

家庭科学習指導案

指導学年：小学校 第5学年

指導者：担任教諭（T1）

栄養教諭（T2）

1 題材名 「食べて元気！ごはんのみそ汁」

2 題材について

(1) 題材観

本題材は、「B衣食住の生活」の(1)「食事の役割」のアと(2)「調理の基礎」のアの(ア)、(イ)、(ウ)及びイとの関連を図っている。「ごはんのみそ汁」は和食の基本である。みそ汁は簡単に調理でき、主菜にも副菜にもできて全体の栄養バランスが取れやすいだけでなく、だしと実の組み合わせによって、季節感や地域性を出すこともできる。みそは大豆の保存食として作られ、しょうゆより古くから使われていた調味料である。日本各地で材料や味の違う、特徴があるみそが作られ、みそを使った郷土料理もたくさんある。みそ汁のだしに使う食材も、煮干し・かつお・昆布等地域によって違いがある。また、学校給食でもみそを使った料理が出る機会が多いため、家庭の味や給食の味に興味をもち、行事食や郷土料理などに興味をもつ一端にもつながると考える。

(2) 児童観

本学級の児童は、普段から給食の献立説明について興味を持って聞き、食に関する関心が高い。みそ汁が苦手な児童はおらず、7人中5人が「大好き」と答え、5人は毎日1回程度家庭のみそ汁を飲んでいる。また、作った経験（複数回答）を聞くと、「作ったことがない」「作り方がわからない」と答えた児童はおらず、「インスタントは作ったことがある」2人、「おうちの人などだれかと作ったことがある」6人、「自分一人で作ったことがある」2人であった。このことから、みそ汁は普段の食生活の中で当たり前にある料理のひとつとして認識され、作る経験もしていることがわかる。みそ汁の好きな実を聞いてみると、12種類の食材が出た。その中で、「豆腐」「もずく」と答えた児童が5人ずつおり、児童の意識の中でその2つが中心材料になっていることがわかる。しかし、畑が周りにたくさんある環境にもかかわらず、野菜やいも類は4つしか出ず、野菜料理としての認識は比較的薄いことがわかる。

(3) 指導観

指導に当たっては、この題材を通して、ごはんのみそ汁の作り方を学習するだけでなく、文化や歴史的な背景を知り、将来も家庭のみそ汁を作る子どもに育てたい。まず、みその歴史や各地の郷土料理に触れることで、みそが単なる調味料だけではなく、栄養源である食品として古くから活用されてきたことをおさえる。次に、だしやみその種類によって味が違うことを体感させたうえで、みそや実との組み合わせによっていろいろなみそ汁ができることを想像させたい。また、自分の身近にある畑の野菜と組み合わせることで、地域の良さに気づき、自分の生活や身体づくりに活かそうとするとともに、将来も家庭のみそ汁を作ろうとする実践的な態度を育てたい。

3 題材の目標

- (1) 食事の役割と食事の大切さ、伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について理解するとともに、それらに係る技能を身に付ける。
- (2) おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調理の仕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、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付ける。
- (3) 家族の一員として、生活をよりよくしようと、食事の役割、伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとする。

4 評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の役割が分かり、食事の大切さについて理解している。 ・ 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。 ・ 伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方を理解しているととともに、適切にできる。 	<p>おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画や調理の仕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、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。</p>	<p>家族の一員として、生活をよりよくしようと、食事の役割、伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、振り返って解決したりして、生活を工夫し、実践しようとしている。</p>

