

## アイデア④ 小・中学校の接続 学習内容と生活事象のつながりを意識させる指導計画

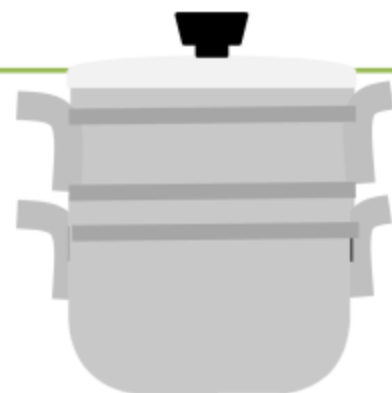
中学校 技術・家庭科(家庭分野) 内容「B 衣食住の生活」(3)

<ねらい>

中学校の「蒸す」調理の学習において、「蒸す」調理の特性を、小学校で学習した「ゆでる」調理で身に付けた資質・能力を活用し考えることができるようにする。

【アイデアのポイント】

「じゃがいも」は、小学校で扱う「ゆでる」調理の指定材料である。「蒸す」調理においても「じゃがいも」を用い、調理実験を行うことで、比較・検討からその特徴を考え、食材に適した加熱方法について理解することができる。



中学校学習指導要領解説 内容「B 衣食住の生活」 食生活より  
(抜粋)

(3) 日常食の調理と地域の食文化

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

…(中略)…

(ウ) 材料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こと。

…(略)…

材料に適した加熱調理の仕方については、小学校で学習したゆでる、いためる調理に加え、煮る、焼く、蒸す等を次の点に重点を置いて扱うこととする。…(中略)…蒸すについては、ゆでる、いためる調理などと比較することにより、水蒸気で加熱する蒸し調理の特徴を理解できるようにする。その際、野菜やいも類などを蒸したり、小麦粉を使った菓子を調理したりするなど、基礎的な調理を扱うようにする。

中学校では、このような内容を学習します。



小学校学習指導要領解説 内容「B 衣食住の生活」 食生活より  
抜粋

(2) 調理の基礎

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

…(中略)…

(イ) 材料に適したゆで方, いため方を理解し, 適切にできること。

(内容の取扱い)

イ (2)のアの(イ)については, ゆでる材料として青菜やじゃがいもなどを扱うこと。

小学校では, この  
ような内容を学習  
します。





## ポイント解説

中学校技術・家庭科（家庭分野）（3）で、「蒸す」調理を扱うことになりました。この「蒸す」調理の特性を、「ゆでる」調理と比較しながら、学ばせることは、学習指導要領にも示されています。

日常生活で活用頻度の高い、「ゆでる」調理との違いは？どのような食材に向いているのか？など、「調理実験」により、視覚的に捉え、実感を伴った理解につなげることができるようにする工夫です。

これにより、身に付けた資質・能力を家庭生活において、活用・発揮することができるようにすることをねらいます。



蒸すについては、ゆでる、いためる調理などと比較することにより、水蒸気で加熱する蒸し調理の特徴を理解できるようにする。その際、野菜やいもなどを蒸したり、小麦粉を使った菓子調理したりするなど、基礎的な調理を扱うようにする。

中学校学習指導要領解説p91より

学習指導要領解説では、「野菜やいもなど」を蒸したり、となっていますが、ここで、「さつまいも」や「ブロッコリー」などではなく、小学校で学習した「じゃがいも」を用いて学習するのがポイントです。小学校で身に付けた資質・能力を活用・発揮できるようにします。





## 調理実験

「蒸す」調理の特徴は ～「ゆでじゃがいも」との違いから考えよう～

## 授業展開例

- ① 『蒸し器』を見て、何に使う道具かを予想する。
- ② 蒸し器の使い方について、説明を聞き、ワークシートに記入する。
- ③ 蒸しじゃがいもとゆでじゃがいもの比較実験を行う。
- ④ 調理方法や調理時間、見た目の変化、試食を通じて分かったことをまとめて、発表する。
- ⑤ 「ゆでる」との比較から「蒸す」調理の特徴を確認する。



「 蒸す 」

これは、「蒸し器」といいます。  
今日は、この蒸し器を使って、  
調理実験を行います。  
蒸し器の使い方は…。



## 調理実験

「蒸す」調理の特徴は ～「ゆでじゃがいも」との違いから考えよう～

蒸し時間は大体…。  
蓋を開けると、水滴が…。  
形は崩れていないよ！



「 蒸す 」

ということは、  
蒸す調理は…。  
家庭でも作ることができるかも！



「 ゆでる 」

じゃがいもは、水からゆで  
るんだよね。  
ゆで時間は大体…。  
形が崩れてしまうことが  
あるよね…。





## 『蒸す』調理の特徴

- 水蒸気で加熱する。
- 食品表面に水分が付き、しっとりとする。(水っぽくなる)
- 水蒸気が鍋ふたに付き、水滴になって食品に落ちることがある。
- 食品の形がくずれにくい。
- 加熱温度が100℃以上にならない(\*)。
- 栄養素やうま味成分が逃げない。
- 流動性のあるもの(茶わん蒸しなど)を加熱できる。
- 途中で味付けがしにくい。
- 熱が全体にいきわたる。

に示す特徴については、「ゆでる」調理と比較することで、気づきを引き出したいところです。

■ に示す調理特性については、教師側から提示することも考えられます。  
(\*)は「ゆでる」調理にも当てはまりますね。

