

事例 中学校技術・家庭科（家庭分野）

飛騨地方（N中学校）

1 題材について

対象学年	中学校 第1, 2学年
学習指導要領	家庭分野 A 生活の自立と衣食住の内容 (2)のア、イ、ウ
題 材 名	「自分で選んで健康づくり」(全8時間)
題 材 目 標	身近な食品に関心を持ち、用途に応じて適切に選択し調理することができる。 (生活や技術への関心・意欲・態度) 学習したことを積極的に家庭での実践に生かしていこうとする態度を身に付ける。 (生活や技術への関心・意欲・態度) 肉および魚の性質を生かした調理を工夫することができる。 (生活を工夫し創造する能力) 食品の特性を考え、安全・衛生面に気を付けて計画にそって能率的に調理実習を進めることができる。 (生活の技能) 肉および魚の性質を理解し、性質を生かした調理の計画を立てることができる。 (生活や技能についての知識・理解)
配 慮 事 項	基礎的・基本的な内容の確実な定着の工夫 題材指導計画の工夫 ・身の回りには食べ物があふれ、好きなものを好きなときに食べている現状、「肉料理は大好きだが、野菜を食べていない。魚料理もあまり食べていない。」という実態を見つめ、自分の食事のとり方の問題点に気づき、それを改善していける題材構成とした。 ・家庭からの取材、生徒の知っていることの発表を位置付け、食品の性質、栄養素を効果的にとるための調理方法、調理操作の意味、調理による変化などと結びつける。意識して実習し、改めて肉・魚（多く含まれるたんぱく質）の性質を確認することで、おいしさはどんな点に気を付けることで成りたつのか実践的に学んでいく。 単位時間における指導の工夫 ・魚好きの生徒は1/3で、調理経験がほとんどない生徒の実態から、一尾の魚（いわし）を扱う。自分で骨、内臓を取り出す作業を経て、一尾の魚がどのように開かれ、必要でないところをどう処理し、調理されているのかを知り、魚を大切に生かして調理することを、体験を通して感じていく。 ・広がりのある見方・考え方を示す。本時の学習内容が実際の生活の中でどのようにかわっているのかを示す。 ・ペアでの調理ポイントのアドバイス活動を、実習中に位置付ける。 ・生徒が1時間の授業を通して、自分の姿を見つめ、どんな力を付けることができたかを振り返る「自己評価カード」を活用する。
参考資料	資料1 ユニット構造図 資料2 生徒配布用評価表プリント

2 題材の評価規準 「自分で選んで健康づくり」(全8時間)

	ア 家庭生活への関心・意欲・態度	イ 生活を創意工夫する力	ウ 生活の技能	エ 家庭生活についての知識・理解
内容とのま評と価 ま規 り準	<ul style="list-style-type: none"> 食品の選択と簡単な日常食の調理について、関心をもって学習活動に取り組み、食生活をよりよくしようとしている。(A(2)) 	<ul style="list-style-type: none"> 食品の選択と簡単な日常食について課題を見付け、その解決を目指して工夫している。(A(2)) 	<ul style="list-style-type: none"> 食品を適切に選択し、安全と栄養に留意して簡単な日常食の調理ができる。(A(2)) 	<ul style="list-style-type: none"> 食品の選択と簡単な日常食の調理に関する基礎的な知識を身に付けている。(A(2))
題 材 の 評 価 規 準	<ul style="list-style-type: none"> 身近な食品に関心をもち、用途に応じて適切に選択しようとしている。 日常食の調理に関心をもち、調理技術を習得しようとしている。 食生活の安全と衛生に関心をもち、調理実習で実践しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 食品の選択と簡単な日常食の調理を工夫している。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <ul style="list-style-type: none"> ・材料の扱い ・切り方 ・調味 ・盛りつけ </div>	<ul style="list-style-type: none"> 身近な食品の品質について調べ、用途に応じて適切に選択できる。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <ul style="list-style-type: none"> ・目的、栄養、価格 ・調理の能率 ・環境への影響 </div> <ul style="list-style-type: none"> 安全と衛生や作業の能率に留意して調理ができる。 洗う、切る、加熱する、調味するなどの基本的な調理操作ができる。 食品や調理器具を適切に取り扱うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 身近な食品の品質を見分ける観点について理解している。 食品の調理上の性質について理解している。 加熱調理と調味の要点について理解している。 食品や調理器具の安全と衛生に留意した取り扱い方を理解している。
単 位 時 間 に お け る 具 体 の 評 価 規 準	<p>調理実験に興味・関心をもち、崩れずよく火の通ったおいしいハンバーグを作り、実験結果をまとめようとする。</p> <p>魚調理実験に興味・関心をもち、食べやすくおいしい魚料理を作るための、計画を立てることができる。</p>	<p>ハンバーグに合う付け合わせ(材料・切り方・調味・盛り付け方)の調理を工夫している。</p> <p>目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響に着目し、加工、手作りのハンバーグの良さを語り、自分の生活の中でどのように利用していくのか考えることができる。</p> <p>魚の特徴や調理上の性質を生かして、魚を食べやすくする工夫をしている。</p>	<p>材料のこね方、形作り、火加減に気を付けながらハンバーグを作り、盛り付け、味付けにもこだわって、付け合わせを作る。</p> <p>魚のたんぱく質や旨みを逃がさないようにして、それぞれの調理方法にあった魚料理ができる。</p>	<p>ひき肉の性質(塩を入れてこねると粘りが出る)やたんぱく質の性質(熱によって収縮・凝固する)が分かる。</p> <p>魚の栄養的特質や調理上の性質がわかり、その性質を利用して加熱の仕方が違うことが分かる。</p>