5 指導計画

	学習活動	知	思	主	評価規準
1	<p>日常の食事を振り返り、食事の役割について話し合う。</p> <p>給食の献立や家庭での食事を振り返り、米飯及びみそ汁を日常的に食べている理由や米飯とみそ汁の良さについて考える。</p>	○			<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の役割が分かり、日常の食事の大切さについて理解している。 ・ 米飯及びみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることを理解している。
2 ・ 3 本時	<p>みそを使った各地の郷土料理を知る。</p> <p>おいしく食べるためのみそ汁のだし・みそ・実について考える。 だしやみその味比べをする。 だしに合う実を考える。</p>	○	○		<ul style="list-style-type: none"> ・ 日本各地のみそを使った郷土料理について知り、地域の食文化について理解している。 ・ だし・みそ・実の組み合わせについて、自分の考えを表現している。
4	米飯及びみそ汁の調理計画を立てる。		○	○	<ul style="list-style-type: none"> ・ おいしく食べるために米飯及びみそ汁の調理計画について考え、工夫している。 ・ みそ汁の実に地域の野菜を活用しようとしている。
5 ・ 6	<p>米飯及びみそ汁を調理する。</p> <p>実習を振り返り、改善点を探る。</p> <p>改善点をいかし、再度調理するポイントをつかむ。</p>	○		○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 米飯及びみそ汁の調理に必要な材料の分量や計量、調理の仕方について理解しているととともに、適切にできる。 ・ 調理のふりかえりを今後に生かそうとしている。
7	学習を振り返り、日常生活に生かす工夫を考える。			○	<ul style="list-style-type: none"> ・ 日本の伝統的な日常食である米飯及びみそ汁について、自分の日常生活に取り入れようとしている。

6 本時の目標

米とともにみそが伝統的に食べられてきた理由や背景について理解する。【知識・技能】
だしやみそのおいしさを体感し、それぞれの違いを表現することができる。【思考・判断・表現】

7 食育の視点

みそやみそ汁が伝統的に食べられてきた理由や背景について理解する。
日本の伝統的な食文化や、食に関わる歴史等に興味関心を持つことができる。【食文化】

8 準備物（教材・資料）

みその歴史年表、教科書（みその種類）、「かきの土手鍋」写真、給食写真「みそを使った料理」
実物（昆布だし・煮干しだし・かつおだし）（赤みそ・白みそ・淡色みそ）、紙コップ、つまようじ
ワークシート

9 本時の展開

	学習活動 ・予想される児童の反応（行動・発言等）	◇指導上の留意点 ◆支援を要する児童への手立て		評価規準 (評価方法)
		T 1	T 2	
導入	1 前時を振り返る。	◇ごはんのみそ汁が我が国の伝統的な日常食であることを確認する。 ◇次時でだし・みそ・実の組合せを考えることを予告し、意欲をもたせる。		
展開	いろいろなみそとだしの違いを知り、調理にいかそう。			
	2 みそについて知る。 ・白みそ・淡色みそ・赤みそ ・米みそ・麦みそ・豆みそ	◇みその味や地域での使い方の違いについて、考える事を伝える。 ◇麴の原料や作り方によっていろいろなみそがあること、各地域には、みそを使った郷土料理があることを伝える。	◇みその歴史、広島県の郷土料理「カキの土手鍋」を紹介する。 ◇給食のみそ料理を紹介する。	日本各地のみそを使った郷土料理について知り、地域の食文化について理解している。(行動観察)
	3 だしとみそを味わい、違いを探る。 ・煮干し・カツオ・昆布だしを飲み比べる。 ・赤みそ・淡色みそ・白みその味見をする。 ・見つけた違いをワークシートに書く。	◆机間指導を行い、進行状況によって助言する。	◇みそとだしの試食についての注意点を確認する。 ・しゃべらない。 ・味や香りの違いについて各自で味わう。 ◇各だしとみその試食の準備をする。	
	4 見つけた違いを交流する。	◇発表させ、出た意見を板書する。	◇みそ汁の調理につなげるよう助言する。	だし・みそ・実の組み合わせについて、自分の考えを表現している。(発表)
	5 まとめをする。	◇まとめをする。		
<p>児童のまとめ例</p> <ul style="list-style-type: none"> ・みその歴史は古く、地域によって特徴のある使われ方がある。 ・みそやだしは、それぞれ味やおいしさに違いがあり、組み合わせることのできるいろいろな味のみそ汁ができる。 ・家でとれた野菜に合うみそやだしを調べてみたい。 ・おいしいみそ汁になるよう、みそやだし、実の組み合わせを工夫したい。 				
終末	6 次時の学習の見通しをもつ。 (自分ならどんなみそ汁にするか考える)	◇次時でだし・みそ・実の組み合わせを考えることを伝える。		

