

技術・家庭科（家庭分野）学習指導案

令和7年 月 日 第 校時

中学校 2年 組 名

指導者

1 題 材 名

「安全と衛生に配慮して肉の調理をしよう」 B(3)ア(ウ)イ

2 題材について

現在の日本の食生活を取り巻く状況として、調理済み食品やレトルト食品等が多く流通し、これらは中学生にとって身近な存在となっている。そのため、家庭で調理された食事に加え、できあがった食品を自ら選択して食べる機会が増加している。このような中で、中学生が生命と健康を維持し、心身の成長を支える食生活を実践することは重要である。

本学級の生徒は、家庭分野の学習に意欲的であり、特に食生活に関する学習については関心が高く、献立作成や調理実習に前向きな姿が見られる。一方、家庭での生活経験が乏しく、小学校で学習した内容を日常生活の中で実践している生徒は少ない。食べることへの関心は高いが、実際の調理実習の場面において、授業で考えた計画通りに動くことができない実態がある。令和7年5月に2年生を対象として実施した食生活アンケートの結果では、栄養バランスを整えた食事をしていると回答した生徒は80.3%であったのに対し、自分の健康を意識して食事をしていると回答した生徒は23.5%にとどまっていた。また、料理をしてくれる人がいない場合に自分で調理すると回答した生徒は44.7%であり、半数以上の生徒がインスタント食品や調理済み食品で食事を済ませている実態が明らかとなった。このことから、多くの生徒が健康に生きるための食品の選び方や調理の仕方を十分に意識することなく、食事を摂っていると考えられる。さらに、調理の安全や衛生の重要性については理解しているものの、どのような行動が安全で衛生的な調理につながるのかを具体的に意識し、実践している生徒は少ない。家庭で経験している加熱調理については、「焼く」が70.6%、「ゆでる」が52.9%、「炒める」が47.6%である。一方、「煮る」は32.9%、「蒸す」は10.0%と低く、調理方法の幅が限られていることが分かる。

そこで、本題材ではなぜその調理方法を選択するのかという根拠を考察しながら学習を進める。前半では、肉の調理についての基礎的・基本的な知識を身に付け、加熱による変化や安全と衛生に留意した肉の扱い方について理解を深める。後半では、これまでの学習で身に付けた知識及び技能を活用し、調理実習の計画を立てて実習を行うことで、安全と衛生に配慮した調理ができるようにするとともに、材料に適した加熱の仕方について理解できるようにする。さらに、調理することの喜びを味わうことで、自ら調理することへの意欲を高め、食生活への関心を深めるとともに、日常生活において主体的に実践しようとする態度を育成したいと考える。

指導にあたっては、食品の選択や調理の仕方、調理計画について考え、工夫できるよう実践的・体験的な活動を取り入れる。具体的には、中学生の1食分の調理を取り上げ、日常生活に即した調理にそれらを取り入れることで、学習内容を生活と結びつけて理解できるようにする。また、一連の学習過程において振り返りの場を設定し、自らの学びを見つめ直すことで、主体的に学習に取り組む態度の育成を図る。調理計画を立てる際には、調理に関する書籍やインターネッ

ト、掲示物等を活用できる環境を整えたり、ワークシートを参考にしたりすることで生徒一人一人が自分に適した学習方法を選択することができるようにすることで、個別最適な学びを促す。さらに、調べた内容を班で共有し、意見交換を通して調理手順を一つにまとめ、根拠を明確にした具体的な調理計画を作成する。その後、クラス全体で計画を共有し、他班の考えを取り入れて調理計画を見直す活動を設定し、協働的な学びへとつなげる。また、ICTを効果的に活用し、思考や判断の根拠を可視化したり、考えを共有したりする活動を通して、調理計画の完成度を高めると共に課題解決に向けて粘り強く取り組むことができるようにする。

このように、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を図り、ICTを効果的に活用することで、「主体的・対話的で深い学び」の実現を図り、技術・家庭（家庭分野）における資質・能力の確実な育成につなげていきたい。

3 題材の目標

- 材料に適した加熱調理の仕方について理解するとともに、基礎的な日常食の調理に係る技能を身に付ける。 （知識及び技能）
- 日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなどして課題を解決する力を身に付ける。 （思考力、判断力、表現力等）
- よりよい生活の実現に向けて、1食分の調理について課題の解決に主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し創造し、実践しようとする。 （学びに向かう力、人間性等）

4 題材の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
材料に適した加熱調理の仕方について理解しているとともに、基礎的な日常食の調理が適切にできる。	日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。	よりよい生活の実現に向けて、日常食の調理について、課題の解決に主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し創造し、実践しようとしている。