3 指導と評価計画（全8時間）

時	ねらい	学 習 活 動	評価規準	評価方法	指導・援助																																			
1 2	ひき肉をこねる回数や副材料の有無によって、出来上がりのハンバーグの大きさ、食べやすさ、味、見た目などの違いがあることや、ひき肉の成分であるたんぱく質は熱によって収縮・凝固する性質をもつことが分かる。	<p>肉の種類と料理名を発表する。</p> <p>たんぱく質が多く含まれていて、体の中で主に体の組織を作る。</p> <p>ひき肉を使ったハンバーグを作ることを知る。</p> <p>形が崩れ、半生のハンバーグを観察し、解決方法を考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>どのようにしたら、崩れず中までよく火の通ったおいしいハンバーグを作ることができるのだろうか。</p> </div> <p>グループ毎に4つの方法で実験実習を行う。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>A</th> <th>B</th> <th>C</th> <th>D</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>材料</td> <td colspan="2">肉+塩のみ</td> <td colspan="2">肉+塩+副材料</td> </tr> <tr> <td>練る回数</td> <td>まとめ るだけ</td> <td>70回練る</td> <td>まとめ るだけ</td> <td>70回練る</td> </tr> <tr> <td>火加減</td> <td colspan="4">最初中火 焦げ目がついたら弱火</td> </tr> </tbody> </table> <p>実験結果の発表</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>A</th> <th>B</th> <th>C</th> <th>D</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>焼く前の様子</td> <td>ぼろぼろ</td> <td>しっかりまとまる 粘りが出る</td> <td>副材料が見える</td> <td>具がまざっている</td> </tr> <tr> <td>焼いた後の様子</td> <td>ぼろぼろ 焼肉の味 塩辛い</td> <td>まとまっている 縮んだ</td> <td>中やわらかい 形崩れ ふくらんだ</td> <td>まとまって柔らかい おいしい</td> </tr> </tbody> </table> <p>ひき肉の性質やハンバーグの調理上の特徴をまとめる。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block; margin: 5px 0;"> <p>ひろがり</p> </div> <p>ひき肉を使った料理を紹介する。</p>		A	B	C	D	材料	肉+塩のみ		肉+塩+副材料		練る回数	まとめ るだけ	70回練る	まとめ るだけ	70回練る	火加減	最初中火 焦げ目がついたら弱火					A	B	C	D	焼く前の様子	ぼろぼろ	しっかりまとまる 粘りが出る	副材料が見える	具がまざっている	焼いた後の様子	ぼろぼろ 焼肉の味 塩辛い	まとまっている 縮んだ	中やわらかい 形崩れ ふくらんだ	まとまって柔らかい おいしい	<p><アー> 調理実験に興味・関心をもち、崩れずよく火の通ったおいしいハンバーグを作り、実験結果をまとめるようとする。</p> <p><エー> ひき肉の性質（塩を入れてこねると粘りが出る）やたんぱく質の性質（熱によって収縮・凝固する）が分かる。</p>	<p>観察</p> <ul style="list-style-type: none"> 主体的に実験をしたり、まとめたりしているか。 評価表 自己評価に意欲が表れているか。 <p>学習プリント 評価表</p> <ul style="list-style-type: none"> 実験結果のまとめにひき肉の性質が記入されているか。 	<p>形が崩れたハンバーグ、半生のハンバーグを提示し、よりよいハンバーグを作りたいという気持ちにさせる。</p> <p>4種類のハンバーグでの加熱による実験とあわせて性質について考えるようにする。</p>
	A	B	C	D																																				
材料	肉+塩のみ		肉+塩+副材料																																					
練る回数	まとめ るだけ	70回練る	まとめ るだけ	70回練る																																				
火加減	最初中火 焦げ目がついたら弱火																																							
	A	B	C	D																																				
焼く前の様子	ぼろぼろ	しっかりまとまる 粘りが出る	副材料が見える	具がまざっている																																				
焼いた後の様子	ぼろぼろ 焼肉の味 塩辛い	まとまっている 縮んだ	中やわらかい 形崩れ ふくらんだ	まとまって柔らかい おいしい																																				
3	ハンバーグの付け合わせを工夫すると見た目や栄養的にも高まることを知り、工夫した付け合わせを考え実習計画を立てることができる。	<p>ひき肉の性質や肉の調理上の性質を振り返る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>ハンバーグにあった付け合わせを考えよう。</p> </div> <p>今まで食べた付け合わせの発表。</p> <p>ハンバーグ、付け合わせの実習計画を立てる。</p> <p>班ごとに自分たちが考えた付け合わせとその理由を発表する。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px; display: inline-block; margin: 5px 0;"> <p>ひろがり</p> </div> <p>実際に盛りつけた例を紹介する。</p>	<p><イー> ハンバーグに合う付け合わせ（材料・切り方・調味・盛り付け方）の調理を工夫している。</p>	<p>調理の計画書 評価表</p> <ul style="list-style-type: none"> 材料・切り方・調味の記述盛り付け図が適切に記入されているか。 	<p>野菜料理を思い出させ、参考レシピなどを参考にしながら、付け合わせを考えられるようにする。</p>																																			

