

家庭科における学校間の接続に関する調査研究

研究テーマ

校種間の系統的な見通しをもち、家庭生活に必要な基礎的・基本的な知識・技能の定着を図る授業の研究

児童生徒が、それぞれ上級学校における家庭科の学習に対してどのような意識をもっているのかを知り、それぞれの校種においてどのような児童生徒を育てたいのかを明確にし、そのねらいに沿った指導計画を立てる。各校種の学習の始まりと終わりを大切に、上級学校を意識した授業を展開しながら、小中高の家庭科の授業に見通しをもたせることにより校種間の連携を保ちながら滑らかな接続を図る。

1 調査研究の視点

家庭科は、生活に密着した教科であり、学習したことを生涯にわたって日々の生活の中に生かすことのできる教科である。基礎・基本の定着をはじめ、知識・技能をしっかりと身に付けることが、その後の生活や考え方に影響を与えるものと考えられる。特に小中学校間での連続性と、高等学校における系統性は重要であり、情報交換等を行いながら、児童生徒理解を推進し、より深い教材研究と教育実践が必要である。

また、家庭科は児童生徒の関心の高い教科であるだけに、意欲を伸ばし、知識・技能の定着とともに創意工夫する楽しさを味わわせ、自らの力でよりよい生活を創り出すことのできる児童生徒を育てることが期待されている。「わかるようになった」「できるようになった」「できたことを周囲に認められる」など、伸びる喜びを、目に見える学習の成果として表せる教科である特性を、児童生徒一人一人の成就感や自己肯定感につなげていけるように研究を深める。

2 研究の取組

本教科の学習内容は、児童生徒が生活の中で実践し、よりよく生きようとする姿勢につなげてこそ、確かな力となり定着が図られる。学校間の接続を滑らかにするために、授業での学びを家庭生活の中で生かすことができれば、次の学習の段階において、その経験が自信や新たな学習課題に取り組む意欲となる。各校種における学習内容をつなぐ重要な要素を捉え、児童生徒の生活体験を生涯にわたって見通せるよう、『食生活』に関する指導に焦点を絞り、調査・研究を進めることとした。

3 成果と課題

(1) 成果

今年度の研究により、小中学生においては食に関する関心は高いものの、知識・技能の定着が不十分であることがわかった。

基本的な技能、例えば、正しい包丁の扱い方などに自信がもてない生徒が多い。また、家以外の場所で食事をする際、栄養バランスを考えて食事をしている児童生徒が少ないことから、実践を促進するための手立てが必要であることがわかった。調査研究1年目のねらいとして、課題設定、計画、実践、評価、改善の見通しをもって研究を進められたことは大きい。

(2) 課題

小中高において、限られた時間数の中でより効果的に知識・技能を定着させるための指導方法の工夫が必要である。

学校間のスムーズな連携を基に、基本的な知識・技能を教えることだけに止まらず、連続性を意識し知識・技能の定着を見据えた授業改善が望まれる。

【家 庭】

1 はじめに

今回の学習指導要領の改訂では、家庭科は、小学校と中学校の内容の体系化を重視して、小・中ともに同じ枠組みをもつ4つの内容とされた。小学校で指導する基礎的・基本的な知識及び技能が中学校の学習に発展していくものとして明確に意識され、着実な定着につながることを目指している。また、高等学校においては、それまでの知識・技術の集大成として、生涯を見通し生活を創造する立場として実践する力を身に付けさせることが必要とされる。

家庭分野の学習は、小学校家庭科の学習を基盤として中学校技術・家庭科へ発展させ、高等学校で充実を図り、その連続性と系統性を重視しながら指導することが望ましい。また、各内容のねらいはその上に立って学習を深められるように構成されていることに十分配慮して指導することが重要である。小学校における基礎的・基本的な知識及び技能とは、中学校段階との系統性、一貫性を考慮した上で、日常生活に必要なもの、応用・発展できるもの、生活における工夫・創造につながるものとしている。小中高を通して、実践的・体験的な活動や問題解決的な学習を通して、言語活動の充実を図りながら家庭科の学習指導を進めていくことによって、生活への感性が高まるとともに、日常生活に必要な基礎的・基本的な知識及び技能やそれらを活用する能力が身に付き、生活をよりよくしようとする実践的な態度をはぐくむことができる。

家庭科においては、1年目に、食生活に関する学習での学校間における様々な課題を明らかにするため、調査研究委員からの現状把握と児童生徒への実態調査を行い、さらに課題解決のため持続性をもった指導計画を作成することとした。

そして2年目には、授業検証を行い、食生活を家庭生活の中で総合的にとらえるという家庭科の特性を生かし、滑らかな学校間の接続を目指して、小中高との連携を図りながら健全で安全な食生活を実践するための基礎が培われるように配慮し、食に関する指導の充実を図ることを目的として調査研究を行う。

2 調査研究の視点

(1) 家庭科の現状

小学校と、その児童の進学先である中学校とは、学校行事を通じた交流や、6年生を対象とした出前授業での交流などが行われている地域もあるが、教育課程を考慮した教科間の接続に関する連携や研究はほとんど行われていない。また、小・中学校での学習内容はおおむね理解されていても、高等学校での学習内容を知る機会は多くない。校種間の連携については、その重要性を意識することで、他校種の学習内容の系統性をより一層重視するようになってきている。これまで、家庭科において学校間で連携を取ることはあまりみられなかった。しかし、家庭科は家族のことや、生活そのものを取り扱う唯一の教科であるため、特に小学校、中学校間で教科の連続性と生徒指導的な部分を含めた情報交換を行いながら、児童生徒理解を推進し、より深い教材研究と授業実践を行う必要がある。特に小学校の被服分野の技術や知識においては手縫い・ミシン縫いに、調理分野の技術や知識に関しては児童によって定着度に大きな差がある場合が多く、そのまま中学校に進学した場合、中学校での授業に支障をきたす可能性もある。

子どもたちにとって中学校に進学することで、教科の学習や部活動、友人関係など、生活の中で難しいと感じる事柄が増えてくる現状がある。これらのことを考慮すると、それぞれの教科において、接続の研究を推進し、基礎・基本の定着をはじめ、学習意欲の向上や不登校の予防等をめざした、校種間におけるよりきめ細やかな接続の研究が必要になってくる。

家庭科の学習の中では、特に児童生徒の「食」の授業に対する興味・関心は高い。しかもそのほとんどが、調理や栄養バランスのとれた食事ができるようになりたいと思っている。しかし、児童生徒の技能レベル等に差があり、指導が難しいことや、家庭での経験が少なく知識・技能ともに乏しい子どもたちが多。また、基礎・基本を確実に身に付けさせるための繰り返し学習を行いたい、が、時数が足りないという現状もある。さらに、小学校での学習内容を既習済みとして授業をはじめたい、が、生徒は知識・技術の習得が不十分であるため、学習し直したり、復習の時間をとることが確実に必要となる。限られた授業時数の中で、実習と講義をバランスよく行うことは重要なテーマであるが、なぜ計画通りスムーズに授業が進まないのかを考えると、「小学校あるいは中学校で習得してきたはずの内容が身につけていない」「家庭生活での家事体験が不十分である」「授業で学んだことを、繰り返し家庭で行う生活化を図れない」「施設・設備面が十分でない」「生徒指導上の課題がある」等々、学校間の連携をより強固にしていかなければならない現状がある。

(2) 家庭科の課題

小学校がどのようなねらいで児童を育て、中学校にどのようなことを期待しているか、また、高等学校が中学校にどのようなことを期待しているか。それぞれの校種における定着度の差も含め、各校種の学習内容(特に実習等の実技関係)を細かく把握しきれていない。または、知っていてもなかなか指導計画の中に生かしていない現状がうかがえる。家庭科は、生活に密着した教科であり、学習したことを生涯にわたって日々生かすことのできる教科である。家庭科の基礎・基本が定着しているのと、そうでないのとでは、その後の生活の送り方が変わるだけではなく、考え方にも影響を及ぼすことも考えられる。児童生徒の関心の高い教科であるだけに、意欲を生かし、技能の定着度等に大きな差が出ることをないよう指導することが望ましい。知識・技能の定着をめざすことはもちろんだが、創意工夫する楽しさを味わわせ、自らの力でよりよい生活を創り出すことのできる児童生徒を育てることが期待されている。

このような中で、近年特に目立ってきているのが、「生徒指導上の課題」と並んで、児童生徒のコミュニケーション能力の低下がもたらす様々な課題であることが全体のアンケートからうかがえる。また、「特別教室で同じグループになった生徒とうまくコミュニケーションがとれないので、その授業に出たくない」「座学で授業を受けるのはよいが、みんなと作業を行う授業は嫌」「みんなの前で指名されて答えられなかったらどうしようと思うと、怖くて授業に出られない」など、自と他の関わりにおいて課題を抱え、困っている生徒が増加している傾向にあることも教科のアンケートから見て取れる。

