	<p>だしだよ。だし。きっとそう。</p>
<p>「うまみ」 うまいの？ 味わいながらだしの役割を考えよう。</p>	
<p>○ 「だし」を味わい、「うまみ」とはどういう味かを考える。</p>	
<p>これが「うまみ」か…よくわからない味だな。</p>	<p>しょっぱくもないし、あまくもない。</p>
<p>昆布は、なんて言ったらいいのかな…体によさそう。</p>	<p>煮干しは、魚の味がするね。かつおもだ。</p>
<p>だしを合わせると、さっきよりうまみが濃くなった。</p>	<p>みそを入れて飲んでみたい。</p>
<p>○ 「だし」と「だし入りのみそ汁」を飲み比べ、だしの役割を話し合う。</p>	
<p>みそが入るとやっぱり美味しくなるね。</p>	<p>家の味に似ている。おいしくてホッとする。</p>
<p>飲み比べてみると、だしのうまみがよくわかった。だしは、料理を美味しくするんだね。</p>	<p>家とは違う味だけど、美味しくて好き。かつおと昆布の合わせだしで作ってみたい。</p>
<p>「うまみ」は、みそを入れると、とてもうまくなる。</p>	
<p>○ 本時の学びを振り返る。</p>	
<p>今日は、「うまみ」について真剣に考えた時間だった。</p>	<p>だしの「うまみ」は、みそを入れることで、おいしくなるということを学んだ。</p>
<p>みそ汁を飲んで、「だし入り」と「だしなし」の違いはすぐ気付いたけど、「うまみ」を言葉で表すのは、難しかった。</p>	<p>グループで話し合っ、「うまみ」がどんな味か話し合っ、自分の感じ方に少し自信をもった。</p>
<p>○ 使ってみたいだしを決め、次時の見通しをもつ。</p>	
<p>◇ だしやみそ汁を味わう活動を通して、うまみのことやだしの役割と必要性について考えている。【評価2】</p>	
<p>☆ うまみやだしの役割や必要性を実感することができるよう、昆布、かつお、煮干し、合わせだしを資料として用意する。【手立て①】</p>	
<p>☆ 開始期で話し合った和食のよさである、「地域に根差した食材」を生かすことにつなげることができるよう、昆布は3年生の社会で学習した、近郊でとれる物を使う。【手立て②】</p>	
<p>◇ だしの役割について理解している。【評価1】</p>	
<p>☆ だしの必要性に気付くことができるように、感じた言葉を自由に出すことができるような場の保障と、言葉を適宜取り上げ、全体に返すような対話を心がける。【手立て②】</p>	
<p>☆ 学んだことを客観的に見つけ、今後の学習や生活に生かすことに繋げることができるよう、振り返りの視点を設定する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どんな時間だったか ・新しく学んだことは何か ・何がうまくできて、何がうまくできなかったか ・誰と何について交流したか 	
<p>☆ 学習のゴールイメージを一層明確にできるよう、実習で使うだしを自己決定するよう促す。</p>	