4	ひき肉の特徴、調理上の性質や付け合わせの工夫を生かして、栄養価が高く、崩れず中まで火が通り美味しいハンバーグと付け合わせを作ることができる。	<p>身支度をし、手洗いをしっかりとする。 道具や材料の準備をする。 班ごとに計画、分担を確認する。</p> <p>崩れず中まで火が通ったおいしいハンバーグと付け合わせを作ろう。</p> <p>実習をする。 評価をする</p> <table border="1" data-bbox="379 465 991 927"> <tr> <td>調理のポイント</td> <td>出来上がりーおいしそう</td> </tr> <tr> <td>塩を入れてよくこねる</td> <td>・なめらかな焼き具合 ・ぼそぼそしない ・くずれにくい</td> </tr> <tr> <td>中央をくぼませる</td> <td>・中まで火が通る ・分厚くない</td> </tr> <tr> <td>中火 裏返して弱火</td> <td>・黒こげでない</td> </tr> <tr> <td>付け合わせの具の工夫</td> <td>・栄養 ・材料 身近，値段 ・切り方 ・調味 ・盛り付け方 見た目がいい</td> </tr> </table> <p>試食をする。 実習の振り返りをする。</p>	調理のポイント	出来上がりーおいしそう	塩を入れてよくこねる	・なめらかな焼き具合 ・ぼそぼそしない ・くずれにくい	中央をくぼませる	・中まで火が通る ・分厚くない	中火 裏返して弱火	・黒こげでない	付け合わせの具の工夫	・栄養 ・材料 身近，値段 ・切り方 ・調味 ・盛り付け方 見た目がいい	ウ - 材料のこね方 形作り、火加減に気を付けながらハンバーグを作り、盛り付け、味付けにもこだわって、付け合わせを作る。	<p>机間指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ポイントをつかんでいるか。 作品 ・崩れず中まで火が通ったハンバーグになっているか。 評価表 ・作り方のポイントから振り返っているか。 	前時間までの学習を振り返る。調理のポイントの提示をする。
調理のポイント	出来上がりーおいしそう														
塩を入れてよくこねる	・なめらかな焼き具合 ・ぼそぼそしない ・くずれにくい														
中央をくぼませる	・中まで火が通る ・分厚くない														
中火 裏返して弱火	・黒こげでない														
付け合わせの具の工夫	・栄養 ・材料 身近，値段 ・切り方 ・調味 ・盛り付け方 見た目がいい														
5	生鮮食品を使った手作りハンバーグを、目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響などの諸条件に着目して比較し、それぞれのよさを出し合い、自分の食生活の中でどのように利用していくとよいか考えることができる。	<p>前回の手作りハンバーグと、家庭でのハンバーグの比較から、気付いたことを発表する。</p> <p>手作りハンバーグと加工ハンバーグをいろいろな観点から比較し、自分の食生活に生かせることを考えよう。</p> <p>加工ハンバーグを調理する。 加工ハンバーグを試食する。 よいところを出し合う。(班 全体)</p> <p>ひろがり</p> <p>いろいろな形、副材料の中身を変化させたハンバーグを提示する。 自分の考えをまとめる。</p>	イ - 目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響に着目し、加工、手作りのハンバーグの良さを語り、自分の生活の中でどのように利用していくのか考えることができる。	<p>発表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手作りハンバーグと加工ハンバーグのよさを発言しているか。 評価表 ・自分の生活での利用の仕方を書いているか。 	手作りハンバーグと加工ハンバーグを比較する観点を明示する。										
6 7	魚料理に興味をもち、魚の特徴や調理上の性質、栄養価を生かして、工夫した調理の計画を立てることができる。	<p>たんぱく質の熱凝固について確認する。 魚は栄養価は高くても，中学生には好まれていないことを思い出す。 魚の栄養価の確認 (DHA・EPA・カルシウム) 魚の種類、旬の魚について知る。</p> <p>新鮮な魚の選び方</p>	ア - 魚調理実験に興味・関心をもち、食べやすくおいしい魚料理を作るための計画を立てるこ	<p>観察</p> <ul style="list-style-type: none"> ・意欲的に実験に取り組んだり、結果をまとめたりしているか。 	魚料理の参考レシピを見せ作りたいたいという気持ちにさせる。										

