

小学校 6年 家庭科

考える
表す

書く
話す・聞く

育成したい
国語力

理由を効果的に記述し、自らの考えや推論を分かりやすく書く。
目的や意図に応じ、考えたことや伝えたいことなどを的確に話したり、計画的に話
し合ったりする。

単元名

「まかせてね！ きょうのごはん」

本時の目標

家族のために栄養的にバランスのよい1食分の食事の計画を立てる。
【生活の技能】

本時の流れ

導入

本時のめあての確認（一斉）

「栄養的にバランスのよい食事を考えよう！」

展開

家族のための1食分の食事を考える（個人）

・教科書のおかずの例を見て家族のための1食分の食事を考える。

（対象は家族全員でも特定の家族にしてもよい。）

・教科書の表を利用して栄養的なバランスを確かめる。

家族のための1食分の食事を提案する（グループ）

・1食分の食事を説明する。
・友達の提案を聞いて質問したり、アドバイスしたり、評価したりする。

改善点を考える（個人）

・友達のアドバイスを聞いて、足りない食品を補うおかずの選択やみそ汁の実の工夫などの改善点を考える。

まとめ

次時の学習への見通しをもつ

・家庭で食事を作るときに気を付けていることを予想する。

単元の流れ

第1次（2時間）

【食べ物の組み合わせを考えよう】

・1食分の食べ物を選んで栄養的なバランスを考える。

第2次（7時間）（本時3・4 / 7時）

【家族の喜ぶおかずを作ろう】

・バランスのよい食事を考える。
・おかずづくりの計画を立てる。
・家族の喜ぶおかずを作る。

第3次（2時間）

【楽しい食事を工夫しよう】

・楽しい食事するために、どんな工夫をしたらよいか考える。

国語力育成の視点

「食事への関心」を高めるためには、実生活と結び付いたものにしていくことが大切です。

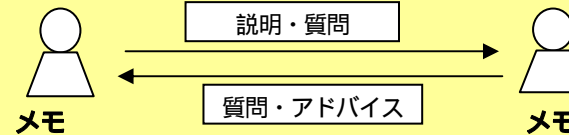
本時では具体的な家族の姿を思い浮かべ、喜んでもらうことを期待しながら学習を進めます。栄養的なバランスや家族の嗜好など家族のために自分が選んだ理由を明らかにして書いたり、説明したり、目的に応じて話し合ったりして「考える力」や「表す力」をはぐくみ、本時のねらいに迫ります。

視点①

考える力

「考える力」を育成するために、複数の理由を基に説明する場を設定しました。

具体的な理由を複数書いて考えを整理します。書いたことを基に自分の案を説明します。おかずを選んでみて気付いた課題点も友達に相談し、友達から質問やアドバイスを受けます。互いにメモを取ることも大切です。



視点②

考える力

友達の考えを聞いて、異なる視点から自分の案を見直します。複数の事例や考え方を比べたり、つないだりしながら多面的に物事を「考える力」を育てていきます。

ワークシート

例：家族のための1食分の食事を考えよう！



主食（ごはん） 汁物（みそ汁）

【選んだ理由メモ】

祖父の好きなもの
巻く中身で栄養のバランスが工夫できる。
ベーコンと野菜の色がはっきりしていて見た目にきれいでおもしろい。

【教えてほしい点】

・インゲンの他にどんなものを巻いたらいいかな。

【友達からのアドバイスをメモしよう】

・巻く中身もおじいさんに聞く。
・ さんの家では、冷蔵庫の中にあるものを工夫して巻いている。
・みそ汁に海藻を入れたり、もう一品、のりを加えたりする。
・ベーコンの巻き方はだいじょうぶか？
・牛乳も入れるといい。

【改善点】

ベーコン巻の中身は、祖父にもたずねる。
冷蔵庫に入っているもので使えそうなものを確かめる。
わかめごはんか、みそ汁の実をわかめにする。
上手に巻けるように調べて練習をする。
ヨーグルトも付ける。

栄養的なバランス

家族の好み

料理のいろいろ

低学年

中学年

高学年

中学前

中学後

音楽

美術
工
術

技術
・
家庭

保健
体
育

活動
特
別

道
徳

総合
的
な
学
習