

3 題材の目標及び題材構想

「和食の魅力再発見」～無形文化遺産に登録された和食を知ろう～（15時間完了）

(1) 題材の目標

- ① 「和食」に関心をもち、自分の生活に取り入れようとする。
(生活や技術への関心・意欲・態度)
- ② 行事食や郷土料理の役割について理解し、自分の生活に取り入れる工夫をしている。
(生活を工夫し創造する能力)
- ③ 基本的な調理技術を生かし、調理実習を行うことができる。
(生活の技能)
- ④ 「和食」の特徴について理解する。
(生活や技術についての知識・理解)

(2) 評価規準

生活や技術への関心・意欲・態度…【関】	無形文化遺産に登録された「和食」に関心をもち、自分の生活に取り入れようとしている。
生活を工夫し創造する能力…【工】	行事食や郷土料理の役割について考え、自分の生活に取り入れる工夫をしている。
生活の技能…【技】	基本的な調理技術を生かし、調理を行うことができる。
生活や技術についての知識・理解…【知】	無形文化遺産に登録された「和食」について理解している。

(3) 題材構想

各過程のねらい	時数	学習活動	教師の支援・留意点☆評価規準
○「和食」に関心を持ち、考える。 。 ○無形文化遺産に登録された「和食」の特徴について理解する。	1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「和食」って何だろう</div> <p>1 外国人観光客に「『和食』を食べたいが、何を食べたらいいか」と聞かれた場面を想定し、どのように答えるかを考える。</p> <p>2 和食と聞いてイメージすることを発表する。</p> <p>3 無形文化遺産に登録された「和食」の特徴を知る。 【「和食」の特徴】 ①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重 ②健康的な食生活を支える栄養バランス ③自然の美しさや季節の移ろいの表現 ④正月などの年中行事との密接な関わり (参考：農林水産省ウェブページ)</p> <p>4 外国人観光客の質問に、どのように答えるか考え、発表する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「和食」が無形文化遺産に登録され、世界から注目されていることに触れ、外国人観光客から「和食」について聞かれている場面について考えさせる。 ・「和食」について疑問をもつ生徒の声を拾い、「和食」についての関心を高める。 ☆「和食」に関心を持ち、イメージすることができる。(活動の様子)【関】 ・「和食」の特徴を理解しやすいよう、料理名、栄養面、盛り付け、行事食などに分類をして意見を板書する。 ・「無形文化遺産」として2013年12月に登録された「和食」は、料理だけを指すのではなく、日本の食文化を指すことを理解させる。 ☆「和食」の特徴を理解している。(活動の様子・ワークシート①)【知】

○「和食」について関心を持ち、気付いたことを発表できる。

○「和食」の基本型について理解する。

○出汁のよさに気付く。

○盛り付けの演出効果について理解する。

もっと知りたい和食のこと

5 「和食」の写真を見て、気付いたことを発表する。

- ・健康によさそう
- ・少しずつさまざまな食材が使われている
- ・油っぽくない
- ・魚が多い
- ・ご飯とみそ汁が付いている
- ・見た目がよい
- ・食材の色が生きている
- ・盛り付けの器が美しい
- ・葉や花が飾ってある
- ・切り方が工夫されている
- ・季節や行事に合わせている

6 「和食」の基本型（一汁三菜）について知る。

- ・おかずが3品あり、栄養バランスがよい
- ・山海の幸など、その土地の旬の食材を使っていて栄養価が高い

7 出汁について知る。

塩水と出汁を飲み比べて、出汁のよさに気付く。

- ・「旨み」を感じる
- ・塩水より塩味を濃く感じる
- ・香りがよい

- ・旨みや香りが食材の味を引き立てる
- ・塩など調味料を少なくでき、健康によい
- ・食材の色が生きる

8 盛り付けの演出効果を知る。

「つまもの」「器」「飾り切り」の効果について理解する。

- ・赤い紅葉は秋、緑は夏を感じる
- ・ガラスの器は涼しさを感じる
- ・木の器はぬくもりがある
- ・器を豪華にすると、お祝いに使える
- ・つまものがあると美しい

- ・盛り付けの工夫により、季節感や行事、日本の美しさを感じる
- ・手間をかけて、もてなしていることが伝わる
- ・食事を楽しむことができる
- ・器で雰囲気に変化する