		<p>魚の性質を生かした魚料理の計画を立てよう。 魚の調理上の性質を知り、加熱の仕方が違うことを知る。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 塩を振ると水分が出て身がしまる。 2. 加熱で収縮し、硬くなり色が変わる。 3. 煮崩れしやすい。 4. 生臭い臭いがある。 <p>魚を使った料理の調理実習計画を立てる。</p> <p style="text-align: center;">ひろがり</p> <p>魚料理に合わせた、下処理の仕方示範(手開き) 魚の盛りつけ例を示した写真提示</p>	<p>とができる。</p> <p>エ - 魚の栄養的特質や調理上の性質が分かり、その性質を利用して加熱の仕方が違うことが分かる。</p> <p>イ - 魚の特徴や調理上の性質を生かして、魚を食べやすくする工夫をしている。</p>	<p>評価表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 魚に適した調理方法か。 <p>調理の計画書</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 調理上の性質を生かした調理か。 	<p>基本的な調理実験の示範をする。</p> <p>魚の消費量、栄養価に注目させ、食べやすくするための工夫を考えさせる。</p>
8	<p>魚の臭みを消すために香りの強い野菜を使い、栄養素や旨みを逃がさないようにするために熱した煮汁やフライパンに身を入れ、火加減に注意しながら身を崩さずに魚料理を作り、盛りつけることができる。</p>	<p>身支度，材料，用具の準備をし，換気など環境を整える。</p> <p>臭みを消し、身を崩さない(栄養素や旨みを逃がさない)加熱の仕方を考えて、オリジナル魚料理を作ろう。</p> <p>自分の願いを交流する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 使う魚 ・ 15分以内で出来上がる調理 ・ 焼く - そのまま 塩焼き <ul style="list-style-type: none"> - たれに付けて 照り焼き - 包んで ホイル焼き - 身をくずして つみれ - 粉をかけて ムニエルフライパン ・ 煮る - 香り煮、みそ煮 <p>実習をする。</p> <p>評価 試食をする。 実習の振り返りをし、交流する。</p> <p style="text-align: center;">ひろがり</p> <p>煮魚はどんな方法であっても、煮立った中に入れる。切り身であっても、一尾でもつみれでも同じ。 片付けをする。</p>	<p>ウ - 魚のたんぱく質や旨みを逃がさないようにして、それぞれの調理方法にあった魚料理ができる。</p>	<p>ペア相互評価 調理が適切に行われているか。 机間指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 調理のポイントをつかんでいるか問いかけて確かめる。 <p>作品</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 火加減を意識しているか。 <p>評価表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 自己評価に魚の加熱方法が書かれているか。 	<p>料理別グループ 2人で1ペア</p> <p>ポイントを意識できる示範</p>

4 単位時間の授業展開例

(1) 本時のねらい

魚の臭みを消すために香りの強い野菜を使い、栄養素や旨みを逃がさないようにするために煮汁を沸騰させてから魚を入れ、火加減に注意しながら身を崩さずに魚料理を作ることができる。