10 板書計画

<p>(めあて) いろいろなみそとだしの違いを知り，調理にいかそう。</p>		
○みその歴史	味わって違いを探ろう ・昆布だし ・かつおだし ・煮干しだし	味わって違いを探ろう ・淡色みそ ・白みそ ・赤みそ
○色々なみそ 発酵の違い(赤 中 白) 材料の違い(米 麦 豆)		
○みそを使った郷土料理 広島県「カキの土手鍋」		
○給食でのみそ料理 みそ汁・みそ炒め等	(まとめ) ・みその歴史は古く，地域によって特徴のある使われ方がある。 ・みそやだしは，それぞれ味やおいしさに違いがあり，組み合わせることでいろいろな味のみそ汁ができる。 ・家でとれた野菜に合うみそやだしを調べてみたい。 ・おいしいみそ汁になるよう，みそやだし，実の組み合わせを工夫したい。	

11 他教科等との関連

給食の時間における食に関する指導

○みその種類・みそを使った料理について (視点⑥食文化)

日本のみそ料理だけでなく，豆板醤・甜面醬・コチジャン等を使った外国の「みそ料理」について取り上げることで，中学校において発酵食品や世界の食文化への理解を深めることにつなげることもできる。

○実に使う食材の，切り方や組み合わせについて (視点③食品を選択する能力)

給食のみそ汁の切り方を確認し，調理実習の事前や事後の学習に活用することができる。

食品の組み合わせを確認することで，栄養バランスについての実践化につなげることができる。

☆コラム☆

本題材で工夫したこと

キーワード：畑の野菜，実践化

「ごはんのみそ汁」は小学校第5学年家庭科で必ず取り扱う題材であり，学習の終了後には，学校給食で意識しながら喫食したり，家庭において実践したりすることができるものです。

米や野菜を作っている家庭が多いという本校の特色を生かし，調理実習では，みそ汁の実を児童が持ち寄ることとしました。その際，食文化の視点をより位置付けるために，持ち寄る野菜は，その時期に児童の家の畑でとれるものとし，地産地消や季節感(野菜の旬など)を体験させるよう工夫しました。

本題材では，調理実習を2回行っています。1回目は，指導者が説明をしながらデモンストレーション後に実習を行い，2回目は，1回目の改善点をふまえて説明なしで自分たちだけで調理しました。さらに，調理の実践化に向け，冬季休業中には，家庭の協力も得ながら「ごはんのみそ汁」を1回以上作ることを宿題としました。

題材全体を通して，みそ汁を作るための知識や技能にとどまらず，「栄養バランスを考える」「地域の良さに気づく」「将来の食生活に活かすように考える」「自分だけでなく周りの人の食や健康につなげる」ことなどを指導者側が意識しておくことで，題材に広がりや深みが出てくることを感じました。



㊦ いろいろなみその違いについて考え、説明しよう。

1. みそについて

☆みそはいつから食べられていたのかな

奈良・平安時代…おかずの一部・みそをそのまま食べる

鎌倉～室町時代(武士の食事)…(**みそ汁**)の登場

(**ごはん**)・(**みそ汁**)・(**おかず**)…日本の伝統的な食事スタイル

江戸時代…みそ料理の発展・庶民の日常食へ ㊦「手前みそ」言葉の意味



☆色々なみそ(教p41・p141)

みその原料 (① **大豆**)+(② **こうじ**)

②に使う原料によって

○(**米**)みそ

○(**麦**)みそ

○(**豆**)みそ

発酵のさせ方によって

○(**白**)みそ

○(**淡色**みそ)

○(**赤**)みそ

☆みそを使った料理を調べてみよう(教科書・給食メニューから)

2. だしについて(教p49)

- 昆布だし
- かつおだし
(混合だし … 昆布+かつお)
- 煮干しだし

あなたのおうちで使っている
みそとだしの種類は？

みそ…
だし…

3. 味わってみよう

白みそ	淡色みそ	赤みそ
-----	------	-----

昆布だし	かつおだし	煮干しだし
------	-------	-------

☆今日のまとめ

--