

# 令和6年度 教科研修会Ⅱに向けた授業の構想

技術・家庭科（家庭分野）

## 1 技術・家庭科（家庭分野）の研究テーマ

生活事象を様々な立場や視点で捉え、よりよい生活を営むために工夫する力を高める学習の在り方

## 2 家庭分野として育成を目指す資質・能力の受け止め（研究テーマに示す力が高まっている生徒の具体の姿）

B 食生活に寄せた育成を目指す資質・能力の受け止め

- ・健康な食生活を送るために、「栄養バランス」や「学友が大切にしている視点」に着目して、学友の1日分の献立を考え、工夫している姿。【1学年、B(2)イ】
- ・自立した食生活を送るために、「安全と衛生」や「調理手順の効率」といった視点に着目して、食品選択や調理の仕方、調理計画について考え、工夫している姿。  
【1学年、B(3)イ】
- ・豊かな食生活を送るために「地域の食文化」や「持続可能な社会」といった視点に着目して、家族をもてなす地域のおすすめ和食定食の計画について考え、工夫している姿。【2学年、B(3)イ】

## 3 題材名・学年 「豆腐ハンバーグのワンプレートランチを作ろう」・1年

## 4 題材の概要（全12時間扱い 本時は第8時）

### 題材の学習問題

肉料理を主菜とするワンプレートランチを作るには、どのように食材を選択・調理すればよいのだろうか。

### 題材展開

時間	学習内容
第1時	◆一食分の肉の調理における問題を見出し、題材の学習の見通しをもつ ・これまでの生活を振り返り、一人で一食分の調理ができるようになるために必要な課題を設定する。 【題材の学習問題】肉料理を主菜とするワンプレートランチを作るには、どのように食材を選択・調理すればよいのだろうか。
第2時 ～ 第7時	◆食品の選択や管理、材料に適した加熱調理の仕方を理解する 【学習問題】安全・安心な調理や食事をするために、重要なことは何だろうか。 ・食品を選択する際に、消費者が必要とする情報を考える。給食室の動画から食の安全を守るための工夫を考える。 【学習問題】野菜やいも、肉をおいしく、安全に食べるためには、どのように選択・調理すればよいのだろうか。 ・試し調理を通して、調理上の性質を理解する。副菜や汁物の食材選択や豆腐ハンバーグの手順について見通しをもつ。
第8時 (本時) ～ 第11時	◆「ワンプレートランチ」の調理計画を考え、工夫し、実践する 【学習問題】調理実習時の条件で効率よく調理を行うにはどのような調理計画にすればよいのだろうか。 ・安全面と衛生面に着目して調理計画を立て、ペアと意見交換する。 ・意見交換を基に作成した調理計画に沿って調理実習を行う。
第12時	◆題材全体を振り返り、題材のまとめをする ・ワンプレートランチを一人で調理することを想定し、計画を改善する。

## 技術・家庭科（家庭分野）学習指導案

令和6年7月3日（水）5校時 家庭科室

授業学級 1年C組（40名）

授業者 六浦 悠希

- 1 題材名 「豆腐ハンバーグのワンプレートランチを作ろう」（B 衣食住の生活）
- 2 主眼 ※【 】内は、中学校学習指導要領との関連を指している  
調理実習時の条件で効率よく調理を行うにはどのような調理計画にすればよいか考える場面で、安全面と衛生面も考慮して計画を立て、計画の実現性について友と意見交換することを通して、効率のよい手順や安全面と衛生面から調理計画を改善することができる。【B（3）イ】
- 3 題材の学習問題：肉料理を主菜とするワンプレートランチを作るには、どのように食材を選択・調理すればよいのだろうか。
- 4 本時の位置（全12時間中 第8時）  
前時：肉の性質を踏まえて選択や調理ができるよう、ペアで豆腐ハンバーグの試し調理を行った。  
次時：本時立てた調理計画を基に調理を行う。
- 5 展開

段階	活動	予想される生徒の反応	教師の指導・助言 評価	時間
導入	1 学習問題を確認し、学習課題を据える。	ア 試し調理の際に思った以上に時間がかかってしまった。実生活では、60分もハンバーグに時間をかけていられないので、効率の良い調理計画を考えたい。	・調理実習での条件（模擬家庭）を示し、実生活で調理することと関連づけ、調理時間について課題意識をもつ。	8分
		イ 効率も大事だが、生肉を扱うので、安全面と衛生面を疎かにしたくない。安全で衛生的な調理計画になるよう、友と相談したい。	・安全面と衛生面について重要視する意見を取り上げ、学習課題を据える。	
展開	2 調理計画を立て、班で意見交換をする。	ウ ひき肉は傷みやすいから、できるだけ早く調理しよう。	・追究が進まないペアには、調理動画や本時までの振り返りから課題に感じることがないか確認するように促す。 ・エやオのような反応を取り上げ、調理計画を立てる根拠として、肉や野菜・いもの試し調理の経験を上げるように促す。 ・班で意見交換を行うように促す。その際、適切な温度を保ったまま試食できるように手順を調整しようとしている考えを取り上げる。 ・調理計画を見直した場合は、加除修正した部分の文字の色を変えるように伝える。	22分
		エ 野菜を蒸す時は、空焚きにならないよう十分な量の水を入れておく。なので、お湯を沸騰させるために時間が必要だから、できるだけ早めに火にかけておく。		
展開	3 全体で計画を共有し、調理計画を見直す。	オ ハンバーグが生焼けになるのが怖いので、他の料理を先に完成させて、ハンバーグを焼くことだけに集中したい。	・自分たちの調理計画の中で、他の班が調理計画に取り入れることができる私たちのおすすめポイントを発表するよう促す。 ・クのような意見を共有する。	12分
		カ 野菜の試し調理の時、蒸すよりゆでる方が先に終わってしまったから、食べる時には冷めてしまっていた。手順を見直して同時に仕上げるようにしたい。		
終末	4 本時の学習を振り返る。	キ Aさんは、蓋をして蒸し焼きにすることで火を通りやすくして、竹串を指して透明な肉汁が出てくるかどうかで火が通ったかどうか判断しようとしていた。	・本時を五つの視点から振り返るように促す。 ・ケのような意見を共有する。	8分
		ク Bさんは、できる限りハンバーグの空気を抜かないと、ひび割れたり、火が均一に通らなかったりするので、最初に成形し、冷蔵庫に30分ほど置いておく調理計画にしていた。その30分間で副菜と汁物の調理や片付けも進められるので取り入れよう。		
終末		ケ ひき肉は傷みやすいこと、中心まで確実に火を通さないといけないことから、最初にハンバーグを成形し冷蔵庫に置いておくことにした。その後、蒸し野菜の付け合わせと、野菜スープを調理して、最後にハンバーグを焼くことで、ハンバーグを焼くことに集中でき、完成のタイミングも合わせやすいと考えた。これで自信をもってワンプレートランチを調理することができそうだ。	調理計画の加除修正した部分から手順や安全・衛生面について改善している様子を、ロイロノートの記述から読み取る。	