

大題材名	10. 朝食から健康な1日の生活を			教科書のページ	p.84～91
配当時数	10 時間	活動時期	4～5 月	学習指導要領の内容	B(1)ア、 B(2)ア(ア)(イ)(ウ)(エ)イ、 B(3)ア(ア)(イ)

大題材の目標		朝食の役割と栄養、いためる調理について、健康・快適・安全などの視点から、課題をもって、基礎的・基本的な知識及び技能を身に付け、調理計画を考え、いためる調理の仕方を工夫することができる。
大題材の 観点別 評価規準	知識・技能	食事の役割と栄養を考えた食事について理解していると同時に、いためる調理について理解し、適切にできる。
	思考・判断・表現	食事の役割と栄養を考えた食事、いためる調理について問題を見いだして課題を設定し、さまざまな解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。
	主体的に学習に取り組む態度	家族の一員として、生活をよりよくしようと、食事の役割と栄養を考えた食事、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んだり、ふり返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとしている。

目標	時数	学習活動	評価の観点と方法
(1)朝食の役割を考えよう			
<p>・毎日の生活をふり返り、朝食の役割を考えて、課題を設定しよう。</p> <p style="text-align: right;">教 p.84～85</p>	1	<p>①教 p.84 の写真Aさんの3日間の朝食から、よい点や課題点を話し合い、朝食の役割について考える。</p> <p>②自分の朝食のとり方のとり方をふり返り、課題を見つけ、これからめざす朝食のとり方を考える。</p>	<p>[知技]発言・記録・行動観察</p> <p>[思判表①]発言・記録</p>
(2)いためる調理で朝食のおかずを作ろう			
<p>・いろいろな食品のいため方が分かり、栄養のバランスを考えた朝食のおかずを計画し実践する。</p> <p style="text-align: right;">教 p.86～90</p>	7	<p>①教 p.86 活動2の2つの朝食の写真を見て、どちらの食事がよいか話し合い、主にどのような働きをする食品が含まれているか調べ、3つのグループに分けて栄養のバランスを考える。</p> <p>②栄養のバランスがよい食事について考える。</p> <p>③材料に応じた切り方、いためる順序、火加減を調べ、調理計画カードに記入し、いためる調理の計画を立てる。調理をする前に手順を確かめながら計画を見直す。</p> <p>④切り方、いためる順序、火加減に注目していためる調理をする。</p>	<p>[知技]発言・記録・行動観察</p> <p>[思判表②]発言・記録</p> <p>[態度①②]発言・記録・行動観察</p>
(3)朝食から健康な生活を始めよう			
<p>・朝食の学習を生かし、健康な生活を送るために家庭で朝食の計画を立てよう。</p> <p style="text-align: right;">教 p.91</p>	2	<p>①調理実習をふり返り、計画通りに進められたか、切り方やいためる順序、火加減や味付けなど、うまくいった点や課題点について話し合う。</p> <p>②学習したことを生かして、ご飯とみそ汁に付け足す朝食のおかずの計画を考える。使う食材や調理のポイントをまとめて計画を立てる。</p>	<p>[思判表③④]発言・記録</p> <p>[態度③]発言・記録・行動観察</p>

大題材名	13. まかせてね今日の食事			教科書のページ	p.112～120
配当時数	10 時間	活動時期	11～12 月	学習指導要領の内容	B(1)イ、B(2)イ、 B(3)ア(ア)(イ)(ウ)イ、 C(1)ア(ア)(イ)イ、 C(2)アイ

大題材の目標		栄養を考えた食事について、健康・快適・安全などの視点から、課題をもって、1食分の献立と環境に配慮した調理に関する基礎的・基本的な知識及び技能を身に付け、栄養のバランスを考えた1食分の献立を工夫することができる。
大題材の観点別評価規準	知識・技能	1食分の献立の栄養のバランスや買い物の仕方、環境に配慮した調理の仕方について理解しているとともに、購入に必要な情報の収集・整理が適切にできる。
	思考・判断・表現	1食分の献立の栄養のバランスや買い物の仕方、環境に配慮した調理の仕方について問題を見いだして課題を設定し、さまざまな解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。
	主体的に学習に取り組む態度	家族の一員として、生活をよりよくしようと、栄養を考えた食事や買い物、環境に配慮した生活について、課題の解決に向けて主体的に取り組んだり、ふり返って改善したりして、生活を工夫し、実践しようとしている。

目標	時数	学習活動	評価の観点と方法
(1)献立の立て方を考えよう		★他教科との関連:社会・体育	
<ul style="list-style-type: none"> 1食分の献立を立てるときに必要なことを考え、課題を設定しよう。 <p style="text-align: right;">教 p.112～113</p>	1	①教 p.112 の写真を見て、献立はどのように考えて立てられているのか話し合い、1食分の献立を立てられるようにするための課題を設定する。	[知技] 発言・記録・行動観察 [思判表①] 発言・記録
(2)1食分の献立を立てて、調理しよう		★他教科との関連:社会	
<ul style="list-style-type: none"> 1食分の献立を立て、環境に配慮して調理しよう。 <p style="text-align: right;">教 p.114～119</p>	8	①いろいろな食品を使って主食をご飯とし、主菜・副菜・汁ものを組み合わせて栄養のバランスがとれた1食分の献立を考える。 ②必要な材料・分量、用具、手順を調べて調理計画を立てる。環境への影響も考える。 ③買い物の仕方について考え、材料の準備をする。 ④おかず作りの調理実習を行い、計画通りできたか、環境に配慮して調理できたかふり返る。	[知技] 発言・記録・行動観察 [思判表②] 発言・記録 [態度①②] 発言・記録・行動観察
(3)工夫してよりよい食事にしよう			
<ul style="list-style-type: none"> よりよい食事にするための工夫について考えよう。 <p style="text-align: right;">教 p.120</p>	1	①これまでの学習を生かして、よりよい食事をするために工夫できることについて考える。	[思判表③④] 発言・記録 [態度③] 発言・記録・行動観察