(2) 本時の位置 8 / 8 時

(3) 展開

過程	学習活動	評価について	指導・援助								
つかむ	<p>身支度、材料、用具の準備をし、換気など環境を整える。 <u>臭みを消し、身を崩さない(栄養素や旨みを逃がさない)</u> <u>加熱の仕方を考えて、いわしのオリジナル料理を作ろう</u></p> <p>ポイント確認 身を入れるタイミング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・焼く - 熱して入れる 表から先に焼く ・煮る - 煮汁に熱して入れる 表が上 <p>魚の臭みを消し、身を入れるポイントを意識しながら、ペアで魚料理を作ろう。</p> <p>目指す姿 A, B を提示する。 調理のポイント</p>										
課題を解決する	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="204 488 395 674">焼く</td> <td data-bbox="395 488 555 674"> 魚の臭みを消す 梅しそ焼き 香草焼き ムニエル ハンバーグ 餃子 蒲焼き チーズ </td> <td data-bbox="555 488 730 674">B フライパンを温めて余分な粉をはらう強火表から焼くこげ色ついたら弱火</td> <td data-bbox="730 488 959 674">A 火加減調理中、気を付け観察する盛り付け頭が左崩さず盛り付け表面に適度な焦げかんだときに肉汁</td> </tr> <tr> <td data-bbox="204 674 395 1025">煮る</td> <td data-bbox="395 674 555 1025"> 魚の骨まで柔らかく つみれ汁 調味料で臭みを消す 煮魚 黒酢煮 香り煮 </td> <td data-bbox="555 674 730 1025">B 煮立った煮汁煮汁だけが動くくらいの火加減表を上にして入れる落としぶた</td> <td data-bbox="730 674 959 1025">A 火加減調理中、気を付け観察する盛り付け頭左、腹前煮崩れしない崩さず盛り付け中までしみ込む</td> </tr> </table>	焼く	魚の臭みを消す 梅しそ焼き 香草焼き ムニエル ハンバーグ 餃子 蒲焼き チーズ	B フライパンを温めて余分な粉をはらう強火表から焼くこげ色ついたら弱火	A 火加減調理中、気を付け観察する盛り付け頭が左崩さず盛り付け表面に適度な焦げかんだときに肉汁	煮る	魚の骨まで柔らかく つみれ汁 調味料で臭みを消す 煮魚 黒酢煮 香り煮	B 煮立った煮汁煮汁だけが動くくらいの火加減表を上にして入れる落としぶた	A 火加減調理中、気を付け観察する盛り付け頭左、腹前煮崩れしない崩さず盛り付け中までしみ込む	<p><ウー > 評価規準 魚のたんぱく質や旨みを逃がさないようにして、それぞれの調理方法にあった魚料理ができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・評価方法 ペア相互評価 机間指導 作品 (調理のポイントをつかんでいるか。) 	<p>Bを実現するための指導 料理別グループ(2人1ペア)で行い、できるだけ個の調理経験を多くする。ポイントを意識できる示範する。実習の流れを板書する。ペアでポイントをアドバイスする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身を入れるタイミング ・身の入れ方 <p>Aへ高めるための指導 目指すより高い姿を提示する。盛り付け例の写真を提示する。ペアでポイントを確認させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・火加減の調節
焼く	魚の臭みを消す 梅しそ焼き 香草焼き ムニエル ハンバーグ 餃子 蒲焼き チーズ	B フライパンを温めて余分な粉をはらう強火表から焼くこげ色ついたら弱火	A 火加減調理中、気を付け観察する盛り付け頭が左崩さず盛り付け表面に適度な焦げかんだときに肉汁								
煮る	魚の骨まで柔らかく つみれ汁 調味料で臭みを消す 煮魚 黒酢煮 香り煮	B 煮立った煮汁煮汁だけが動くくらいの火加減表を上にして入れる落としぶた	A 火加減調理中、気を付け観察する盛り付け頭左、腹前煮崩れしない崩さず盛り付け中までしみ込む								
ひろげる	<p>試食をし、感想を話し合う。 実習の振り返りをし、どんなことが確かめられたか交流する。(目で見ただ調理中の変化、食べてみての感想)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚はあまり好きでなかったが、初めて魚をさばいて料理したら、すごくおいしかった。短時間でできた。 ・蒲焼は、フライパンを温めて、強火で焼いた。フライパンを火から遠ざけたり、フライ返しで焼き加減を見て火加減に気を付けた。 ・同じいわしを使っても、いろいろな料理方法があり、他のペアの料理は、たれが魚の臭みを消して、とてもおいしかった。 ・魚の骨がいやだったけれど、すり身やいわしバーグにして気にならず、カルシウムが摂れた。 <p>本時のまとめをする。自己評価をする。 後片付けをする。</p>	<p>評価表-自己評価 (魚の加熱方法が書かれているか。)</p> <p>広がり 煮魚はどんな方法であっても煮立った中に入れる。切り身であっても、一尾でも、つみれでも同じ。</p>	<p>「目指す姿」A ・Bについて生徒に説明し振り返りの視点を明確にする。</p>								
<p>出口の意識：家で調べた魚の調理方法はたしかに魚の栄養素や旨みを逃がさない、おいしい食べ方だった。肉に比べて食べるのが少ない魚料理だが、これからは積極的に食べやすくし調理したい。家の人にも作ってあげたい。</p>											

5 評価の実際と個に応じた指導事例
 (1) 本時重点的に取り上げた評価規準

ウ -

魚のたんぱく質や旨みを逃がさないようにして、それぞれの調理方法にあった魚料理ができる。

(2) 評価の実際

【評価の方法】

本時の評価規準を生徒の具体的な姿としてイメージした。

調理のポイント・・・魚の臭みを消すために香りの強い野菜を使い、栄養素や旨みを逃がさないようにするために熱した煮汁やフライパンに身を入れ、火加減に注意しながら身を崩さずに魚料理を作ることができる。