「わからなかったことがわかるようになる」「できなかったことができるようになる」「できたことを周囲に認められる」など、このような伸びる喜びを、目に見える学習の成果として表せる教科である家庭科の特性を、生徒一人ひとりの成就感や自己肯定感につなげていけるよう研究を深めていきたい。

3 研究テーマ

校種間の系統的な見直しをもち、家庭生活に必要な基礎的・基本的な知識・技能の定着を図る授業の研究

児童生徒が、それぞれ上級学校での家庭科の学習に対してどのような意識を持っているのかを知り、それぞれの校種で、どのような生徒を育てたいのかを明確にし、確実に育てられるような指導計画を立てる。各校種の学習の始まりと終わりを大切に、上級学校を意識した授業

を展開し、小中高での家庭科の授業に見通しをもたせることによって、校種間の連携を図る。

4 研究の取組

(1) アンケート調査

①調査の方法

ア 対象者	県内の小学校 1 校	6 年生	6 5 名
	県内の中学校 2 校	1 年生	7 3 名
		3 年生	7 2 名
	県内の高等学校 2 校	1 年生	7 6 名
		3 年生	7 6 名

イ 調査期間 平成 2 4 年 9 月

ウ 調査方法 質問紙調査法

②調査結果

質問内容		小 6	中 1	中 3	高 1	高 3
家庭科の授業が楽しみですか。	は い	68.0%	91.8%	69.4%	39.5%	53.9%
	いいえ	32.0%	8.2%	30.6%	60.5%	46.1%
食生活についての授業は楽しみですか。	は い	72.0%	94.5%	77.8%	51.3%	48.7%
	いいえ	28.0%	5.5%	22.2%	48.7%	51.3%
調理が得意ですか。	は い	—	43.8%	25.0%	—	—
	いいえ	—	56.2%	75.0%	—	—
自分で作れるようになりたい料理がありますか。	は い	—	94.5%	88.9%	—	—
	いいえ	—	5.5%	11.1%	—	—
これまでに授業で学んだ食生活の知識や技術を役立てている。	は い	80.0%	71.2%	63.9%	32.9%	25.0%
	いいえ	20.0%	28.8%	36.1%	67.1%	75.0%
家庭で学んだ食生活の知識や技術を授業で役立てている。	は い	—	60.3%	45.8%	—	—
	いいえ	—	39.7%	54.2%	—	—
安全・新鮮な食品を選ぶようにしている。	は い	72.0%	95.9%	86.1%	75.0%	76.3%
	いいえ	28.0%	4.1%	13.9%	25.0%	23.7%
1人で1食分の献立を立てることができる。	は い	—	76.7%	45.8%	—	—
	いいえ	—	23.3%	54.2%	—	—
1人で1食分の調理ができる。	は い	—	71.2%	66.7%	68.4%	72.4%
	いいえ	—	28.8%	33.3%	31.6%	27.6%
正しい包丁の扱いができる。	は い	69.0%	82.2%	65.3%	36.8%	63.2%
	いいえ	31.0%	17.8%	34.7%	63.2%	36.8%
(小)「ゆでる」「炒める」の違いが分かる。 (中)「ゆでる」「炒める」の調理ができる。 (高)「ゆでる」「煮る」「炒める」「蒸す」「揚げる」の違いが分かる。	は い	91.0%	93.2%	69.4%	88.2%	90.8%
	いいえ	9.0%	6.8%	30.6%	11.8%	9.2%
5 大栄養素が言える。 (小) ①はい・③いいえ	①	20.0%	6.8%	43.1%	10.5%	52.6%
	②	—	20.5%	40.3%	25.0%	31.6%

(中高) ①全部言える・②3～4つ言える・③1～2つ言える・④言えない	③	80.0%	47.9%	12.5%	32.9%	14.5%
	④	—	24.7%	4.2%	31.6%	1.32%
家以外の場所で食事をする時、栄養のバランスを考えて食事をしている。	はい	34.0%	35.6%	33.3%	17.1%	42.1%
	いいえ	66.0%	64.4%	66.7%	82.9%	57.9%
地域の特産物や名物を知っている。	はい	71.0%	47.9%	45.8%	68.4%	73.7%
	いいえ	29.0%	52.1%	54.2%	31.6%	56.6%
調理に必要な用具が5つ以上言える。	はい	77.0%	89.0%	88.7%	—	—
	いいえ	23.0%	11.0%	11.3%	—	—

質問内容	中1			中3		
	ア	イ	ク	ア	カ	キ
食生活をよりよくするために、大切だと思うこと3つ選ぶ。	82.2%	63.0%	63.0%	84.7%	62.5%	54.2%
<p><中1></p> <p>ア. 栄養バランスを考える…82.2% イ. 家族や友人と楽しく一緒に食べる…63.0%</p> <p>ウ. 決まった時間に食べる…9.6% エ. 食事の準備や片づけをする…1.4%</p> <p>オ. 間食をしない…2.7% カ. できるだけ手作りのものを食べる…16.4%</p> <p>キ. 3食きちんと食べる…42.5% ク. 安全で新鮮な食材を選ぶ…63.0%</p> <p>ケ. 季節の食材や行事にあった食事を取り入れる…19.2%</p>						
<p><中3></p> <p>ア. 栄養バランスを考える…84.7% イ. 家族や友人と楽しく一緒に食べる…50.0%</p> <p>ウ. 決まった時間に食べる…1.4% エ. 食事の準備や片づけをする…4.2%</p> <p>オ. 間食をしない…4.2% カ. できるだけ手作りのものを食べる…19.4%</p> <p>キ. 3食きちんと食べる…62.5% ク. 安全で新鮮な食材を選ぶ…54.2%</p> <p>ケ. 季節の食材や行事にあった食事を取り入れる…19.4%</p>						

◆小学校の調査結果から

ア アンケートから見える小学校における家庭科の課題として挙げられるのは、**知識の定着が不十分な**ことである。家庭科は国語や算数と比べ時数が少ないため、身に付けさせたい知識があっても、授業の中で反復して学習することが難しい。そのため、児童は学習したことは覚えていても、**知識が正確に定着する段階までは至っていない**ことが多い。

イ 小学校では、初めて家庭科を教えることになった教員が、家庭科の授業に関する研修を受ける機会が少ない。そのため、教材研究が不十分であれば、誤った知識を児童に教えることになる可能性もあり、研修の場の設定や、教える時のチェックポイントをまとめた冊子を作成するなど、**児童生徒に基礎・基本を定着させるための人材育成も大切**であると考ええる。

◆中学校の調査結果から

ア 「食生活」に関する授業への興味関心はどの学年の生徒も比較的高いと言える。特に中1は高い値を示しており、小学校での家庭科の学習を終え、**中学校の学習への期待が高まっている**と考えられる。料理が自分で作れるようになりたいという思いが強い一方で、調理に自信のある生徒は少ない。そのため、**技能的な面で自信をつけさせてあげる必要がある**。

イ 授業で学んだ知識や技術を家庭でも生かしているのは、学年が低いほど多く、学年が上がるにつれ、家庭での実践が減ってしまっている。しかし、食に関する知識や技術の活用は、社会人となる手前の中・高生こそ、行ってほしいものである。**中学校、高等学校でも学習し**

たことを家庭で実践できる取組を授業の中に組み込んでいく必要があると考える。

ウ 近年、放射能汚染や食中毒、食品偽装などの「食」に関する対する関心の高まりからか、**安全性や鮮度に対する意識は高くなっている。**

エ 5大栄養素など知識に関することは、校種ごとに学習を行うとその成果があらわれる。**繰り返し学習することで、知識の定着に結び付く**と考える。

オ 「家以外の場所で食事をする時、栄養バランスを考えて食事をしている」という質問に対しては、どの学年でも「はい」と回答する割合が低かった。**学習したことを生活と結びつけて考えさせたり、食生活の大切さを強く意識づけたりし、自分の食生活は自分の手で整える責任があることを考えさせる機会を設けなければならない。**

◆高等学校の調査結果から

ア まず、生徒は菓子類（スイーツ）やいわゆる日本の洋食（ハンバーグ・カレーライス・パスタ・オムライス等）を好み、それを自分でも作ってみたいと考え、実際に家でも大半の生徒が作ったことがあると回答している。食事が欧風化している生活の中で、栄養バランスの偏らない食事の献立、自分の興味・関心のある特定の食材や料理について知りたい等、日々の実践の手助けとして**家庭科の授業に対して、特に食に関する知識の習得や調理実習の機会を求めている。**

イ 家での食事の準備・片付けの手伝い、品質の良い食品を選ぶ姿勢、自分一人で一食分の食事を作る、調理に必要な用具や食器を清潔に扱う、自分の住んでいる地域の特産物や名産を知っている、「茹でる・煮る・炒める・蒸す・揚げる」の料理の違いがわかる、などの基本的なことは、高等学校での学習前までも大半の生徒が身に付けていると実感している様子が見られた。ただ、「食べ物を購入するときに重視することがある」という回答の生徒が大多数を占める中で、その内訳は**食べ物を価格や味・量を重視して購入すると答えた生徒が最も多く、その安全性にまで考えが及んでいない。**

