

## 2 指導案

「塩分を減らす工夫を見付けよう」(本時3/8)

### (1) 目標

- ・実習に意欲的に取り組み、自分の好みの味と健康的な塩分濃度について体感することができる。(知識・理解)
- ・塩分を抑えるためのだしの役割やだしの種類について理解することができる。(知識・理解)

### (2) 指導過程

学習時間	学習活動	教師の支援	評価と方法
導入 20分	1 本時の学習目標を知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">健康的でおいしいだし汁を見付けよう</div> 2 2種類の液体を観察し、違いを見付ける。 A 塩分濃度0.8%の塩水 B 塩分濃度0.8%のだし汁	<ul style="list-style-type: none"> <li>・色だけでなく、香りの違いにも着目させることで、香りもおいしさを感じる重要な要素であることに気付かせる。</li> <li>・塩水とだし汁を飲み比べることで、だしのうまみがあれば、塩分が少なくてもおいしく感じることに気付かせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2種類の液体の比較を通して、だしの役割について興味をもつことができたか。(ワークシート)</li> </ul>
展開 25分	4 だしによる違いを調べる。 ・こんぶだし } 塩分濃度 ・かつおだし } × 0.8% ・混合だし }	<ul style="list-style-type: none"> <li>・代表的な3種類のだしを用意し、色、味、香りを比較させることで、それぞれのだしの特徴を理解させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・だしの役割や特徴について理解し、自分の好みの味を見付けることができたか。(ワークシート)</li> </ul>
5 塩分濃度による違いを調べる。 ・塩分濃度0.8%と1.2%	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2種類の塩分の違いを味わうことで、健康的な塩分濃度について体感させる。</li> </ul>		
6 3種類のだしの中から、自分の好みにあった味を見付ける。 ・こんぶだし } 塩分濃度 ・かつおだし } × 0.8% ・混合だし }	<ul style="list-style-type: none"> <li>・次時の調理実習では、自分が選んだだし汁ですまし汁を作ることを伝え、意欲的に活動に取り組ませる。</li> </ul>		
7 その他のだしについて知る。 ・さば、いわし、煮干し ・しいたけ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・海産物や野菜からだしが取れることを知ることで、日本の伝統的な食文化を理解する。</li> </ul>		
まとめ 5分	8 実習を通して気付いたこと、分かったことをまとめ、発表する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・だしの役割や好みの味について発表させ、次時の調理実習の計画へつなげる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気付いたことや分かったことをまとめることができたか。(ワークシート)</li> </ul>

### (3) 評価

- ・だしによる味の違いと健康的な塩分濃度を知り、次時の実習で使うだしを選ぶことができたか。(ワークシート)
- ・だしの比較の結果をまとめ、だしの役割や特徴について理解することができたか。(ワークシート)

### だしの比較