5 指導と評価の計画（全5時間）

- (1) 肉の調理を見つめてみよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1時間
- (2) 肉の調理にチャレンジしよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3時間（本時2／3）
- (3) 肉の調理をマスターできたかな・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1時間

時間	○ねらい ・学習活動	評価規準（評価方法）		
		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
1 B(3) イ	<p>○今までの自分の調理経験や授業実践をもとに、食品の選択や調理の仕方、調理計画に関する問題を見いだして課題を設定することができる。</p> <p>・アンケートや生活経験から、個々の課題を設定する。</p>		<p>①日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について問題を見いだして課題を設定している。</p> <p>（活用シート）</p>	<p>①よりよい生活の実現に向けて、日常食の調理について課題の解決に主体的に取り組もうとしている。</p> <p>（活用シート） （ワークシート）</p>
安全で衛生的に調理ができるようになるう				
2 3 B(3) ア(ウ) イ	<p>○肉を主菜とした調理の仕方を理解し、安全面・衛生面を考慮した調理計画を立てることができる。</p> <p>・肉を主菜とした1食分の献立を考える。</p> <p>・安全面・衛生面を考慮した調理計画を考え、工夫する。</p> <p>・食品の選択や調理の仕方、調理計画について根拠を示して検討する。</p> <p>・これまでの実習を振り返り、できなかったところを改善できるよう計画を考え工夫する。</p>		<p>②日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について考え、工夫している。</p> <p>（ワークシート） （活用シート）</p>	<p>②よりよい生活の実現に向けて、日常食の調理について課題解決に向けた一連の活動を振り返って改善しようとしている。</p> <p>（活用シート） （行動観察）</p>
4 B(3) ア(ウ)	<p>○肉についての調理の仕方を理解し、適切に調理することができる。</p> <p>・安全と衛生に留意して調理する。</p> <p>・実習について、評価・改善する。</p>	<p>①材料（肉）に適した加熱調理の仕方について理解し、基礎的な日常食の調理が適切にできる。</p> <p>（ワークシート） （行動観察）</p>	<p>③日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について、実践を評価したり、改善したりしている。</p> <p>（ワークシート） （活用シート）</p>	

5 B(3) イ	○題材を振り返り、考えたことを分かりやすくまとめることができる。 ・これまでの学習を振り返り、今後の実践に向けて考えたことをまとめる。		④日常の1食分の調理についての課題解決に向けた一連の活動について考察したことを論理的に表現している。 (活用シート)	③よりよい生活の実現に向けて、日常食の調理について工夫し創造し、実践しようとしている。 (活用シート)
----------------	--	--	---	--

6 本時の学習

(1) 本時の目標

ハンバーグを主菜とする1食分の調理実習に向けて、これまでの学習や実習を振り返り、安全面・衛生面を考慮した調理計画を立てることができる。【思考力、判断力、表現力等】

(2) 展開

学習活動	指導の手立て	評価規準・評価方法
1 本時の学習課題を確認する。	○ハンバーグをつくることを確認する。	日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について考え、工夫している。 【思考・判断・表現】 ※ワークシート ※活用シート
安全で衛生的にハンバーグをつくるための調理計画を立てよう		
2 日常食の調理における調理の仕方、調理の計画について考える。	○前時で学んだ肉の調理上の性質等の知識を活用し、調理計画について考えるように助言する。 ○掲示物や料理本、1人1台端末、これまでのワークシートなども参考にしよう助言する。 ○調理する過程において、具体的な作業内容や根拠を書き加えることで実習をイメージできるようにする。 ○グループでの話し合いや各班の発表により、調理のポイントについて気付くことができるようにする。	
3 本時を振り返り、次時につなげる。	○各自のワークシートに気付いたことを加筆することができるようにする。	

(3) 評価及び指導（手立て）

「十分満足できる」状況（A）と判断される具体的な例	これまでの学習を振り返り、調理の仕方について根拠をもって具体的に考えるとともに、環境への配慮や作業台の片付けなども含め、これまでの調理実習でできなかったことを改善する視点を加えた、効率的な調理計画を立てることができている。
「おおむね満足できる」状況（B）を実現するための具体的な手立て	<ul style="list-style-type: none"> 調理の仕方のワークシートや調理の手順、集めている資料等から、計画の根拠となる内容を一緒に確認する。 他班の発表を参考に改善するよう促し、ICTにまとめた内容について注目するポイントを伝える。