ウ 食の授業の前後で生徒の変化が目立ったのは、「**食事を摂るときに栄養バランスを気にしている**」「**小中高の家庭科の食生活での授業の内容が家庭で役立ったことがある**」「**材料や調理方法に合った食材の切り方ができる**」「**家以外で栄養バランスを考えて食事をしている**」「**五大栄養素が3つ以上言える**」「**自分の住んでいる地域の行事食や郷土料理を知っている**」で、それぞれのポイントが大きく上がっていた。これは、生徒が成長とともに食生活をより自分のこととして考えられるようになることや、興味・関心が多岐に渡り生活体験も豊富になってくる環境が整ってくることと関連して、更に小・中学校からの知識・技術の積み重ねがあり、高等学校での学習も含めて定着が図られた結果かもしれないと推測する。

エ 中でも目立った感想は、「**食品の表示**」の見方や「**食品添加物**」「**化学調味料**」等の**安全性についての知識が食品選択に非常に役立った**という回答である。これは、高校生になって購買活動が盛んになり活動範囲が広がった背景とも関連しているのではないかと推測される。高校生になって大人の生活に近づくにつれ、更に卒業後まもなく社会人になる生徒もいるため、生徒は、生活についての様々な知識をたくさん吸収したい、自己の判断力や技術を身に付けたいと考えている。

（2）接続性をもった指導計画と指導事例 ～接続性をもった指導計画について～

① 学校間の接続に関する実態の把握と分析

本教科の学習内容は、児童生徒が生活で実践し、よりよく生きようとする姿勢につなげてこそ、確かな力となり定着が図られる。学校間の接続をなめらかにするために、その潤滑油となるのが、家事を始めとする、生活体験と言えるであろう。授業で学んだことを家庭生活の中で

生かし続けていけば、当然、高次の学習に進んだときに、その経験が自信や新たな学習課題に取り組む意欲となる。そのことを各校種の学習内容をつなぐ重要な要素と捉え、できるだけ児童生徒の生活体験を生涯にわたって見通せるよう、食生活に関する指導に焦点を絞り、調査・研究を進めることとした。

前述のアンケートを作成するにあたっては、接続の段階で、児童生徒がどのような点でつまずきを覚えたり、授業や生活での実践において気力を失いがちなのかを明らかにするため、校種ごとのアンケート項目に共通質問を設け、その結果を比較しやすいようにした。また、既習事項や発達段階、学習内容を考慮しながら、各校種で身に付けるべき点についても質問をしたが、家庭科の実力を問うテストとならないよう、文言にも留意した。さらに、数字のみのデータ集めとならないよういくつかの質問については、「はい」（または「いいえ」）と答えた理由について記述をさせたり、これからの学習に向けた思いや考えを書かせたりすることで、選択肢のみでは表現しきれない思い（心情面）や事情を読み取ることもねらいとした。

その結果、なめらかな接続の妨げとなる要因が考えられたので、児童生徒が抱えている課題、教師の指導の在り方を整理をした。

ア 小学校から中学校への接続段階における実態

小学校2学年間の家庭科の学習経験をもとに、中学校でより専門性を高め、成長したいという期待感をもつ一方、知識面において十分に定着していないものが多く、中学校での学習内容に備えるため、その力をつけたいと感じている。また複数の小学校から入学してきた中学校の場合、これまで自分が身に付けてきた知識や技術を、周囲からどのように見られるかという不安要素を抱いている。自己肯定感を保ち、新たな人間関係を構築しながら中学校の学習に取り組んでいくことにストレスを感じていることが伺える。

イ 中学校から高等学校への接続段階における実態

生徒にとって、「高等学校での家庭科の学習＝ハイレベルな技能を求められる実習」というイメージが強いようである。これまでの家庭科の授業で知識・技術面ともに身に付けてきたことが、高等学校の授業で通用するのかという不安が見える。知識や技術があっても、それらを自分一人の力で、再び実践することができるのかという自信の無さからの不安と考えられる。それを裏付けるように、授業で学んだ知識や技術を家庭でも生かしているのは、学年が低いほど多く、学年が上がるにつれ、家庭での実践が減ってしまっている。小学校時代に行っていたお手伝いレベルの家事経験を自立に向けた日常的な実践へと発展・定着させていく必要がある。

（3）学校間の接続を円滑にするための指導内容・指導方法の研究開発

各接続段階の課題に対し、その解決を目指し、仮説を立てた上で、授業実践のために指導案を作成した。

《 研究仮説 》

① 小学校段階では、調理実習でつくったものを家庭でもつくったことがある児童が多くいることから、献立作成の段階で、五大栄養素の名称やその働きを学ぶことができれば、知識面の理解度、定着度を高めることができるだろう。

② 中学校1年生では、これからの学習内容に見通しをもち、これまでの学習や経験によって身に付けてきたことが基盤となっていることが分かれば、自信を持って授業に臨むスタートが切れるであろう。また、共通調査の分析からも、友達同士でいる充実感がグループワークに生かされ、学習課題の共有化が図られれば、安心感をもち、自ら学ぶ意欲へとつなげられるであろう。

③ 中学校における食生活の学びを、高等学校で学習する家庭科の授業へと、なめらかにつなげるためには、**学習したことを家庭で実践する場を設け、自信を持たせれば、生活に必要な知識、技術の習得と生活を工夫し、創造する力が身に付く**であろう。また、発達の段階に応じた調理方法を確実に身に付けることができれば、自分の技能に自信が付き、主体的によりよい食生活を送ろうとする意欲や態度が身に付くであろう。

④ 高等学校では、卒業後に控えている個々の生活スタイルや、将来的にさまざまな家族構成や環境に身を置くことを十分にシミュレーションすることで、**学習成果の活用や、実践を続けることの重要性に気付かせる**ことができるであろう。また、多様な状況に対応できる自己の判断力や技術を身に付けることで、自分の食生活を自分の手で整える責任感を高められるであろう。

上記の研究仮説をもとに、課題解決を図るための学習指導案を、小学校1部、中学校2部、高等学校1部、作成した。

5 成果と課題

<成果>

今年度の研究により、小中学生においては食に関する関心は高いものの、知識・技能の定着が不十分であることがわかった。特に、小学校の家庭科で基礎・基本を習得させることがいかに重要であるかをあらためて確認することができた。また、中学校での家族のためのおべんとうの授業は、「食」の学習のまとめとして行い、既習の知識をフル活用した実践となった。家庭での実践を取り入れたことで、学習を生活に結び付けて考える機会となった。また、家族のために作ったおべんとうであったため、家族から賞賛され、今後の実践への意欲につながることができた。課題設定、計画、実践、評価、改善の流れに沿って学習を進められたことは大きい。高校1年生においては、正しい包丁の扱い方をはじめとする調理の技能に自信がもてない生徒が多い。また、家以外の場所で食事をする時、栄養バランスを考えて食事をしている生徒が少ないことから、実践を促進するための手だてが必要であることがわかった。

アンケートを実施し、各校種における現状を把握できたこと、また、課題解決に向けて検証授業のための指導案を作成できたことは1年目の成果であると考えている。

<課題>

小中高において、限られた時数の中でより効果的に知識を定着させるための指導方法の工夫が必要である。学校間のスムーズな連携を基に、基本的な知識を教えることだけにとどまらず、知識の定着を見据えた系統的な授業の改善が望まれる。

次年度、例えば小学校においては、学校間の接続が円滑になるような小テストの実施、掲示物の工夫、教える際の留意点をまとめた資料の作成等、初めて家庭科を教える教員でも活用できるような教材等の開発を計画したい。また、中学校においては、食生活に関して個人差が大きく、計画段階での指導の重要性を感じた。今回は、掲示したものを評価し合う形式をとったが、実践報告会の形式を見直す必要がある。努力の成果を認め合う場面、他の人から学ぶ場面等を意図的に作る必要があると考える。更に小・中学校での食の基礎に加えて、高等学校では、社会人として、一人の消費者としての視点も大事にしながら、どのような意識を持って食生活を送っていけばよいのか、栄養バランス、食中毒、自給率・輸入食品、農薬、食品添加物などの現代の食の問題も含め、我が国の今後の食生活の在り方・不安のない安全な食生活を送

ることのできる社会について、一人一人が消費者として主体的に考えることの重要性に気付かせるような授業を計画していきたい。

6 おわりに

現代、自分たちの口に入る食べ物が、どのように作られて、どのようにして私たち消費者の手元に届けられるのかということも見えにくい時代になった。多くのモノや情報があふれるなかで、児童生徒が本当に必要なものを選ぶ力を付け、そして栄養的に整った美味しい食事を手作りする方法や、家族や仲間と食べる楽しさを体験することを体験させたい。また、豊かな心をはぐくむためにも、日本の伝統的な食膳形式や郷土料理などの食文化についても触れる機会をもつことが日本のよさを知る上では貴重であると考えている。

