

5 年生

6 年生

5年家庭科

5月15日（金）3、4時間目

2、クッキングはじめの一歩

- ① P、10～13を読みましょう。[プリント](#)またはメモを用意しましょう。
- ② 調理をするとよいことを考えて書きましょう。
- ③ 調理の流れ、手洗いの仕方、調理に必要な用具、を学ぶ。

発展1 家にある料理用具を見てみよう。同じものがあったかな。教科書に出てないもの
もあったかな。（名前はわかるかな。）

発展2 教科書P、134調理用具英語ではどういうのを見て英語での言い方を知ろう。

- ④ ガスこんろを使うときに注意することを調べて書きましょう。
- ⑤ ガスこんろの正しい使い方を調べて書きましょう。
- ⑥ NHKの「[カテイカ](#)」を見てお湯をわかし、お茶を入れてみましょう。

2

クッキング
はじめの一歩

めあて

- ・ガスこんろや調理用具を安全に使えるようになろう。
- ・野菜やじゃがいもを使ったゆでる調理ができるようになろう。

学習する前に

好きな食べ物を書きましょう。



1

なぜ調理をするのだろう

① 考えよう 調理をすると、どのようなよいことがあるか考えましょう。

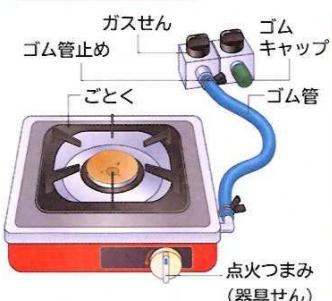
（この欄に手書きで回答を記入する）

2

ゆでて食べよう

① 調べよう

ガスこんろを使うときに注意することを調べましょう。



（この欄に手書きで回答を記入する）

② 調べよう

ガスこんろの正しい使い方を調べましょう。

点火の仕方

ガスせん ① 点火つまみ(器具せん)が()いることを確かめてから、ガスせんを()。

止
開
点火つまみ ② 点火つまみをおしながら()のほうへいっぱいに回して点火する。

消火の仕方

止
開
① 点火つまみを()にもどす。

② ガスせんを()。

③調べよう! 調理用具の正しい使い方を調べましょう。

計量スプーン



はかり



④ 実習 お茶をいれてみましょう。

実習日 月 日

材料と分量	手順	①きゅうすに茶葉を入れる。	②湯をそそぐ。	③湯のみ茶わんにお茶をつぐ。	感想・反省
1人分					
() 人分	気をつけること	・きゅうすに人数分の茶葉を入れる。	・ふつとうした後、少し冷ました湯をきゅうすにそそぎ、しばらくおく。	・どの茶わんも同じこさになるように、少しずつつぎ分ける。 ・お茶はつぎきる。	

⑤調べよう! 包丁の取りあつかい方を調べましょう。



包丁の正しい持ち方

- ・柄をしっかりとぎる。
- ・持ち方はどちらの方法でもよい。



使うとき

注意すること

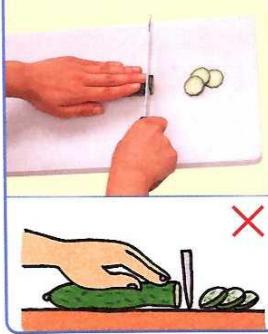
後かたづけの仕方

正しい使い方

指先を丸めて、包丁にそわせる。



まちがった使い方



まな板の使い方

- ・使う前に、水でぬらしてふく。
- ・使うたびに洗い流し、水気をふき取る。



6年家庭科

5月12日（金） 5、6時間

1、わたしの生活時間

- ① P、66～68を読みましょう。[プリント1](#)またはメモを用意しましょう。
- ② 今の生活時間を例のように平日の生活時間に書いてみましょう。
- ③ 自分の生活時間の使い方で気づいたことを書きましょう。
- ④ 家族といっしょに過ごす時間が今は多いかもしれません、ふれあいの時間をとるよう工夫して時間の使い方を書きましょう。
- ⑤ 学校に行くようになった時、朝の時間をゆとりをもってすごせるようにどんな工夫ができるか考えて書いてみましょう。

今は普段と違う毎日を過ごしていることでしょう。限られた生活の中でより良い生活ができるよう工夫してみましょう。

1

わたしの
生活時間

めあて

- 1日の生活時間を見直し、朝の時間や、家族といっしょに過ごす時間をくふうしよう。

書く
する前に

朝、あなたがしている家庭の仕事を書きましょう。



1 生活時間を調べよう

- ① 見つめよう 最近の平日と休日の生活時間をふり返り、表にまとめましょう。

平 日	午前(時)												午後(時)												
	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
時 刻																									
休 日																									

- ② 考えよう 上の結果を見て、気づいたことを書きましょう。

.....

.....

.....

2 生活時間をくふうしよう

1 考えよう

家族といっしょに過ごす時間を増やすために、学校から帰ってから寝るまでの時間の過ごし方を考え、表にまとめましょう。

午後 (時)	3	4	5	6	7	8	9	10	11

くふうしたところ

●朝、実行していることにチェック☑しよう！



気持ちよく目が覚めている？



朝食をゆっくり食べている？



余裕をもって登校している？

2 考えよう

ゆとりをもって1日を始めるために、朝起きてから学校に行くまでの時間の過ごし方を考え、表にまとめましょう。

午前 (時)	6	7	8	9

くふうしたところ



ふり返ってチェック！

*学習したことをふり返ってみよう
◎…よくできた ○…できた △…もう少し



1日の生活時間をくふうして、家族といっしょに過ごす時間を増やすことができたかな。



自分の朝の生活を見直し、ゆとりをもって朝の時間を過ごすには、どうすればよいかがわかったかな。

生活時間を
くふうしていこう！

