

1 題材名 魚の調理名人になろう

2 題材の目標

魚についての調査や「あじのかば焼き」の調理などを通して、魚の調理について関心をもち、魚の性質や栄養、鮮度の見分け方、調理法についての基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、魚の調理上の性質を生かした調理の工夫ができるようにする。

3 題材の評価規準

生活や技術への関心・意欲・態度	生活を工夫し創造する能力	生活の技能	生活や技術についての知識・理解
魚の調理に関心をもち、調理技術を習得しようとしている。	基礎的な魚の調理について、調理に必要な手順や時間を考えて計画したり、魚の調理上の性質を生かした調理を工夫したりしている。	安全と衛生に留意し、調理の目的に合った基本的な調理操作ができる。	魚の調理上の性質や栄養、鮮度の見分け方について理解している。

4 題材について

(1) 題材観

本題材は、中学校学習指導要領の内容「B 衣食住の生活(3)ア(エ)」を受けて設定する。ここでは、地域の食材を用いた和食の調理を扱い、地域の食材のよさや食文化について理解し、それらを用いた和食の調理ができるようにすることをねらいとしている。

小学校家庭科で学習した「B 衣食住の生活」の内容(3)「調理の基礎」を踏まえ、魚を中心に日常よく用いられる食品を取り上げ、基本的な調理操作や食品の衛生的な扱い方が習得できるように工夫していきたい。

(2) 生徒観

(省略)

(3) 指導観

本時では、導入でさまざまな種類の魚の写真を見せ、その魚の名称と外見とを一致させる活動を通して、食用魚への興味・関心を高めたい。また、買ったばかりの新鮮ないわしと買ってから2日間外に置いて古くなったいわしの写真を比較することで、グループ内で対話しながら見た目からの良否を見分けられるようにする。生徒一人一人が魚の鮮度を見分けたり、調理法などの技能を身に付けたりし、これからの家庭での実践へとつなげていきたい。

5 題材の指導計画（4時間扱い）

時	学習内容・活動	関	思	技	知	観点別評価規準
1 本時	魚の調理上の性質と栄養、鮮度について考えよう。				○	魚の調理上の性質や栄養、鮮度の見分け方について理解している。
2	あじのかば焼きの調理計画を立てよう。		○			基礎的な魚の調理について、調理に必要な手順や時間を考えて計画したり、魚の調理上の性質を生かした調理を工夫したりしている。
3 4	2人で協力して、おいしいあじのかば焼きを作ろう。	○		○		魚の調理に関心をもち、調理技術を習得しようとしている。 安全と衛生に留意し、調理の目的に合った基本的な調理操作ができる。

6 本時の指導

(1) 目標

日常に見知っている魚を改めて見つめる活動を通して、魚の調理上の性質や栄養、鮮度の見分け方について理解する。

(2) 準備・資料

ワークシート、さまざまな種類の魚の写真、グラフ「魚の栄養」、新鮮ないわしと古いわしの写真、魚料理の写真、発表用ボード、ペン

(3) 展開

学習活動・内容	指導上の留意点 (◎評価)
<p>1 日常的に食べている魚について確認をする。</p> <p>(1) 日常的に食べている魚を挙げる</p> <p>(2) 魚当てクイズをする。</p> <p>2 本時の学習課題を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>魚の調理名人になろう① ～魚の調理上の性質と栄養、鮮度について～</p> </div> <p>3 魚の調理上の性質と栄養について知る。</p> <p>(1) 魚当てクイズで使った魚を白身魚と赤身魚の二つのグループに分ける。</p> <p>(2) ヒラメとまいわしの栄養のグラフから、魚に含まれる栄養素について考える。</p> <p>(3) 魚料理のレシピを見て、なぜ魚は最初に焼き色をつけたり、表面を固めたりするのか話し合う。</p> <p>4 魚の鮮度を見分け、それぞれの魚に適した調理法を考える。</p> <p>(1) 2枚の写真を見て、鮮度のいい魚と古い魚の違いを見つける。</p> <p>(2) 全体で共有する。</p> <p>(3) 新鮮な魚とくさみの強い魚に適した調理法を考える。</p> <p>5 本時の振り返りを行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>魚を選ぶときは鮮度を見分けて選ぶことが大切である。鮮度の見分け方のポイントは、目やえらの色、ドリップなどで確認でき、ほとんど全ての魚で同様である。</p> <p>また、調理法を工夫することで、くさみを減らし、見た目も味もよい料理にできる。</p> </div>	<p>・思いつかない生徒には、給食で食べている魚の名前を思い出すよう助言する。</p> <p>・魚当てクイズをすることで、本時の学習への意欲を引き出したい。</p> <p>・白身魚と赤身魚を考えるためのヒントになるように、魚当てクイズで使った魚の写真の裏に、切り身にしたときの写真を載せる。</p> <p>・白身魚と赤身魚に含まれる栄養の違いに気付くことができるように、注目する栄養素を全体で確認しながら限定する。</p> <p>・一人で考えることが難しい場合には、グループで考えるように助言する。</p> <p>・魚の鮮度を見分けるポイントに気付くことができるように、違いがある部分に注目するよう助言する。</p> <p>・話合いで得た視点や自分の考えをまとめられるように、ワークシートの形式を工夫する。</p> <p>・さまざまな魚料理の写真を用意しておくことで、4(3)を考えるためのヒントとしたい。</p> <p>◎魚の調理上の性質や栄養、鮮度の見分け方について理解している。 (ワークシート、発表、テスト)</p>