一人の人間として本当に必要なものを選ぶ目を育て、児童生徒が学校で学んだ知識と技術を、彼らの現在そして企業人として産業・ものづくりに携わるかもしれない将来、また家族をもった家庭人としての将来においても、役立ててほしいと願う。そして、次世代に伝えていけるような生涯を見据えた力、「生きる力」を育てるためにも、小中高の連携を深めながら授業計画を立てることが望ましいと考える。

今年度の研究の結果を踏まえ、次年度は検証授業及び検証後の実態調査を行い、さらなる指導計画を提案し、家庭科における学校間の接続に関する調査研究の集大成としたい。

家庭科

～ 資料編 ～

<参考>

◆小6【これからできるようにになりたいこと】

- ・いろいろな料理を作れるようになること。(15)
- ・包丁の扱い方が上手になること。(14)
- ・生魚、生肉を使った調理をすること。(11)
- ・自分一人で調理できるようになること。(5)
- ・栄養のことを考え、調理すること。(5)
- ・難しい料理を作れるようになること。(4)
- ・いろいろな味つけができるようになること。(4)
- ・野菜のいろいろな切り方を覚えること。(3)
- ・作り方を見ないで作れるようになること。(2)
- ・フライパンをうまく使えるようになること。(2)
- ・一日の食事を全て一人で作れるようになること。(2)
- ・魚をさばけるようになること。(1)
- ・学校で実習したことを家で一人でもできるようにすること。(1)
- ・お菓子作りが上手になること。(1)
- ・野菜をうまくゆでられるようになること。(1)
- ・食べられない野菜をうまく調理して食べられるようにすること。(1) など

◆小6【これから不安なこと】

- ・安全面について(怪我、食中毒等)。(14)
- ・包丁を扱うとき、手を切らないようにすること。(14)
- ・失敗すること。(10)
- ・調理の手順を覚えられるか。(6)
- ・授業についていけるか。(4)
- ・包丁の扱い方(野菜等の切り方)。(4)
- ・生魚、生肉をきちんと扱えるか。(3)
- ・自分で考えながら作れるか。(1)
- ・小学校で学んだことをきちんと生かせるか心配。(1) など

◆中1【これからの中学校の家庭科の授業でできるようにになりたいこと】

- ・いろいろな料理ができるようになりたい。
- ・いろいろな切り方ができるようになりたい。
- ・栄養のことがわかるようになりたい。
- ・自分の分の食事を作れるようになりたい。
- ・栄養バランスがととのった献立を立てたり、調理をしたりすることができるようになりたい
- ・包丁が上手に使えるようになりたい。
- ・焼く、いためる、ゆでるなどの基本ができるようになりたい。
- ・人からおいしいと言ってもらえる料理が作れるようになりたい。
- ・盛り付けの仕方を覚える。
- ・食器の汚れはどうすればきれいに落とせるか。
- ・5大栄養素について考えていきたい。
- ・火加減の調節ができるようになりたい。
- ・家族全員分の料理が作れるようになりたい。
- ・新鮮なものの選び方を知りたい。
- ・短時間で素早く料理が作れるようになりたい。
- ・調味料の計量の仕方をしっかりできるようになりたい。
- ・小学校のころより上手になりたい。 など

◆中1【これからの中学校の家庭科の授業を受けるのに不安なこと】

- ・包丁でけがをしないか。包丁の使い方について。
- ・材料の切り方がわからない。
- ・安全な材料の見分け方。
- ・小学校より難しくなるので不安。
- ・調理実習で失敗してしまうのではないか。
- ・班に迷惑をかけてしまうのではないか。
- ・自分は調理ができないのではないか。
- ・うまく作れるか。
- ・小学校で習ったことを忘れてしまっていないか。
- ・食のバランスをきちんと考えることができるか。
- ・新鮮・安全なものを選べるか。
- ・こがしたり、失敗したりするかもしれない。 など

○小学校の学習をふまえ、「食生活」に関するいろいろなことができるようになりたいと考えている。特に調理技能に関する向上を考える生徒が多い。また、自分のことだけでなく、家族や他の人にも自分の作るものを食べてもらいたいと考えている。

○自分が周りより出来ないのではないかとということや失敗を不安に感じている生徒が多い。

◆中3【これからの高等学校の家庭科の授業でできるようになりたいこと】

- ・もっといろいろな料理が作れるようになりたい。 ・中学校で習ったことを生かしてさらに技術を上げたい。
- ・もっと難しい料理ができるようになりたい。 ・自炊ができるくらいになりたい。 ・季節の料理を知りたい。
- ・3食分の料理を作れるようになりたい。 ・家にある材料だけで料理が作れるようになりたい。
- ・誰もがおいしいと言ってくれるような料理を作りたい。 ・デザートやお菓子も作れるようになりたい。
- ・見た目がいい料理を作りたい。 ・もっと栄養バランスや献立作成などについて知りたい。
- ・主食、副菜×2、デザート、+1品の最低5品を短時間で作れるようになりたい。
- ・栄養バランスを考えた1日分の食事を作ってみたい。 ・切り方や調理方法(揚げる)などの技術を学びたい。
- ・和洋中の色々なものを作れるようになりたい。 ・用具や包丁をうまく使えるようになりたい。
- ・バランスを考えた毎日の食事を考えられるようにしたい。 ・その食材の効果や役割を知りたい。 など

◆中3【これからの高等学校の家庭科の授業を受けるのに不安なこと】

- ・授業があるのか。実習がなくなってしまうのか、しないのか。 ・高校の調理実習は難しそう。
- ・周囲の人との差。 ・もっと難しいことをすると思うので授業、テストともに心配。
- ・自分で栄養バランスが考えられるか不安。 ・家庭科が苦手なのでついていけるか心配。 ・けが。
- ・今持っている技術だけでついていけるか。 ・高い技術が必要になってくるのではないか。
- ・料理が全然できない。 ・調理をしていて失敗しないか。 ・できなかつたら怒られそう。 など

○中1の記述より、学びたい内容がレベルアップしている。「自炊」「3食」「家にある材料で」など生活と密着して考えられるようになってきている。高等学校には、中学校より高度な技術の習得を期待しているのがわかる。

○学習内容が難しくなることに不安を感じている生徒が多い。違う学校から生徒が集まるせいか、周囲との差を気にしている。

◆高1【これからの食生活を送る上で、知りたいこと、やってみたいこと、不安なことなど】

- ・バランスが偏らない献立をたくさん知りたい。 ・健康によい料理を知りたい。
- ・料理のレパートリーを増やしたい。 ・いろいろな切り方ができるようになりたい。
- ・郷土料理、行事食が作れるようになりたい。 ・今後のためにしっかり料理ができるようになりたい。
- ・みんなと調理実習を楽しめるかが不安。 など

◆高3【これからの食生活を送る上で、知りたいこと、やってみたいこと、不安なことなど】

- ・もっと栄養を考えて料理がしたい。 ・栄養バランスを考えた献立を立てたい。
- ・郷土料理について知りたい。 ・レストランの料理がどのように作られているか知りたい。
- ・日常的に料理ができるようになりたい。 ・将来、きちんと料理ができるか不安。 など

○さらに技術の向上を求めている。栄養バランスや健康のことを意識している生徒が多い。これからの生活を考えて、日常的に自分で料理ができるようになりたいと考えているが、それを不安に思っている。

家庭科学習指導案

平成〇〇年〇月〇日（〇）第〇校時
 指導学級・人数・場所 第6学年〇組 〇人 〇室
 指導者 教諭 〇〇 〇〇

1 題材名 まかせてね 毎日の食事

2 題材について

- (1) 児童はこれまでに、「ゆでる」「いためる」加熱調理について基礎的・基本的な技能を身に付けてきた。授業で学習したことをもとに、夏休みに家庭で実践したことを発表する「チャレンジ発表会」では、調理に挑戦した児童も多かった。また、これまでに、食べ物の組み合わせを考えていろいろな食品をバランスよく食べることが必要なことも学習してきている。本題材では、これまでに学習したことを確かめた上で、いろいろな食品を組み合わせで1食分の食事計画を立てて、家族の喜ぶおかずを考えて調理してみる。家族が喜ぶおかずを作るときには、これまで扱ってきた食材や調理法の知識をもとに活用し、自分でできそうな組み合わせを考えて工夫して行うようにひとりひとりの思いを大切に指導したい。

