

『VIEW21』高校版・2019年度「実践AL」授業デザインシート

【教科・科目】	家庭科・家庭基礎
【分野・単元】	食生活と自立 調理の基礎(調理実習・調理実験)
【テーマ・作品】	りんごを用いた廃棄率計算
【設定時数】	全20時間(今回の取材対象は19・20時間目の授業)
【単元の目標】	1 りんごの栄養成分とその特徴を知る。2 廃棄率について理解する。3 皮のむき方(技術)を習得する。

時数	学習内容	自校の生徒の特性を踏まえた各時間における教育目標(身につけさせたい資質・能力)	左記の資質・能力の「学力の3要素」への分類	授業の大まかな流れ	授業における3つの視点の学びに対する指導内容・教師の配慮			育成を目指す資質・能力の評価方法
					主体的な学び	対話的な学び(教師による場づくりへの配慮)	深い学び(教師による思考の活性化・深化への配慮)	
1	調理実習1「厚焼き卵」	・食品の安全と衛生について理解している。 ・食品の特徴について理解している。 ・加熱調理において火加減の調節ができる。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・1人2個の卵を使って「厚焼き卵」を作る(調味料:砂糖、塩、しょうゆ)。 ・盛り付け・配膳する(できあがった厚焼き卵を切り、皿に盛り付ける)。 3<評価> ・配膳された厚焼き卵の評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリント(ノート貼付済)に記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理を見ることにより、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・食品の安全及び衛生的に扱う意識を養うことができるよう卵の生産から流通、食品衛生(食中毒)の観点からも説明をする。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・盛り付け、配膳された「厚焼き卵」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
2								
3	調理実習2「コンソメジュリエンス」	・野菜の扱い方と切り方を理解している。 ・洋風だし(コンソメ)を使った調理ができる。 ・スープの配膳(食器)と食事マナーを理解している。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・だしでスープを作る(材料:小麦粉、卵、サラダ油、ベーキングパウダー)。 ・調味料:コンソメ、塩、しょうゆ。 ・盛り付け・配膳する(出来上がったスープをスープカップに盛り付ける)。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・配膳されたスープの評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリント(ノート貼付済)に記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・スープの配膳やスープの飲み方、カトラリーの説明を加えることにより、食事マナーも意識できるようにさせる。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・盛り付け、配膳された「コンソメジュリエンス」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行い、点数を告知する。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
4								
5	調理実験1「卵の調理特性を知る(マドレーヌ)」	・卵の調理特性を理解している(熱凝固性、気泡性、乳化性、希釈性)。 ・オープンを使い方を理解している。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・1人でマドレーヌを作る(材料:小麦粉、卵、サラダ油、ベーキングパウダー、香料)。 ・焼き上げ→熱したオープンで焼く。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・焼き上がったマドレーヌを一番良くできたと思うものを提出する。(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントに記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・「マドレーヌ」の由来やマドレーヌのアレンジ方法を説明することにより、今回の経験への意欲を促す。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・生徒が提出した「マドレーヌ」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
6								
7	調理実習3「ふくさ包みサラダ」	・卵を薄く焼くことができ、具材を包むことができる。 ・野菜の千切りができる。 ・中華ドレッシングを作ることができる。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・薄焼き卵を作る(材料:卵、でんぷん、水)。 ・具材を千切りにする(材料:かま、きゅうり、もやし)。 ・中華ドレッシングを作る(材料:酢、砂糖、しょうゆ、ごま油)。 ・薄焼き卵で具材を包み、配膳する。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・配膳されたふくさ包みサラダの評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントに記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・例えば、「きゅうり」の板ずりという処理において、緑色が鮮やかになる。表面がなめらかになる。調味料がしみ込みやすくなる。アクが抜けるなどの効果があることを説明し、調理と科学の関連性についても触れる。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。 ・市販されているドレッシングなども自分で行うことと経済的だけでなく塩分や油分の調整ができることを説明する。	・盛り付け、配膳された「ふくさ包みサラダ」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
8								
9	調理実習4「炊飯 おにぎり」	・ガスでご飯を炊くことができる。 ・おにぎりを作ることができる。 ・炊飯時の火力調節ができる。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・洗米及び吸水させた米を各炊き土鍋に入れてご飯を炊く。 ・炊き上がったご飯を計量する。 ・ご飯全体を3等分し、3個のおにぎり(材料:米、塩)を作る(丸型、三角型、俵型)。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・作ったおにぎりを配膳し評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントに記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・でんぷんの糊化、老化、保存方法なども確認することにより、主食である米の特性を再確認するよう促す。 ・おにぎりを作るときの塩は「手塩」ともい、「手塩にかけて育てる」とも関連していることを説明する。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・盛り付け、配膳された「おにぎり」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