次のような評価活動を実施した。

	具体的な姿	評価の時間	評価の方法	指導援助内容	個に応じた指導
「おおむね満足できる」状況 B	<ul style="list-style-type: none"> ・熱した(煮汁・フライパン)に身を入れる ・身の入れ方(焼き魚 表から焼く、煮魚 表が上) ・調理中の火加減の意識をしている。 	実習前 実習中 作品	ペアアドバイス 机間指導 観察 作品 火加減 評価表	 <ul style="list-style-type: none"> ・ペア実習 ・目指す姿の提示板書 調理手順の板書  <ul style="list-style-type: none"> ・調理のポイント確認 相互評価カード ・評価表 	<ul style="list-style-type: none"> ・机間指導 1巡回中 「努力を要する」状況の生徒対象 「身を入れるタイミングは」 ・机間指導 2巡回中 「おおむね満足できる」状況「十分満足できる」状況を把握 「おおむね満足できる」状況を「十分満足できる」状況に 「火加減の調節は」 ・「頭はどちら」
「十分満足できる」状況 A	<ul style="list-style-type: none"> ・調理中の魚の様子を自分の目で見て判断し、火加減の調節を行っている。 	実習中 作品	机間指導 - 観察 作品 評価表	<ul style="list-style-type: none"> ・目指す姿の提示板書 ・調理のポイント確認 相互評価カード ・評価表 	<ul style="list-style-type: none"> ・机間指導 3巡回中 「おおむね満足できる」状況を「十分満足できる」状況に 「火加減の調節は」 「頭はどちら」

「魚のたんぱく質や旨みを逃がさない」ためには、「熱した(煮汁・フライパン)に身を入れ、火加減の調節を行う」ことが大切であり、見た目もよく身を崩さず魚を調理できる方法である。

本時は、料理別ペア(2人で1ペア、違う料理のペアで同じ調理台で調理)を作り、調理のポイントをアドバイスしながら実習できるようにした。実習前には、調理方法は違ってても、ポイントの分かる示範をし、目指す姿として板書し、意識化を図った。

また、「十分満足できる」状況例として、目指す姿A「調理中の魚の様子を自分の目で見て判断し、火加減の調節を行っている。」で、調理のポイントと同時に示し、盛りつけ例の写真を示した。

具体的な生徒の姿をイメージし、目指す姿として提示することで、教師が評価を瞬時に明確にでき、評価を指導に生かせるとともに、生徒がポイントを確認しながらスムーズに実習をすすめられ、自分の到達した姿を自己評価できるようにした。

【判断した生徒の状況例】

・「おおむね満足できる」状況と判断した例

Aさんは、手洗いや、3点着用をしっかりとすませ、教師の示範をじっくりと観察し、調理のポイントを理解した。そして、実習に入ると魚の余分な水分をペーパーでふき取り、ペアで相互評価カードを見ながら、ポイントを声に出して、フライパンに手を近づけて熱されているのを確認して、余分な粉をはたいて上になる方から焼き始めた。観察と、出来上がりの作品から、調理中の火加減の調節具合が分かり、適度な焦げと、表面の凝固具合から、「おおむね満足できる」状況であると判断した。



・「十分満足できる」状況と判断した例

Bさんは、煮魚を選択し、煮立った煮汁に魚を入れ、少ない煮汁なので、表面に汁をかけて凝固させ、落としぶたをした後、魚の様子を見ながら煮汁が動くだけの火加減の調節をこまめにしていた。魚を取り出す際に、表面の皮がはがれないように気を配り、頭を左、腹が前になるように皿に盛りつけた。観察と、出来上がりの作品から、「十分満足できる」状況であると判断した。



(3) 個に応じた指導の実際

ペアでの相互評価カードを生かしたアドバイス活動

実習を始めてしまうと、瞬時に全員を把握し、適切な指導は不可能に近い。そこで、ペアでのアドバイス活動を位置づけ、示範で確認した調理のポイントの記された相互評価カードを活用しながら、自分たちですすめる実習とした。

相互評価カード

	ポイント	
調理中	衛生	A B C
	安全	A B C
	臭み消し	A B C
食べて	身を入れるタイミング	A B C
	身の入る方中までしみこ	A B C
出来上がり 見て	火加減表面に適度な焦げ	A B C
	崩さず盛りつけ	A B C
食べて	中までしみこむ(煮る)	A B C
	表面に適度な焦げ かんだときに肉汁(焼く)	A B C

生徒一人一人の魚料理に対するアンケートの結果把握と予想される姿を生かした指導

予想される姿を机列表に明記しておいた。実習が始まると共に、1巡回中の机間指導にあたり、とくに「努力を要する」状況を示すだろうと思われる生徒には、「身を入れるタイミング」「身の入れ方」を問い、ペア2人に言葉で答えさせ、行動を見届けた。

2年4組「魚料理」実態、料理名、予想される姿一覧

1 梅しそあえ	ハンバーグ	3 蒲焼き	ハンバーグ	5 蒲焼き	みそ煮	7 黒酢煮	ハンバーグ
S 1 B	S 3 B	S 9 A	S 1 1 B	S 1 7 A	S 1 8 A	S 2 5 B	S 2 6 A
S 2 B	S 4 B	S 1 0 B	S 1 2 A	S 1 9 A	S 2 0 A	S 2 7 B	S 2 8 A
2 ハンバーグ	蒲焼き	4 ハンバーグ	香り煮	6 蒲焼き	梅しそ煮	8 蒲焼き	ハンバーグ
S 5 B	S 7 B	S 1 3 B	S 1 4 B	S 2 1 B	S 2 2 B	S 2 9 B	S 3 0 B
S 6 B 魚嫌い	S 8 B 魚嫌い	S 1 5 B	s 1 6 A	S 2 3 B	S 2 4 A	S 3 1 B	S 3 2 B

