

## 単元名 おいしい楽しい調理の力

配当時間 6時間

- 単元の目標 (1) 「ゆでる」調理の特徴と材料や目的に応じたゆで方を理解したり、適切な調理技能を身に付け材料や目的に応じたゆで方をしたりすることができる。
- (2) 「ゆでる」調理について、課題を見付け、調理計画や調理の仕方を考え、課題解決に向けて工夫することができる。
- (3) 「ゆでる」調理の知識及び技能を身に付けたり、調理方法や調理の仕方を工夫したりしようとする。

## 標準的な展開例

05090103\_001

【準備等】食品の調理後の写真、ゆでる前と後の野菜、旬の野菜の写真、マナーについての写真

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 調理の目的や手順について考え、調理についての見通しをもつ。</p> <p>★調理の目的や手順を考えよう</p> <p>○食品をどのような調理方法で食べているか考える。</p> <p>○調理をすることでどのようなよい点があるか話し合う。</p> <p>○調理の手順を知り、学習計画を立てる。</p> <p>2 食品や調理の目的に合ったゆで方を知ろう。</p> <p>★野菜やいもの種類によるゆで方の違いを考えよう</p> <p>○ゆでる調理によるかさの変化を知る。</p> <p>○ゆで方の違いを知り、水からと、沸騰した湯からゆでる野菜のそれぞれの共通点を考える。</p> <p>○野菜を、水からか、沸騰した湯からゆでるのかを考えて仲間分けする。</p> <p>○ゆで方が変わる理由を話し合う。</p> <p>3 ゆでる前とゆでた後の変化を調べる。</p> <p>★青菜とじゃがいもをゆでて変化を調べよう</p> <p>○ゆでる前とゆでた後の色や硬さ、かさや味について予想する。</p> <p>○身支度をして、ゆでる実習をする。</p> <p>○実習で分かったことを記録し、変化についてまとめる。</p> <p>4～5 ゆで野菜サラダの実習を行う。</p> <p>★ゆで野菜サラダを作ろう</p> <p>○調理実習の準備をし、調理手順の確認をする。</p> <p>○調理用具の扱い方を知る。</p> <p>○ゆで野菜サラダの実習をする。</p> <p>○盛り付けて、試食する。</p> <p>○後片付けをする。</p> <p>○ゆで野菜サラダ実習の反省をする。</p> <p>6 ゆでる調理の仕方を振り返り、家庭でのおいしい食事作りの計画を立てる。</p> <p>★家族のためのオリジナルゆで野菜サラダを作ろう</p> <p>○調理実習を振り返り、気付いたことを話し合う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かさが減った。</li> <li>・柔らかくなった。</li> <li>・盛り付けがきれいだったからおいしそうに見えた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康・快適・安全に気を付けて調理をすることを意識させる。特に、安全の視点から食物アレルギーについて必ず触れる。</li> <li>・食品の調理後の写真を見せ、様々な調理方法に気付かせる。</li> <li>【評】調理のよい点を話し合う活動を通して、「思考・判断・表現」を評価する。</li> <li>・単元の学習について見通しをもって取り組むようにする。</li> <li>・p. 16の図2を参考にする。また、実際にゆでる前の野菜とゆでた後の野菜を用意するのもよい。</li> <li>・p. 16の「活動2 考えよう」を参考にする。</li> <li>・野菜の写真やイラストを用意し、仲間分けさせる。実物を用意してもよい。</li> <li>【評】野菜の仲間分けをする活動を通して、「知識・技能」を評価する。</li> <li>・ゆでることで色や硬さ、かさや味がどのように変化するか予想をさせ、実習後、結果を記録させる。</li> <li>・今までの食生活の中から想像をさせる。また青菜とじゃがいも以外のゆで野菜を実際に用意して見せてもよい。</li> <li>・青菜とじゃがいもをグループで分担して調理させるとよい。</li> <li>【評】野菜のゆでる活動を通して、「知識・技能」を評価する。</li> <li>・予想した色や硬さ、かさや味について記録させる。</li> <li>・各自が包丁の扱いやゆでる経験ができるようにする。</li> <li>・身支度をさせる。</li> <li>・包丁、まな板、はかり、計量スプーンの扱い方について指導する。その際、安全面について十分に配慮する。(p. 143)</li> <li>・相互でチェックをしながら、実習を進めさせる。</li> <li>【評】ゆで野菜サラダを実習する活動を通して「知識・技能」を評価する。</li> <li>・生ゴミの処理の仕方、調理器具の洗い方、食器の返し方など、実際に見せながら指導をする。</li> <li>・よかったところ、気を付けるとよいところを伝え合う。</li> <li>【評】実習について伝え合う活動を通して、「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。</li> <li>・グループ実習やペア実習、個人実習など学校の実態に合わせて取り組ませる。</li> <li>・上手にできた点や課題点について出させ、おいしく調理するためのポイントをまとめる。</li> <li>【評】調理実習に関する話し合い活動を通して「知識・技能」を評価する。</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>・味付けが自分の好みでおいしかった。</li> <li>○旬の野菜について知る。</li> <li>○食するときのマナーについて話し合う。</li> <li>○家族のためのオリジナルゆで野菜サラダを作る計画を立てる。</li> <li>○単元を振り返り，自己評価する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クイズ形式にし，野菜の旬について興味をもたせる。また，旬のよさについて知らせる。</li> <li>・みんなで気持ちよく食べるためには，マナーに気を配らなければならないことに気付かせる。マナーについても，クイズ形式で興味をもたせるのもよい。</li> <li>・家族が好きな野菜，好きな味を想像させ，計画を立てさせる。</li> </ul> <p>【評】 ゆで野菜サラダの計画を立てる活動を通して，「思考・判断・表現」を評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭で実践してきたことを，「トライカード」にまとめさせ，教室に掲示するなどして，交流できるようにするのもよい。</li> </ul> <p>【評】 「トライカード」をまとめる活動を通して，「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。</p>
--	---

【 備 考 】