- ・豪華な「和食」だけでなく、一汁三菜を基本とした和定食などの写真も提示する。

☆和食の特徴について考え、発表することができる。（ワークシート②）【知】
（活動の様子）【関】

- ・「和食」の特徴「②健康的な食生活を支える栄養バランス」と結び付けて話をする。

- ・「和食」の特徴「①多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重」と結び付けて話をする。

- ・出汁により、旨みを生かすことで調味料の使用量が少なくなり健康によいことや、食材の色を生かしやすくなることに気付かせる。

- ・参考) 愛知エースネット 技術・家庭「和食大好き」の指導案「塩分を減らす工夫を考えよう」

<http://www.aichi-c.ed.jp/contents/gika/kateika/kb39/sidouan.pdf>

☆出汁のよさに気付くことができる。

（ワークシート②）【知】

- ・「和食」の特徴「③自然の美しさや季節の移ろいの表現」と結び付けて理解できるようにする。

- ・「和食」の特徴「④正月などの年中行事との密接な関わり」と結び付けて理解できるようにする。

- ・季節感や行事と関連のある盛り付けや切り方が特徴的な料理の写真を掲示して、考えさせる。

- ・愛知県は「つまもの」の生産量が多いことにも触れる。

☆盛り付けの工夫に気づき、演出効果について理解している。

（ワークシート②）【知】

<p>○身近な和食の盛り付けを工夫する。</p>	<p>1</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「和食」の盛り付けを極めよう</div> <p>9 調理実習の献立と、本時の学習内容（盛り付けの工夫を考える）を確認する。</p> <p>10 飾りがある和食と、飾りがない和食の写真（資料①）を見て、感じたことを発表する。</p> <p>11 飾り切りを練習する。</p> <p>12 「和食」の特徴を踏まえ、盛り付けの工夫を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理実習の献立は、全体的に茶色っぽいから、緑や赤の飾りを入れるといい。 ・笹の葉が家にあるし、和食らしい。 ・紅葉の葉の飾りが多いな。 ・れんこんは、花型に切ると美しいな。 <p>13 考えた盛り付けの工夫をグループの中で発表し合い、盛り付け方を決定する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・実習を行う献立については、盛り付けの工夫を考えやすいものや、切り方や調理方法など学習内容に合わせたものを取り入れる。 （例）「青菜の卵とじ」「茶わん蒸し」「きんぴらごぼう」「れんこんのはさみ焼き」 ・自分の生活に取り入れることができるよう、飾り切りは簡単なものにする。 （例）ゆずの皮の松葉 花型れんこん 花型ラディッシュ ※ラディッシュは技術分野の生物育成の授業と連携可能。 ・時間がない場合は、教師が示範する。 ☆切り方の手順を理解し、安全に留意して実習を行っている。 （活動の様子）【技】 ・自分の生活に取り入れることができるよう、身近なもの（食材、器、飾り）を中心に考えさせる。 ・「和食」の献立を考えるときに用いた資料を参考に、工夫を考えさせる。 <p>☆身近なものを用いて、和食の盛り付けの工夫を考えることができる。 （ワークシート③）【工】</p>
<p>○基本的な調理技術を生かし、安全、衛生に留意し実習を行う。</p>	<p>4</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">和食を作ろう</div> <p>14 実習の計画を立てる。</p> <p>15 「青菜の卵とじ」「きんぴらごぼう」「茶わん蒸し」「れんこんのはさみ焼き」の調理を行う。</p> <p>16 各グループの盛り付けを見る。</p> <p>17 試食をし、感想を記入する。</p>	<p>☆基本的な調理技術を生かし、安全、衛生に留意し実習を行っている。 （活動の様子）【技】</p> <p>☆和食を踏まえた盛り付けの工夫を自分の生活に取り入れようとしている。 （ワークシート③）【関】</p>
<p>○「和食」の特徴を踏まえた献立を考える。</p>	<p>2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「和食」の献立を考えよう</div> <p>18 グループで話し合い、三つのポイントを踏まえ「和食」の献立を考える。</p> <p>①見たい目 自然の美しさや季節の移ろいの表現</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・資料として、「つまもの」「器」「飾り切り」や「旬の食材一覧」などを各グループに配付する。

		<p>②栄養のバランス 一汁三菜, 多様な食材 (食材の種類数)</p> <p>③食材の活用の仕方 旬の食材や地域の食材の使い方</p> <p>19 考えた献立を発表する。</p> <p>20 各グループの献立を評価する。</p> <p>21 各グループの献立についてよい点や改善点を見つけアドバイスを発表する。</p> <p>22 「和食」の特徴を踏まえた献立を個人で考える。</p>	<p>☆意欲的に話し合いに参加し, 献立を考えている。 (活動の様子) 【関】</p> <p>・「和食」への理解を深め, 献立にさまざまな工夫ができるよう, グループで話し合った後に, 個人で献立を考えさせる。</p> <p>☆三つのポイントを踏まえて, 和食の献立を考えることができる。 (ワークシート④) 【知・工】</p>
<p>○行事食や郷土料理の意義や役割を理解する。</p>	1	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">行事食, 郷土料理を知ろう</p> <p>23 知っている行事食を発表する。</p> <p>24 愛知県の郷土料理にはどんなものがあるか, どのようないわれがあるかを発表する。</p> <p>25 行事食や郷土料理の役割について考え, 発表する。</p> <p>26 行事食や郷土料理を自分の生活に取り入れる工夫を考える。</p>	<p>・行事食, 愛知県の郷土料理について, 事前に調べさせておく。</p> <p>・参考) 「食育ネットあいち」 (http://www.pref.aichi.jp/shokuiku/shokuikunet/)</p> <p>・行事食や郷土料理には, 地域の食材を生かしておいしく調理したり, 保存したりする工夫が食文化として受け継がれていることを理解できるようにする。</p> <p>☆行事食や郷土料理の意義や役割について理解している。 (ワークシート⑤) 【知】</p> <p>☆行事食や郷土料理を自分の生活に取り入れる工夫を考えることができる。 (ワークシート⑤) 【工】</p>
<p>○基本的な調理技術を生かし, 実習を行う。</p> <p>○「和食」や地域の食材を自分の生活に取り入れようとする。</p>	2	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">郷土料理を作ろう</p> <p>27 菜飯と豆腐田楽の調理を行う。</p> <p>28 試食し, 感想を書く。</p> <p>29 感想を発表する。</p>	<p>・生徒の学習意欲を高めるために, 実習の献立は, 生徒が調べた行事食や郷土料理から選ぶとよい。</p> <p>☆基本的な調理技術を生かし, 安全, 衛生に留意し実習を行っている。 (活動の様子) 【技】</p> <p>☆和食や地域の食材を自分の生活に取り入れようとしている。 (ワークシート⑥) 【関】</p>
	2	<p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">地域の食材を調理しよう</p> <p>30 メヒカリの干物を作る。 みかん大福を作る。</p> <p>31 試食し, 感想を書く。</p> <p>32 感想を発表する。</p>	