その結果、1巡回中全員が「おおむね満足できる」状況の様相を示していることを把握した。

授業の終末の学び合いの場で、魚嫌いの生徒に発表の機会を与えた。

「魚は嫌いだったけれど、初めて自分でさばいて料理したら、とてもおいしくて、全部食べられた」という感想を発表した。

指導と評価の一体化

2巡回中机間指導では、「調理中の魚の様子を自分の目で見て判断し、火加減の調節を行っている。」状況のペアはAと判断し、できているペアには「魚の様子を見て、火加減を調節しているね。」と認め励ます言葉かけをした。火加減を意識はしているBの生徒の一部も、教師のAへの言葉かけから、「魚の様子を見て」火加減を気にし始めた。観察しながら、火加減の調節をさせるようにした。

3巡回中机間指導では、「十分満足できる」状況へ高めるために、盛りつけ始めた生徒を観察し、必要なペアには、盛りつけ図を示し、「頭はどちら」かを問い、確認させた。

授業の終末の学び合いで、Aの生徒が料理を味わって、評価表に「かむと旨みがじわーっとでてきて、おいしかった」と書いていた。意図的指名をし、「どうしてうまくいったのか」を問い返すと、「熱したフライパンに身を入れ、身をよく見ながら火加減の調節をし、皮が崩れないように盛りつけた」と発表。全体の場で調理のポイントをもう一度振り返ることができた。

「自分で選んで健康づくり」(全8時間)

