

第6学年家庭科

「いためる調理で朝の元気スイッチON ～できることを増やしてクッキング～」

学習指導者 阿部 聡子

題材の概要

自分と栄養士の朝食メニューを比較したことで朝食の大切さが分かり、「短時間で栄養バランスのとれた朝食を作れるようになりたい」という思いを高め、「朝の元気スイッチを入れる野菜いためを作ろう」と題材の目標を設定した。そして、基本の野菜いためを作れた子供たちは、「次は、家族の健康を考えたオリジナル野菜いためを作りたい」との思いを高め、家庭実践へとつなげた。

課題設定

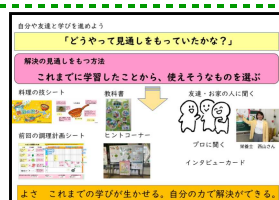
本時の初めに、題材計画やこれまでの掲示物などを基に前時の学びを振り返る場を設定した。そして、家族のために野菜いためを作る調理計画を完成するには、まだ決めていない「切り方」「いためる順番」「調理時間」を考える必要があると考え、前時からの続きである学習課題を再確認した。



家族のために栄養たっぷりの〇〇野菜いための調理計画を立てよう

解決の見通し

教師が「どうやって見通しをもっていたかな」と問いかけ、「**これまで学習したこと**から、**使えそうなものを選ぶ**」とよいことを想起することで、前時で使用したデジタル調理計画シート、教科書等の既習や家族のインタビューカード等を使って調理計画を立てようと思通しをもつ様相が見られた。また、短時間で野菜いためを作るための方法や手順等を交流スペースで友達と確認したり、助言し合ったりするとよいことやゲストティーチャーの調理員の方に聞くことで、よりよい調理計画になることを確認後、各自の課題解決に向かっていった。



解決

前時に選択した野菜と加工食品を調理時間30分以内でどんな切り方やいためる順番にしたらよいのか「デジタル調理計画シート」を用いて計画を立てていった。いためる順番で迷っていた子供は、調理員の方から「ベーコンなど油が多い加工食品は、始めにいためると油が出てうま味がアップするよ」と聞き、「始めはにんじんの後に入れようと思ったけれど変えてみよう」とシートを修正する様相がみられた。また、「切り方」「いためる順番」「調理時間」とエリアを分け、各観点ごとに友達と交流したり、全体でも参考になった意見を紹介し合ったりしたことで、いろいろな友達の意見を参考にしながらよりよい調理計画を立てていった。



野菜は、切る方向によっても味が変わるんだね。繊維に沿って切ってみようよ。

振り返り

本時分かった・できたこととその理由、友達と関わってよかったこと、次の実践に生かせそうなことを振り返りカードに記述し、自分の学びを振り返った。友達と関わって自分の調理計画がよりよくなったと実感している姿が見られた。「次は、本時で立てた調理計画を基に家族に野菜いためを作ろう」という意欲を高め、家庭実践につなぐことができた。

考察（○：成果、▲：課題）

- 家族が喜んでくれるような野菜いためを作ろうと、調理の技シートやインタビューカード等のツール、調理員の方や友達からのアドバイスを参考にしながら、目的に合った調理計画を立てることができた。
- ▲ 解決の見通しに時間がかかったため解決場面でもっと交流時間を使う方がよかった。そのためには、方法を使うよさを子供が日々の授業の中で実感できるようにする手立てが必要であった。

右のQRコードから、学習指導案や他の実践をご覧いただけます。

