

1. 単元名 「食べて元気！ご飯とおみそ汁」

2. 単元目標

- 食事の役割と栄養について理解しているとともに、伝統的な日常食である米飯と味噌汁の調理計画や調理の仕方について理解し、適切にできる。 (知識・技能)
- 食事の役割と栄養、伝統的な日常食である米飯と味噌汁の調理について問題を見出して課題を設定し、様々な解決方法を考えることができる。 (思考力・判断力・表現力)
- 家族の一員として、生活をよりよくしようと、食事の役割や調理の基礎について、主体的に工夫し実践しようとできる。 (主体的に学習に取り組む態度)

3 単元について

(1) 教材観

本単元では、普段、どのような食事をしているのかを毎日の食事を考え、伝統的な日常食であるご飯とみそ汁を教材として取り上げる。

各家庭や学校給食の献立を取り上げ、どのような食品が使われているのか、また、給食のみそ汁はどのような出汁やみそ、食材が使われているのかを調べることで、色々な食品を組み合わせていることに気づくことができる。

また、調理計画をたてて、ご飯とみそ汁を調理する中で、ともだちと協力することや、自分ができることを見つけて主体的に動くことを身につけることもできる。

そして、調理実習を振りかえり、学んだことを生かして、「我が家のおきのみそ汁」を考え実践するときに、栄養バランスの採れた食生活を送ることの必要性を理解し、食生活をよりよくしようと工夫しようとする実践的な態度を育てたい。地域の食材や旬の食材に目を向けることができるとなおいい。

(2) 児童観

本学級の児童は、前学期に「美味しい楽しい調理の力」において「調理の手順」「調理用具の扱い方」「ゆでる調理のポイント」を学習している。調理実習を重ねることで、初めは、どのようなことをしていいかわからず動きが少なかった児童も、仲間と分担や協力しながら調理することを身につけてきている。

本校の児童は、農家や漁業を営む家庭が多く、聞いたところ、季節感あふれる具材を使っているが、児童にはその意識が低い。今回は、みそ汁の具に着目すると多様な食品を組み合わせることができるので、調理の楽しさや美味しいものを作る喜びを味わえるだけでなく、季節の野菜やこの地域ならではの食材の価値を考える機会としたい。その中で地域の食材にも目を向けることができるので、児童にとっていい機会になると考える。

(3) 指導観

本単元の指導にあたっては、家で食べている米やみそ汁について調べたり、給食でのみそ汁について調べたりして、何を使っているか、どのように作っているかを知る。調べる中で、みそ汁の具材は、各家庭や、季節、家族構成などに合わせて多様であることに気づくことができる。

また、ゲストティーチャーとして、地域の方を招き、美味しいみそ汁を作るコツを教えてもらい調理実習を行い、美味しく作る工夫について学べるようにしたい。

そして、最後は、自分自身で我が家のとっておきのみそ汁を考え、家で実践する。これらの活動を通して、家族が喜ぶことに役立つ喜びを味わえるようにする。また、どうすれば喜ぶかを考えて食材や調理を工夫する中で、地域にある食材に目を向けることにも繋がることを期待する。

(4) ESD との関連

① 本学習で働かせる ESD の視点（見方・考え方）

多様性 色々なものがある

有効性 ものを大切に使う文化

② 本学習を通して育てたい ESD の資質・能力

進んで参加する態度 自分の家庭で、食べる人の健康のことを考えて調理しようとする。

他者と協力する態度 調理の手順や調理方法など、他人から学び協力しながら調理できる。

③ 本学習で変容を促す ESD の価値観

人権・文化を尊重する 地域にある食文化、食材の多様性

幸福感を重視する 自然や人の恵みを感じ、人のためにできる喜びも感じられる

④ 達成が期待される SDGs

3 健康と福祉

1 2 生産と消費

4 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 食事の役割と栄養について理解している。	① 米飯やみそ汁の調理計画や調理の仕方について課題を設定し、解決方法を考え流。	① 食事の役割や調理の基礎について、課題の解決に向けて主体的に取り組む。
② 米飯及びみそ汁の調理方法や、調理の仕方について理解し、調理できる。	② 実践を評価する改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する。	② 家族の一員として、生活をよりよくしようと工夫し実践しようとしている。

5 単元の計画

時	主な学習活動と内容	教師の支援	主な評価
1	<p>毎日の食事を見つめよう</p> <p>毎日の食事を振り返り、どのようなものを食べているのか考える。自分の家のみそ汁について、季節ごとの具材の違いを発表する。</p> <p>季節によって、取れる野菜が違うことを確認する（季節ごとのスーパーのチラシ）</p> <p>（予習宿題）自分の家の味噌汁について、季節ごとの具材の違いを調べてくる</p>	<p>みそ汁は、各家によって具材やみそやだしが違うことに気づかせる。</p> <p>ご飯と味噌汁は、栄養のバランスがいいことに気づかせる。</p>	<p>思考・判断・表現</p>
2 3 4	<p>ご飯とみそ汁のひみつ</p> <p>伝統食のご飯とみそ汁について知る。</p> <p>美味しいご飯の炊き方を調べる。</p> <p>だしの役割をしり、美味しい味噌汁の作り方を調べる。</p>	<p>米の給水の必要性に気づかせる。</p> <p>調べてきた各家庭のみそ汁の作り方を参考にして調理方法を考えさせる。</p>	<p>知識・技能</p> <p>思考・判断・表現</p> <p>主体的に学習に取り組む態度</p>
5 6 7	<p>ご飯とみそ汁を作ろう（2）</p> <p>美味しいご飯とみそ汁を作る。</p>	<p>地元のゲストティーチャーに調理を教えていただけるようにする。</p> <p>安全に気をつけて実習が進められるようにする。</p>	<p>知識・技能</p> <p>思考・判断・表現</p> <p>主体的に学習に取り組む態度</p>
8	<p>食生活を工夫しよう</p> <p>ご飯や味噌汁の調理で身についたことを家庭生活に活かそう。</p> <p>今この季節に、この地域で取れる食材を使って、味噌汁を作ってみよう</p>	<p>「わが家にとっておきのみそ汁」を考えると、地域の食材に目を向けることができるようにする。</p> <p>周りの人と交流し、考えたみそ汁の作り方をアドバイスし合えるようにする。</p> <p>家庭と連携をとり、実践できるようにする。</p>	<p>思考・判断・表現</p> <p>主体的に学習に取り組む態度</p>