児童に行った家庭科アンケートによると、五大栄養素についての理解度が低いことがわかった。五大栄養素については、5年生で2時間、6年生で2時間学習してきている。繰り返し学習してきているにもかかわらず、理解度、定着度が低い原因として、他の教科に比べて知識分野の指導計画配当時間が少ないこと、普段の生活の中で栄養素を意識する機会が少ないことなどが考えられる。そこで、中学校進学後の学習を見据えて、本題材で五大栄養素についての知識が確実に身に付けられるよう、教材や学習方法を工夫する。また、本題材の中だけで学習を終わらせるのではなく、日常生活の中でも栄養素について意識することができるようにしていきたい。

- (2) 本題材は、学習指導要領の内容B(1)のイならびに(2)のウ、(3)ア、イ、ウ、オの内容である。これまでに学習した五大栄養素の学習を振り返り、調和のよい食事のとり方が分かるようにするとともに、1食分の食事を整えられるようにすることをねらいとしている。米飯やおかずとして日頃食べることの多い食品の栄養や、体内でのはたらきについて知り、栄養的なバランスのとれた、1食分の食事を整えられるようにする。食事の組み合わせを考える際には、5年生で学習した「ゆでる」「いためる」の調理経験をもとにおかずを考える。それとともに、みそ汁の実を工夫するなどして、色どりや味のバランスについても気付くことができるようにする。
- (3) 展開に当たっては、米飯とみそ汁を中心とした1食分の食事について考え、おかずやみそ汁の実を工夫した、調和のよい食事を整えることができるようにする。1食分の食事については、米飯とみそ汁、おかず2品の組み合わせについて、まず個で考える。その後、グループで組み合わせについて確認し、役割や時間配分を考えた実習計画を立てて、調理実習を行う。時間配分については、調理にかかる時間のめやすを示し、適切な時間配分を考えられるようにする。そして、1食分の調理実習後に家庭での実践化を図り、実践交流会を行う。友達の実践を聞いて、工夫したことや家族からのアドバイスのよさに気付き、自分のこれからの実践に役立てていくことができるようにする。

本時は、米飯とみそ汁を中心とした1食分の食事の組み合わせについて、前時に考

えたものの確認をグループごとに行う。確認する内容は、栄養的なバランス、色どりや味のバランスである。みそ汁は、調理実習での学習をもとに工夫したもの、おかずは、日常よく使用される野菜、いも類、卵などを材料とする。これまでに学習した「ゆでる」「いためる」といった調理法を用いたものである。これらの組み合わせについて考えていく。

グループで組み合わせについて話し合う活動においては、栄養のバランスを確認しやすいようにマグネットボードを用いる。これは、体内での働きにより、食品を大きく3つのグループに分けた表を貼ったものである。食事に含まれる食品が、どのような栄養を含んでいるのか、食品の絵の上に赤・黄・緑のマグネットを置くことにより、確認していくことができるようにする。確認した組み合わせについて発表し、組み合わせのよさや工夫したところについて共有化を図り、次時の調理実習計画への見通しがもてるようにする。

3 題材の目標

＜家庭生活への関心・意欲・態度＞

- 自分の食生活を振り返り、家族に喜ばれるおかずを作ろうとしている。
- 1食分の食事のとり方に関心をもっている。

＜生活を創意工夫する能力＞

- 家族が喜ぶ1食分の献立とおかずについて考えたり、食品を組み合わせで自分なりに工夫して作ったりしている。
- 米飯とみそ汁を中心とした1食分の食事が、調和のよい食事となるよう、食品の組み合わせなどを考えたり、自分なりに工夫したりしている。

＜生活の技能＞

- これまでの学習を生かして、1食分の食事の計画を立てることができる。
- 安全や衛生に気を付けて料理することができる。

＜家庭生活についての知識・理解＞

- 1食分の食事としてどのように食品を組み合わせればよいのか理解している。
- 食品の選び方やいろいろな調理の仕方を理解している。

4 題材の指導計画・評価計画（13時間扱い 本時5／13時）

小題格	時	学習内容	主な学習活動	学習活動における具体的評価規準
1食分の献立を工夫しよう	1	○バランスのよい食事のとり方 ○1食分の食事についての振り返り	○バランスのよい食事のとり方について知る。 ○1食分の食事をとるときに気をつけていることについて振り返る。	関①バランスのよい食事作りへの学習課題をもととしている。
	2	○食事作りの計画に必要なことについての話し合い ○バランスのよい食事作りのための学習計画の作成	○食事作りで必要なことについて話し合う。 ○バランスのよい食事作りのための学習計画を立てる。	知①食事を作るためには、家族のことや食べる人のことを考えて工夫することが必要なことを理解している。

家族が喜ぶ食事を作ろう	3	○ご飯とみそ汁を中心とした1食分の献立作成	○栄養的なバランスを考えて、ご飯とみそ汁を中心に1食分の食事について考話し合う。	知②栄養のバランスのよい1食分の献立の立て方について理解している。
	4	○個人での献立作成	○自分で、栄養的なバランスを考えながら献立を考える。	知③献立を立てるときに気を付けることについて理解している。
	⑤ 本 時	○1食分の食事における栄養バランスの確認	○1食分の栄養的なバランスを確かめる。	創①栄養的なバランスを考えて食品を組み合わせ、1食分の食事を自分なりに工夫している。
	6 ・ 7 ・ 8 ・ 9 ・ 10 ・ 11	○調理実習計画の作成 ○生鮮食品、加工食品の選び方	○調理実習の計画を立て方を知る。 ○米飯と工夫したみそ汁を中心とした1食分の調理実習計画を立てる。 ○献立に必要な材料を購入したりするときに必要な情報を集めたり、検討したりする。	関②これまでに学習してきたことを生かして、家族が喜ぶおかずを作ろうとする。 関③材料の選び方、買い方に興味をもち、購入しようとしている。 知④調理計画の立て方を理解している。 知⑤食品の選び方や買い方について理解している。 技①材料を購入するために必要な情報を収集し、整理することができる。 創②目的に合った物の選び方や買い方について考えたり、自分なりに工夫したりしている。
		○1食分の調理実習 ○家庭生活での実践化	○米飯とみそ汁はグループで、おかずはペアで作るようにする。 ○盛り付けや配膳を考え、楽しく食事ができるようにする。	技②計画にしたがって1食分の食事の調理実習ができる。 創③盛りつけや配膳を考え、楽しく食事ができるよう工夫している。
	楽食し し事 くを しも よっ うと	○楽しい食事にするための工夫についての振り返り ○食事のマナー ○題材全体の振り返り	○楽しい食事にするためにどんな工夫をしているか振り返る。 ○楽しい食事をするためにどんな工夫ができそうか考える。 ○食事のマナーの大切さについて知る。	関④楽しい食事をするために、自分なりに工夫しようとしている。 知⑥食事の役割について理解している。 知⑦楽しく食事をするためのマナーについて理解している。

5 本時の学習指導(5/13時)

(1) 目標

＜創意工夫＞栄養的なバランスを考えて食品を組み合わせ、1食分の食事を自分なりに工夫している。

(2) 展開

学 習 活 動	時間	教師の働きかけ (○) と評価規準 (◇) A:十分満足 B:おおむね満足 ()評価方法	資料等
1 本時の学習内容を確認する。	3'	○前時に考えた1食分の食事について、栄養的なバランスを中心に組み合わせを確認していくことを伝える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;">こだわりの朝食メニューを完成させよう</div>	・提示用資料 ・学習シート
2 栄養についてこれまでに学習したことを確認する。	3'	○体の中での働きによって、五大栄養素の名称と栄養素が3つに分けられることを確認する。	・食品分類の表
3 グループごとに、1食分の食事の栄養バランスについて話し合う。	20'	○ご飯を主食とする食事、みそ汁と2品のおかずの組み合わせについて、無理のない組み合わせになっているか、確認するよう伝える。	・学習シート
<p>〈手だて〉段階を追って、知識・技能を身に付けられるよう、教材を工夫する。</p>			
4 考えた1食分の食事を発表し、お互いの食事の組み合わせのよさを話し合う。	16'	○グループの中で各自が考えた食事について見合い、最終的によいと思う1食分の組み合わせを選ぶ。 ○栄養的にバランスのよい食事になっているかを確認することができるよう、グループごとに食品分類の表を貼ったマグネットボードを用意する。材料として用いられている食品の絵の上に、赤・黄・緑のマグネットを置いていくことで、1食分の食事に含まれる食品が、すぐに分かるようにする。 ○1食分の食事の栄養的なバランスの確認が進まないグループには、資料を提示し、前時までの調理実習、栄養についての学習を生かして、組み合わせを見直すよう伝える。 ○調理実習のことも考え、こんろの数や時間などを考慮した、栄養的なバランスのよい組み合わせになっているか見直すよう伝える。 ○1食分の食事について確認できた班には、色どりや味のバランスについても考えるよう伝える。	・マグネットボード ・カラーマグネット ・1週間の食事調べの表 ・学習シート