10								
11	調理実験2「寒天とゼラチンの違い(オレンジババロア)」	・寒天とゼラチンの違いや特徴を理解している。 ・ゼラチンの扱いを理解し、オレンジババロアを作ることができる。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・オレンジババロアを作る(調味料:砂糖、生クリーム、牛乳、オレンジジュース、ゼラチン)。 ・ゼラチンの調理特性を理解し、おにぎりを作る。 ・盛り付け・配膳する(できあがったババロアを器から取り出し盛り付ける)。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・配膳されたオレンジババロアの評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項及びレポートを作成し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・ゼラチンと寒天の寒天成分、調理法、食感の違い等を調べさせ、実際の調理(ゼラチン)においてその特性を理解するよう促す。 ・同じような材料を用いたものに「プリン」があるがプリンは卵の熱凝固性を利用したものであることを説明する。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・提出された「オレンジババロア」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項・採点レポートは、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
12								
13	調理実習5「マカロニグラタン」	・ホワイトソースを作ることができる。 ・具材を炒める時の火加減を調節できる。 ・オープン調理を理解している。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・ホワイトソースを作る(小麦粉、バター、牛乳)。 ・ホワイトソースに具材(ゆでマカロニ、下調理具材)を混ぜて器に盛り、チーズとパン粉を乗せてオープンで焼く。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・配膳されたマカロニグラタンの評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントに記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・本来ホワイトソースの基本材料は、小麦粉、バター、牛乳であるが、バターを使わずにサラダ油でもできることを体験させ、家庭でも応用・活用するよう促す。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・盛り付け、配膳された「マカロニグラタン」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
14								
15	調理実習6「茶碗蒸し」	・卵の希釈性について理解している。 ・「湯煎法」を理解している。 ・鶏肉の部位の名称や適した調理を理解している。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・鶏ささみ肉に下味をつけておく(調味料:しょうゆ、酒)。 ・しいたけ(飾り切り)、みつば、葉を整えておく。 ・卵液(だし、卵、塩、みりん、しょうゆ)をつくる。 ・湯せん法で加熱し、盛り付け・配膳する。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・配膳された「茶碗蒸し」の評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントに記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・飾り切りを習得することにより、視覚効果をプラスした、より豊かな食生活を営めるよう促す。 ・高齢者や乳幼児にとって食しやす調理は何かを考えさせるきっかけとする。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・盛り付け、配膳された「茶碗蒸し」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
16								
17	調理実習7「豚肉と野菜の炒め物」	・豚肉の下処理について理解している。 ・でんぷんを用いた「とろみ」のつけかたを理解している。 ・野菜の切り方(短冊切り)ができる。 ・中華料理の「高温短時間調理」を理解している。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明及び範疇調理をする。 2<調理>(完全一人調理:調理台(純口2枚、ガスコンロ2口)に2名配置) ・豚肉の下処理をする(塩、こしょう)。 ・野菜を短冊切りにする(玉ねぎ、にんじん、しいたけ、たけのこ)。 ・材料を炒め、水溶き片栗粉でとろみをつけ、器に盛り付ける。 ・作り方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価> ・配膳された「豚肉と野菜の炒め物」の評価(調理過程、加熱状態、できばえ等)。(評価者:教員) 4<振り返り> ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントに記入し、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・高温短時間調理の特徴(切り方を揃える、栄養素の損失が少ない等)を理解することにより、ライフステージに応じた食生活管理ができるよう促す。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・盛り付け、配膳された「豚肉と野菜の炒め物」を生徒の目の前で採点・評価(技能)を行う。 ・プリントに記入した実習の反省(振り返り)事項は、実習後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
18								
19	調理実験3「りんごを用いた廃棄率計算」	・りんごの主な品種や栄養的特徴を理解している。 ・食品の廃棄率を理解している。 ・りんごの皮をむくことができる。	知識 技能 主体性 協働性	1<全体説明>本日の学習内容について説明をする。 2<りんご>食品の廃棄率について ・アクティブラーニングにより、りんごの廃棄率についての調べ学習をする。 ・りんごの皮むき(廃棄率の確認) ・一人1個のりんごの皮をむき、廃棄率を計算する。 ・包丁の使い方がわからない場合は友達に確認する。 3<評価>振り返り ・個人ごとに試食のあと、振り返り事項をプリントにまとめ、提出する。	・自力で調理することにより、調理過程の組み立てや味加減、火加減の調節をできるようにさせる。 ・自力で調理することにより、食品を安全かつ衛生的に扱う意識を高める。 ・自力で調理することにより、日常の食生活の振り返りと食生活を改善・向上させる意欲を育てる。	・節範調理により、対話しながら調理過程の確認ができるよう促す。 ・食品の廃棄率を理解することにより、食品を無駄なく使う意識や食品ロス概念を養うよう促す。	・調理過程の失敗経験により、次回成功への意欲を養いつつ、失敗原因を探索させる。 ・調理の成功体験により、家庭でも実践してみよう促す。 ・生徒自身の食生活を見直したり、家族の食事にも配慮できる行動力を身につけるよう促す。	・標準廃棄率以下で皮をむけたかどうかを評価をする。 ・ノート及びプリントに記入した学習の内容と実験後の反省(振り返り)事項は、実験後回収し、授業への関心・意欲・態度として評価をする。
20								