<次ユニットにむけて>

・食事調べ

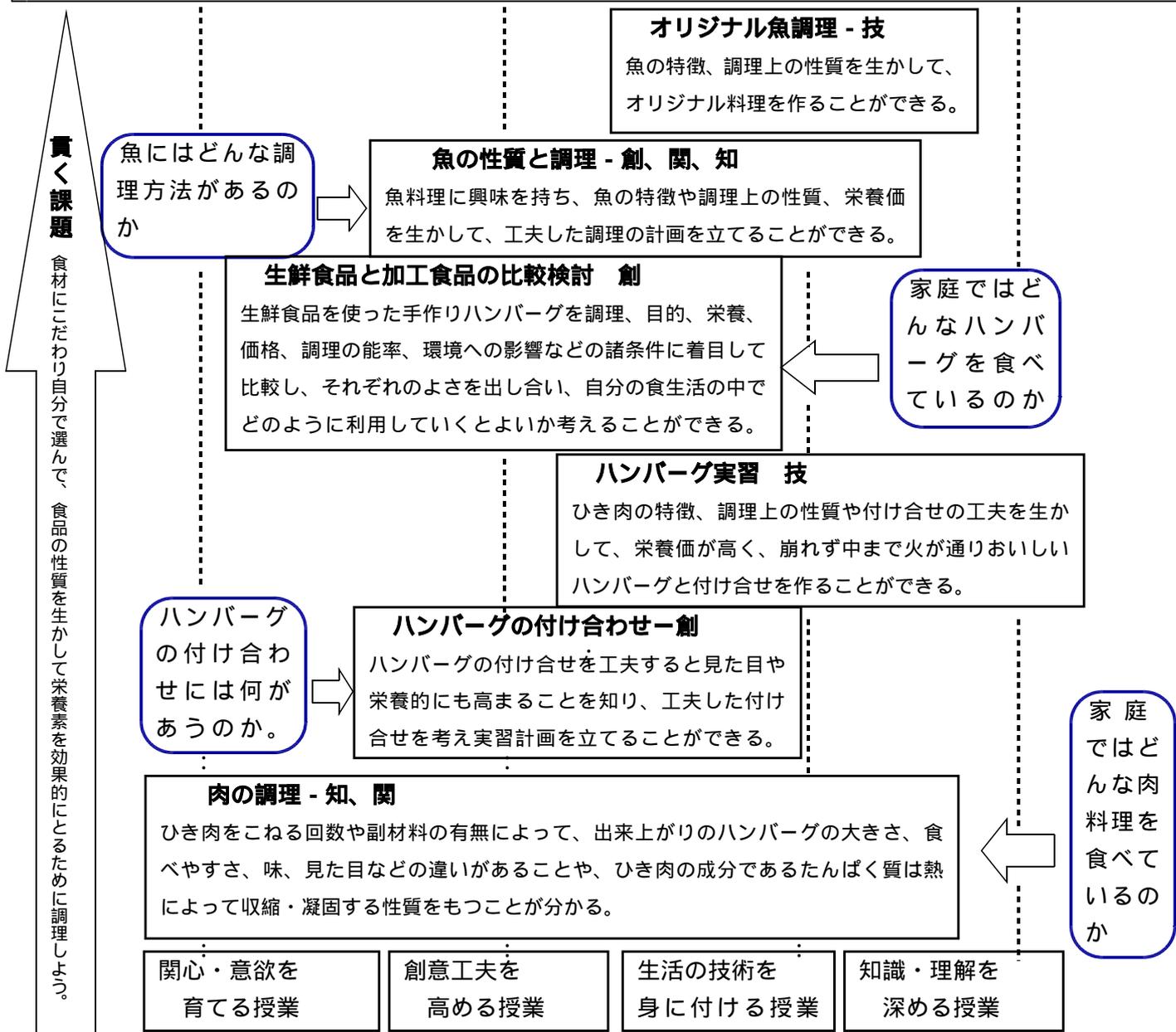
・現在の食糧事情

学習後の生徒の意識

- ・ハンバーグにいろいろな具や付けあわせを入れたら、栄養素のバランスもよく、おいしくできた。
- ・難しいと思っていたが、意外に短時間で魚の料理ができた。魚は健康にいいので手軽に食べるようにしたい。
- ・一つの食材でもいろいろな調理方法があると分かった。ほかのグループのものも家で実践してみたい。

《ユニットのねらい》

肉および魚の性質を理解し、性質を生かした調理の計画を立てることができる。
食品の特性を考え、安全・衛生面に気をつけて計画にそって能率的に調理実習を進めることができる。
学習したことを積極的に家庭での実践に生かしていこうとする態度を身に付ける。



学習前の生徒の意識

- ・食事の準備はほとんど家族に任せている。休日の昼食をたまに作るくらいだ。
- ・いろいろな調理ができるようになりたい。おいしくできるとよい。
- ・中学生に必要な栄養素の学習をしたことを調理実習に生かしていきたい。調理実習が楽しみだ。

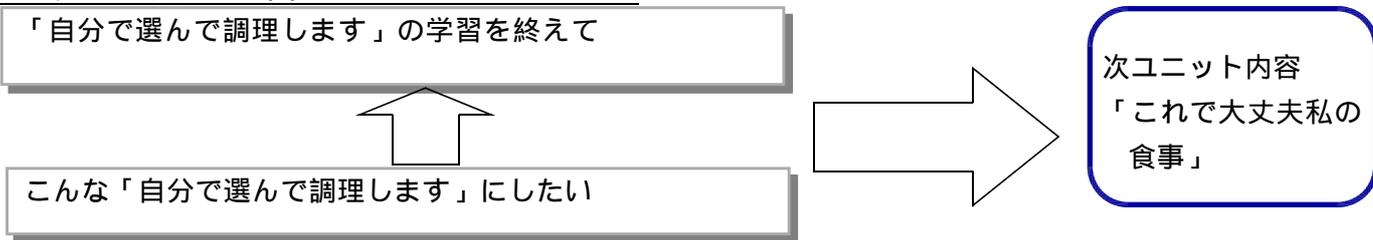
前ユニットについて

- ・野菜は、調理の仕方によって歯ごたえや味も変わってくることを実習を通して学び、健康のことを考えて食べようという意識をもち、実践している

資料2 生徒の評価表

2年生 家庭科 4「自分で選んで調理します 肉・魚」全8時間

2年 組 番



学習内容：肉の調理実験	ハンバーグのつけ合わせ	ハンバーグ実習	手作り，加工ハンバーグの比較	魚の性質	魚の調理計画	オリジナル魚料理
課題	課題	課題	課題	課題	課題	課題
自分の感想						
意欲 調理実験に興味・関心をもち、崩れずよく火の通ったおいしいハンバーグを作り、実験結果をまとめようとする。 知識 ひき肉の性質（塩を入れてこねると粘りが出る）やたんぱく質の性質（熱によって収縮・凝固する）が分かる。	工夫 ハンバーグに合うつけ合わせ（材料・切り方・調味・盛り付け方）の調理を工夫している。	技能 材料の形、加火、つけながらハンバーグを作り、盛り付けにも合わせて、付け合わせを作る。	工夫 目的、栄養、価格、調理の能率、環境への影響に着目し、根拠を明らかにし、加工、手作りハンバーグの良さを語り、自分の生活の中でどのように利用していくのか考えることができる。	知識 魚の栄養的特質や調理上の性質（塩をふると水分が出る、加熱で収縮色が変わる、煮崩れしやすい、臭い臭いがあがる）を利用して加熱の仕方が分かる。	工夫 魚の特別な性質を、魚の調理方法を工夫して、魚の味を生かす工夫を考えることができる。	技能 魚のたんぱく質や旨みを逃がさないようにして、それぞれの調理方法にあった魚料理を作ることができる。

評価は、すべてA，B，Cの三段階で。
A：完全にクリア B：ほぼクリア C：少し心配