<p>○どのような理由で食事の組み合わせを決めたのか、また、こだわった部分について、分かりやすく発表するよう伝える。</p> <p>○黒板に、主食、主菜、副菜、みそ汁をおく位置が分かるよう、食器の絵を掲示し、児童がその上に食品のカードを置いて説明することができるようにする。</p> <p>○栄養的なバランスや、こだわった部分はどこか、考えながら発表を聞くよう伝える。</p> <p>○栄養的なバランスに偏りがあつたり、技能的に難しいと思われる組み合わせを考えたグループに対して、どのようにすれば、よりよい組み合わせになるか、全員で考えられるようにする。</p> <p>○発表した組み合わせに、見直すとよい点がないようであれば、教師が用意した、1食分の食事の組み合わせを見て、栄養的なバランスが考えられているか、確認することができるようにする。</p>	
<p>◇栄養的なバランスを考えて食品を組み合わせ、1食分の食事を自分なりに工夫している。 <創意工夫> (学習シート、発表)</p> <p>A：1食分の食事の組み合わせについて、栄養的なバランスを考え、色どりや味のバランスについても自分なりに工夫し、他の児童のよい点を自分の組み合わせに生かそうとしている。</p> <p>B：栄養的なバランスを考えて食品を組み合わせ、1食分の食事を自分なりに工夫している。</p> <p>→自分の考えた工夫点について、説明することができるよう助言する。</p> <p>指導を要する児童への手だて</p> <p>→前時の学習のポイントを一緒に復習したり、友だちの食事を参考にしよう助言したりする。</p>	
5 本時の学習のまとめをし、次時からの学習の見通しをもつ。	3' ○1食分の食事について考えたことをまとめ、次時の学習では、調理実習の計画を立てていくことを確認する。

6 備考 在籍児童数 ○○名

学習指導案 2

技術・家庭科学習指導案

平成〇〇年〇月〇日（〇）第〇校時
指導学級・人数・場所 第〇学年〇組 〇人 〇室
指導者 教諭 〇〇 〇〇

- 1 題材名「深め、つなげ、広げよう 技術・家庭科」～ガイダンス～ 【1時間扱い】
家庭分野A 自分の成長と家族(1)ア

2 題材設定の理由

(1) 生徒の実態

県内の小学校1校、中学校2校、高等学校2校にアンケートをとった結果、「家庭科の授業が楽しみである」応えたものは、小6で68%、中1では91.8%であった。この数字からも、入学を機に生徒が、中学校の家庭科の学習に期待を寄せていることがわかる。さらに、食生活の授業については、小6で72%、中1で94.5%が楽しみであると応えており、年代を問わず、調理実習を始めとした授業内容への興味・関心の高さを表している。

また、「これからの中学校の家庭科の授業（食に関すること）で、できるようになりたいことはどんなことですか」という問いに対しては、「一人で栄養バランスや食材について詳しく言えるようになりたい」「5大栄養素と用具の名称が言えないからそれを覚えたい」といった、知識面での充実を求めるものや、「小学校のころはゆでる時になんでも強火にしていたので、場合によって変えたい」「今までは一食分の献立しか作ったことがないので、3食きちんと見た目も栄養バランスもバッチリな食事を考え作ってみたい」など、技能の向上を期待する様子もうかがえる。しかし、一方で「これからの中学校の家庭科の授業（食に関すること）を受けるのに、不安なことや心配なことは、どんなことですか」に対しては、「班に迷惑をかけないようにできるか心配」「自分が調理する時に、自分のとっている行動は正しいのか」「決まった班で協力してできるか心配」など、知識や技能とは別に、中学校の新たな環境や仲間の中で、周囲とうまくやっていけるかという不安を抱いているものがあることもわかってきた。

正しい知識の習得と、達成感を持たせる経験を積ませるとともに、個に配慮したグループワークや、習熟度に応じた学習形態を取り入れるなどの工夫が、今まで以上に必要とされる状況であると考える。

(2) 題材について

新学習指導要領では、学習を体系的に行う視点から、内容のAの(1)「自分の成長と家族」に小学校家庭科の学習を踏まえた家庭分野のガイダンス的な内容を設定し、3学年間の学習の見通しをもたせるために、第1学年の最初に履修させることとしている。

本題材では、小学校の家庭科教諭と連携を図り、小学校の5・6年生で学んできた家庭科の内容を1枚のワークシートにまとめ、中学校に持ち上がるという新たな試みを取り入れている。一人ひとりの学習の履歴や家庭生活における役割などが記録されており、2学年間の成長を実感できるものとなっている。中学校第1学年の最初の授業で、このワークシートを改めて活用することで、小学校家庭科の学習を振り返るとともに、できるようになったことを確認し、そのことから自信を持たせ、中学校の学習への期待をさらに高める手立てとなる。

また、それらを土台として中学校の家庭科の学習、さらには高等学校の学習や将来的な自立につながっていく道筋を捉えさせ、見通しをもたせることができる。さらに、他の小学校から入学

してきた，クラスの仲間に小学校時代に学んできたことを紹介し，中学校の家庭科で学んでいきたいことや，身に付けたいことを伝え合う場面を設け，互いに認め，励まし合い，意欲的に授業に臨む姿勢をはぐくむこともねらいとし，本題材を設定した。

(3) 指導観

小学校からのワークシートには，2年間の家庭科の学習を通してできるようになったことを随時書き込んである。そこで，記入してあるものを整理しながら，中学校の学習内容との体系化を図り活用していきたい。これは，既習内容とこれから3年間の学習をつなげるとともに，見通しをもたせることをねらいとしている。

また，次時より食生活の授業を始めることも考え，グループの内の発表では，食生活の内容にしぼって伝え合う活動とする。3年後の自分をイメージするだけでなく，これからともに学び合う仲間との関わりに期待をもって臨むための機会としたい。

さらに，中学校編のワークシートを続けて記入していくことで，学びの深まりやつながりを確認したり，記録を蓄積していくことが，自信や将来に向けての展望にもつながっていくことに気付かせるようにしたい。自己肯定感が他者との関わりにもプラスの効果をもたらすことができるよう，言葉かけを工夫したい。

3 題材の目標

小学校での学習を振り返り，中学校3学年間の学習について見通しをもつことができる。

4 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
3学年間の学習に見通しをもち，自分の成長と家族や家庭生活との関わりについて関心をもって学習活動に取り組もうとしている。			

5 指導計画及び評価計画（32＋3時間扱い）

小題材	時間	ねらい	学習内容	評価
深め、つなげ、広げよう 技術・家庭科	1	小学校の学習を振り返りながら自己を見つめ，3学年間の学習について見通しをもつことができる。A(1)ア	<ul style="list-style-type: none"> 家庭生活や，小学校家庭科の学習を振り返る。 家庭分野の学習のねらいと概要を知る。 自分ができるようになりたいことや，3年後のイメージをもつ。 自分の課題や目標を明確にする。 	<ul style="list-style-type: none"> 小学校の学習を振り返り，3学年間の見通しをもって学習に取り組もうとしている。【関・意・態】

中学生の食生活と栄養について考えよう	4	中学生の食生活と栄養について理解し、健康によい食習慣について考えることができる。B(1)アイ	<ul style="list-style-type: none"> ・生命の維持や健康の保持増進、成長、人間関係を深めたり文化を伝えたりするなどの食事の役割について知る。 ・栄養バランスがよい食事、規則正しい食事の重要性について理解し、自分の食習慣を見直す。(食事調べ) ・五大栄養素の種類と働き、食物繊維と水の働き、食事摂取基準について知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の食生活に関心をもち、健康によい食習慣について考え、よりよいものにしようとしている。【関・意・態】 ・自分の食生活を点検し、課題を見付けその解決を目指し、工夫している。【工・創】 ・中学生の食生活と栄養に関する基礎的・基本的な知識を身に付けている。【知・理】
栄養満点、私の献立づくり	4	食品群別摂取量の目安を利用し、中学生に必要な1日分の献立を考えることができる。B(2)アイ	<ul style="list-style-type: none"> ・日本食品標準成分表、食品群別摂取量の目安について知る。 ・中学生の1日に必要な食品の概量を知り、実際の食品を食品群に分類する。 ・自分のある1日の生活を考え、献立を作成する。(主食・主菜・副菜・汁物等の料理の組合せ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の栄養的特質について理解している。【知・理】 ・食品群や食品群別摂取量の目安について理解している。【知・理】 ・自分の生活に合った食事のとり方を考え、必要な栄養量を満たすために料理や食品の組合せについて工夫している。【工・創】
食品の選びの達人を目指そう	5	生鮮食品や加工食品の特徴を知り、表示から情報を読み取り、選ぶことができる。B(2)ウ	<ul style="list-style-type: none"> ・生鮮食品の特徴を知り、その選び方について考える。 ・加工食品の種類の特徴や加工の目的や保存の原理をまとめる。 ・加工食品の表示調べを行う。 ・食品添加物の表示と種類を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の表示に関心をもち、情報を読み取ろうとしている。【関・意・態】 ・生鮮食品と加工食品の表示の意味と良否の見分け方について理解している。【知・理】
地域や季節の食材を使った調理をしよう	1 8	安全と衛生に配慮し、基礎的な日常食や地域、季節の食材を用いた行事食などの調理ができる。B(3)アイ	<ul style="list-style-type: none"> ・魚、肉、野菜を中心とした基礎的な日常食の調理を行う。 ・安全で衛生的な食品や調理器具の取扱い方と適切な保存や管理について考える。 ・行事食や郷土料理について調べ、調理を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の調理上の性質について理解している。【知・理】 ・調理の目的や食材に合った基本的な調理操作ができる。【技】 ・食品や調理用具の安全と衛生に留意した取扱い方について理解している。【知・理】 ・地域や季節の食材を生かした調理を通して、行事食や郷土料理に関心をもっている。【関・意・態】

