

アイデア③ 小・中・高等学校の接続 校種の系統性を踏まえた指導計画

高等学校 家庭基礎 内容「B 衣食住の生活の自立と設計」(1) 食生活と健康

<ねらい>

既習事項である食品の調理上の性質を踏まえて、調理手順を考えることができるようにする。

【アイデアのポイント】

高等学校の食生活で取り上げられる「かき玉汁」の実習において、調理手順を生徒自身に考えさせることで、小・中学校で学習した知識及び技能を活用・発揮することができる。

高等学校学習指導要領解説 家庭基礎

内容「B 衣食住の生活の自立と設計」より（抜粋）

(1) 食生活と健康

ア 次のような知識及び技能を身に付けること。

(ア) ライフステージに応じた栄養の特徴や食品の栄養的特質、健康や環境に配慮した食生活について理解し、自己や家族の食生活の計画・管理に必要な技能を身に付けること。

(イ) おいしさの構成要素や食品の調理上の性質、食品衛生について理解し、目的に応じた調理に必要な技能を身に付けること。

…(略)…

食品の調理上の性質については、日常用いられる食品の調理上の性質について理解し、調理法の要点を踏まえ、調理の実験・実習を通して調理の知識と技能を身に付けることができるようにする。…(中略)…

高等学校では、このような内容を学習します。



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。

(ア) 日常生活と関連付け、用途に応じた食品の選択について理解し、適切にできること。

(イ) 食品や調理用具等の安全と衛生に留意した管理について理解し、適切にできること。

(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。

(エ) 地域の食文化について理解し、地域の食材を用いた和食の調理が適切にできること。

…(略)…

さらに、その他の食品として卵やいも類などの身近なものを取り上げ、魚や肉、野菜と組み合わせるなどして題材とする。その際、例えば、卵については、主な成分であるたんぱく質が加熱によって凝固することを利用して、様々な調理に用いられていることを理解し、適切に調理できるようにする。

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。

(ア) 調理に必要な材料の分量や手順が分かり、調理計画について理解すること。

(イ) 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な取扱い及び加熱用調理器具の安全な取扱いについて理解し、適切に使用できること。

(ウ) 材料に応じた洗い方、調理に適した切り方、味の付け方、盛り付け、配膳及び後片付けを理解し、適切にできること。

(エ) 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。

(オ) 伝統的な日常食である米飯及びみそ汁の調理の仕方を理解し、適切にできること。

(内容の取扱い)

…(略)…(オ)については、和食の基本となるだしの役割についても触れること。

小学校では、このような内容を学習します。



ポイント解説

調理実習を行うとき、決まった手順をなぞるだけの作業学習になっていませんか？

これまで身に付けた知識及び技能を活用した学習となるよう、教師は、生徒がこれまでどのようなことを学んできているかを把握しておくことが必要です。

そして、生徒の気付きを促すような、発問等を工夫することが重要です。

Point



調理手順を考えよう ～ かきたま汁をつくる～

かきたま汁の実習例

一人分(200ml)

1. だし汁を作る。
2. しょうゆ, みりん, 塩, 片栗粉を計量する。
3. 水溶き片栗粉を準備する。
4. 卵を溶いておく。
5. だし汁を計量する。
6. 5を加熱しながら, しょうゆ, みりん, 塩を加える。
7. 6に3を加える。
8. 沸騰している7に, 4の卵を箸を使って流し入れる。
9. 三つ葉等を添えて完成。

この実習で活用できる知識・技能は

- ①だし汁のとりかた(小・中学校)
 - ②調味料の計量(小学校)
 - ③汁に適した塩分(小・中・高等学校)
 - ④卵の熱凝固性(中・高等学校)
 - ⑤でんぷんの調理性(高等学校)
- などです。



調理手順を考えよう ～ かきたま汁をつくる ～

「かきたま汁」をつくります。
用いる食材等の調理性を踏
まえて、調理手順を考えま
しょう。

調理手順を、教師側が提示することが多い
ですが、ここでは、これまでの学習内容、特に

- ・卵の凝固温度
- ・でんぷんの調理性

の学習を通して身に付けた知識も活用し、調
理の手順を考察できるようにします。



調理手順を考えよう ～ かきたま汁をつくる ～

「かきたま汁」の特徴は？

実際に「かきたま汁」を飲んでみるのもよいでしょう。動画を視聴することも考えられます。



- ・溶き卵が入った汁
- ・とろみがついている
- ・すまし汁
- ・汁の色は薄い



調理手順を考えよう ～ かきたま汁をつくる ～

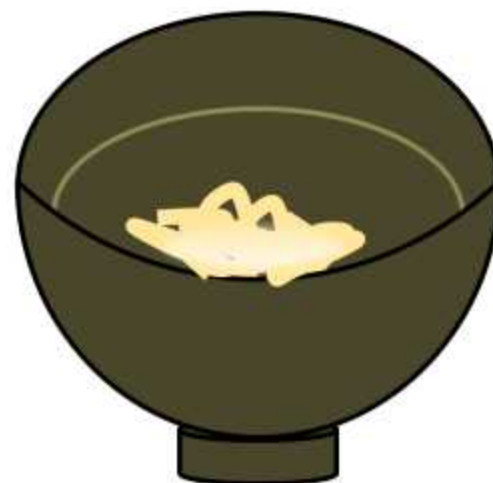
A, Bの「かきたま汁」は、何が違うのでしょうか？



A



B



Bは、卵が沈んでしまっているな。なんでだろう？



食品の調理性の学習を生かして、かきたま汁の調理手順を考える

卵の調理性（熱凝固性）

卵黄は約 68°C 、卵白は約 73°C で凝固する。

卵の調理性の学習を想起させます。

温度が低いと、卵が固まらないから、汁が濁ってしまうかも…。

卵を加えるときは、湯の温度が下がらないようにしないといけないんじゃないかな？

卵を入れたら、固まるまでちょっと待った方が、きれいに仕上がろう。



食品の調理性の学習を生かして、かきたま汁の調理手順を考える

でんぷんの調理性

- ・汁の温度が下がりにくなる。
- ・中に入れた具が均一に分布する。
- ・とろみのある口触りになる。
- ・濃厚感が増す。

でんぷんはいつ入れたらよいのかな？

卵を入れてから、テンパンを足したら、卵は沈んでしまうんじゃないかな？

でんぷんの調理性の学習を想起させます。



必要なポイント

- ◆でんぷんでとろみをつけたあとで、溶き卵を加える。
※とろみのない状態で卵液を加えると、卵は汁の底に沈んでしまう。
- ◆卵を加えるときは、湯の温度を下げないようにする。
※温度が低いと、卵が固まらず汁が濁ってしまう。
- ◆卵を加えた後は、すぐにはかきまぜない。
※すぐにかきまぜてしまうことで、卵液が汁に分散してしまい、きれいに仕上がらない。

生徒が身に付けた資質・能力を活用して考えることができるよう、教師は、指導の順番を検討したり、生徒の学びを引き出す発問等を工夫したりするとよいですね。