家族のためにおべんとうを作ろう	2	食生活に関心をもち、課題をもって家族のためのおべんとう作りの活動について工夫し、計画を立てて実践できる。B(3)ウ	<ul style="list-style-type: none"> 家族のために課題をもち、おべんとうの計画を立てる。 グループで評価し合い、おべんとうがより良くなるように改善を加える。 	<ul style="list-style-type: none"> 家族の食生活に関心をもち、課題を主体的にとらえおべんとうの計画を立てようとしている。【関・意・態】 家族の食生活に課題を見付け、おべんとう作りの計画に自分なりの工夫をすることができる。【工夫・創造】
	家庭実践		※長期休暇等を利用し、家庭での実践を行う。	
	1		<ul style="list-style-type: none"> おべんとう作りの実践を発表し、相互評価をする。 実践の成果と課題についてまとめ、これからの生活に生かせることを考える。 	<ul style="list-style-type: none"> 家族のためのおべんとう作りの実践の成果と課題についてまとめたり、発表したりすることができる。【工夫・創造】

6 本時の学習（1 / 3 2 + 3 時間）

（1）本時の目標

小学校の学習を振り返りながら自己を見つめ、3学年間の学習について見通しをもつことができる。

（2）展開

学習内容	学習活動	時間	教師の働きかけ	評価と指導の工夫 【】 評価の観点 ◇ 評価方法 ○ 評価規準
導入	<ul style="list-style-type: none"> 小学校家庭科の調理実習で作った料理や、布を用いた作品の写真を見て、当時の様子を振り返る。 小学校家庭科2年間で記録した「こんなに成長したよ」ワークシートで学習内容や身についたことを確認する。 	10	<ul style="list-style-type: none"> 小学校の家庭科担当の教師から、実際に授業で扱った題材の調理品や、ミシン縫いで制作した作品の写真などを預かり、それらを提示する。 ワークシートは、小学校から教師が預かっておき配布するか、小学校から中学校へ持ちあがって使用することをあらかじめ指導してもらい、本時に持参させる。 	
学習課題の設定	学習課題：技術・家庭科（家庭分野）の学習について知り、見通しをもとう。			
小学校の学習や家庭生活の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> 小学校で学習してきたことや家庭で行っているお手伝いと、これから中学校3年間の家庭分野で学習する内容とのつながり確かめる。 	10	<ul style="list-style-type: none"> ワークシートに記述してあることを発表させ、中学校3年間の学習内容と関連させながら紹介する。つなげる。「小学校家庭、中学校技術・家庭分野の内容一覧」（中学校学習指導要領解説 技術・家庭編 P 70）に基づいて行う。 	

3 学年間の学習の見通し			<ul style="list-style-type: none"> ・3年間で学習することを、具体的にイメージし、見通しが持てるよう、写真や製作物なども見せる。 	
自己評価	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに、小学校で学んだことや家庭のお手伝いで身につけて得意なことと、中学校の授業で助けて欲しいこと（自信のないこと）を記入する。 	10	<ul style="list-style-type: none"> ・記入後に内容を伝え合うことや、そのねらいを知らせておくことで、安心して発表ができるよう配慮する。 ・これまで一人ひとりが培ってきたものが自信となり、意欲的に授業に臨む姿勢につながるよう、記述内容を工夫させる。 ・苦手な部分を互いに開示することで、これから助け合い、励まし合って学習するための雰囲気づくりに生かす。 	<p>【関・意・態】 〈観察・ワークシート〉</p> <p>○小学校の学習を振り返りながら自己を見つめ、3学年間の学習について見通しをもとうとしている。</p>
発表	<ul style="list-style-type: none"> ・実習班のメンバーで、ワークシートの内容を発表し合う。 	8	<ul style="list-style-type: none"> ・次時から始まる食生活の学習についての内容にしぼって発表させる。 ・互いに共感的な姿勢で発表が聞けるよう、声をかける。 	
技術・家庭科（家庭分野）のねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の中で大切にしていきたいことや、自分のめあて等について考える。 	5	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭分野の学習を通して、どのような力をつけて欲しいのかなど、ねらいや学習意図を知らせる。 ・実習に伴う安全、衛生に関わる事項について触れ、注意を促す。 	
自分のめあてまとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・メンバーの発表や、教師からの話を聞き、これからの自分の学習のめあてをワークシートに記入し発表する。 	7	<ul style="list-style-type: none"> ・数名の生徒に発表させ、これからの学習への意欲を喚起する。 ・ワークシートの記述内容から、本時のねらいが達成できたか確認する。 	

学習指導案 3

技術・家庭科学学習指導案

平成〇〇年〇月〇日（〇）第〇校時
指導学級・人数・場所 第〇学年〇組 〇人 〇室
指導者 教諭 〇〇 〇〇

1 題材名「家族のためにおべんとうを作ろう」～生活の課題と実践～ 【3時間扱い】 家庭分野 B 食生活と自立（3）ウ

2 題材設定の理由

（1）生徒の実態

県内の小学校1校、中学校2校、高等学校2校にアンケートをとった結果、「食生活」に関する授業への興味関心はどの学年の生徒も比較的高いと言える。特に中1は「食生活についての授業が楽しみ」と答える生徒が94.5%と高い値を示しており、小学校での家庭科の学習を終え、中学校の学習への期待が高まっていると考えられる。しかし、料理が自分で作れるようになりたいという思いが強い一方で、調理に自信のある生徒は中1が43.8%、中3が25.0%と少ない。そのため、技能的な面で自信をつけさせ、高等学校へとつなげる必要があると考える。

また、授業で学んだ知識や技術を家庭でも生かしているのは、小学生が80.0%と一番多く、学年が上がるにつれ少なくなり、高3では25.0%となり、家庭での活用が減ってしまっている。しかし、食に関する知識や技術の活用は、社会人となる手前の中・高生こそ、行ってほしいものである。中学校、高等学校でも学習したことを家庭で実践できる取り組みを授業の中に組み込んでいく必要があると考える。

（2）題材について

この学習は、「食生活と自立」の最後のまとめの学習として行い、高等学校で学習する家庭科の授業につなげる役割を果たしている。また、「生活の課題と実践」として扱い、学習した知識と技術を活用し、これからの生活を展望する能力と実践的な態度をはぐくむことがねらいである。

本題材では、「食生活と自立」で学習した事項をより多く活用させるために、家族のためにおべんとうを作るというテーマに絞って設定した。「食生活と自立」で学習したことを基礎とし、テーマの中で課題を見つけ、解決のために計画を立て、調査したり自分なりの工夫を加えたりしながら実践を行う。課題を解決するには、必ず献立作成、栄養バランスの考慮、買い物、調理、盛り付け、片づけなどが含まれる。生徒によっては、食材の選択について考えたり、旬の食材を使ったり、環境に配慮した調理も実践できる。つまり、「食生活と自立」で学習したことが一通りそれぞれの家庭で実践できる題材になっている。この題材を指導計画の最後の部分に行うことで、「食生活と自立」で学習した内容を活用し、生活に結び付けて考える力を育てたい。また、さらに高次の学習となる高等学校での学習につなげたいと考え、本題材を設定した。

（3）指導観

学習の進め方は、「課題設定、計画、実践、評価、改善」の流れに従って行う。課題を見付けることに苦勞する生徒が多いため、課題設定にスムーズに入れるように、最初に課題設定の練習を取り入れた。次に、計画の段階では、グループで評価し合うことでより工夫した献立が考えられるようにしている。実践は長期休業を利用して家庭で行い、レポートにまとめ、学校では実践発表会を行う。レポートについて自己評価や相互評価をすることで、よりよい食生活を送るため

の改善案や次への実践に結び付ける。この学習は、将来にわたって生活を進んで工夫し創造する意欲や態度育てるのがねらいであるため、生徒が次の実践を進んで行えるように、実践を十分賞賛し、意欲を持たせることが重要であると考え。そして、その意欲を、日常生活での実践や高等学校での学習意欲につなげていきたい。

3 題材の目標

自分や家族の食生活に関心をもち、問題点を改善する工夫や食生活をさらに豊かにするための工夫を考えたりするなど、課題をもって日常食の調理を行うことができる意欲と態度を育てる。

4 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
日常食の調理と地域の食文化について関心をもって学習活動に取り組み、食生活をよりよくするために実践しようとしている。	日常食の調理と地域の食文化について課題を見付け、その解決を目指して自分なりに工夫し創造している。		

5 指導計画及び評価計画（32+3時間扱い）

小題材	時間	ねらい	学習内容	評価
深め、つなげ、広げよう 技術・家庭科	1	小学校の学習を振り返りながら自己を見つめ、3学年間の学習について見通しをもつことができる。A(1)ア	<ul style="list-style-type: none"> 家庭生活や、小学校家庭科の学習を振り返る。 家庭分野の学習のねらいと概要を知る。 自分ができるようになりたいことや、3年後のイメージをもつ。 自分の課題や目標を明確にする。 	<ul style="list-style-type: none"> 小学校の学習を振り返り、3学年間の見通しをもって学習に取り組もうとしている。【関・意・態】
中学生の食生活と栄養について考えよう	4	中学生の食生活と栄養について理解し、健康によい食習慣について考えることができる。B(1)アイ	<ul style="list-style-type: none"> 生命の維持や健康の保持増進、成長、人間関係を深めたり文化を伝えたりするなどの食事の役割について知る。 栄養バランスがよい食事、規則正しい食事の重要性について理解し、自分の食習慣を見直す。(食事調べ) 五大栄養素の種類と働き、食物繊維と水の働き、食事摂取基準について知る。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分の食生活に関心をもち、健康によい食習慣について考え、よりよいものにしようとしている。【関・意・態】 自分の食生活を点検し、課題を見付けその解決を目指し、工夫している。【工・創】 中学生の食生活と栄養に関する基礎的・基本的な知識を身に付けている。【知・理】

栄養満点、私の献立づくり	4	食品群別摂取量の目安を利用し、中学生に必要な1日分の献立を考えることができる。B(2)アイ	<ul style="list-style-type: none"> ・日本食品標準成分表、食品群別摂取量の目安について知る。 ・中学生の1日に必要な食品の概量を知り、実際の食品を食品群に分類する。 ・自分のある1日の生活を考え、献立を作成する。(主食・主菜・副菜・汁物等の料理の組合せ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の栄養的特質について理解している。【知・理】 ・食品群や食品群別摂取量の目安について理解している。【知・理】 ・自分の生活に合った食事のとり方を考え、必要な栄養量を満たすために料理や食品の組合せについて工夫している。【工・創】
	5	生鮮食品や加工食品の特徴を知り、表示から情報を読み取り、選ぶことができる。B(2)ウ	<ul style="list-style-type: none"> ・生鮮食品の特徴を知り、その選び方について考える。 ・加工食品の種類の特徴や加工の目的や保存の原理をまとめる。 ・加工食品の表示調べを行う。 ・食品添加物の表示と種類を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の表示に関心をもち、情報を読み取ろうとしている。【関・意・態】 ・生鮮食品と加工食品の表示の意味と良否の見分け方について理解している。【知・理】
地域や季節の食材を使った調理	18	安全と衛生に配慮し、基礎的な日常食や地域、季節の食材を用いた行事食などの調理ができる。B(3)アイ	<ul style="list-style-type: none"> ・魚、肉、野菜を中心とした基礎的な日常食の調理を行う。 ・安全で衛生的な食品や調理器具の取扱い方と適切な保存や管理について考える。 ・行事食や郷土料理について調べ、調理を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品の調理上の性質について理解している。【知・理】 ・調理の目的や食材に合った基本的な調理操作ができる。【技】 ・食品や調理用具の安全と衛生に留意した取扱い方について理解している。【知・理】 ・地域や季節の食材を生かした調理を通して、行事食や郷土料理に関心をもっている。【関・意・態】
	2	食生活に関心をもち、課題をもって家族のためのおべんとう作りの活動について工夫し、計画を立てて実践できる。B(3)ウ	<ul style="list-style-type: none"> ・家族のために課題をもち、おべんとうの計画を立てる。 ・グループで評価し合い、おべんとうがより良くなるように改善を加える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族の食生活に関心をもち、課題を主体的にとらえおべんとうの計画を立てようとしている。【関・意・態】 ・家族の食生活に課題を見付け、おべんとう作りの計画に自分なりの工夫をすることができる。【工夫・創造】
家族のためにおべんとうを作ろう	家庭実践	※長期休暇等を利用し、家庭での実践を行う。		
	1	<ul style="list-style-type: none"> ・おべんとう作りの実践を発表し、相互評価をする。 ・実践の成果と課題についてまとめ、これからの生活に生かせることを考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族のためのおべんとう作りの実践の成果と課題についてまとめたり、発表したりすることができる。【工夫・創造】 	

6 本時の学習（1, 2/3時間）

（1）本時の目標

・家族の食生活をよりよくすることに興味をもち、課題を主体的にとらえおべんとうの計画を立てようとする。

・家族の食生活に課題を見付け、おべんとう作りの計画に自分なりの工夫をすることができる。

（2）展開

学習内容	学習活動	時間	教師の働きかけ	評価と指導の工夫 【】評価の観点 〈〉評価方法 ○評価規準
導入	<ul style="list-style-type: none"> ・Aさんのある日のおべんとうの写真を見て問題点を挙げる。 ・Aさんにあったおべんとうはどんなものか考え、発表する。 	10	<ul style="list-style-type: none"> ・Aさんの年齢や体型、生活の様子について挙げ、食生活の問題点に目を向けさせる。 ・理想的なおべんとうの割合（1：2：3＝主菜：副菜：主食）を知らせる。 ・課題設定、解決の練習をすることで、次に行う自分の課題を見つけやすくする。 	
これまでの知識や技術を生かして家族のためにおべんとうを作ろう				
学習課題の設定 計画	<ul style="list-style-type: none"> ・誰のために、どんなおべんとうを作るのか、自分の課題を設定する。 	10	<ul style="list-style-type: none"> ・条件として「家族のために思いを込める」「栄養バランスが良い」おべんとうを挙げる。 ・作る相手の好みや健康状態、旬や調理時間などを考えさせることでこれまでの学習を結びつけさせる。 	【関・意・態】 〈観察・ワークシート〉 ○家族の食生活をよりよくすることに興味をもち、課題を主体的にとらえおべんとうの計画を立てようとしている。
学習の確認 実践	<ul style="list-style-type: none"> ・おべんとうの献立作成ポイントを知る。 ・おべんとうに入れる献立を考える。 	10	<ul style="list-style-type: none"> ・スライド等を利用し、視覚的、かつ短時間で押さえる。 	
発表 評価	<ul style="list-style-type: none"> ・考えたおべんとうについてグループ内で発表し、お互いに付箋にアドバイスを書く。 ・友だちからのアドバイ 	15	<ul style="list-style-type: none"> ・ある程度献立作成が進んだところで、よいおべんとうの条件6つをチェックし振り返ることで、改善につなげる。 ・友だちからアドバイスをもらうこと 	
	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちからのアドバイ 	10	<ul style="list-style-type: none"> ・さまざまな角度からおべん 	【工夫・創造】

<p>改善</p> <p>まとめ</p>	<p>スを参考に変更した所を赤ペンで記入する。</p> <p>・献立を立てる時に考えたことや工夫した所を書く。</p>	<p>5</p>	<p>とうを考えられるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友だちからのアドバイスを自分なりの工夫に変え、よりよいおべんとうになるように改善させる。 ・本時の授業で考えたことを明確にするため、文章で表現させる。 	<p>〈ワークシート〉</p> <p>○家族の食生活に課題を見付け、おべんとう作りの計画に自分なりの工夫をすることができる。</p>
----------------------	---	----------	---	--

~生活の課題と実践~ 「家族のためにお弁当を作ろう」



- 1 右の写真、Aさんのある日の昼ごはんを見て考えよう。
 (1) この昼ごはんの問題点は何ですか。



Aさん



職業：会社員 年齢：43歳
 気になること：ちょっと太り始めている。
 好きな食べ物：肉
 苦手な食べ物：野菜
 昼食は自分で選んで買ったお弁当を食べることが多い。



- (2) Aさんに合った昼ごはんはどんなものだろう。

- 2 夏休みの課題として家族のために作るお弁当について考えよう。

- 条件 ①家族の誰かのために、思いを込めて作ること
 ②栄養バランスの良い献立にすること

(1) どんなことに気をつけて献立を考えたらいいですか。重要の度合いに応じて◎や○をつけよう。

◎	栄養バランス
	量
	彩り
	好み
	旬の食材
	健康状態
	品数
	環境
	調理時間
	その他 ()
	その他 ()

(2) あなたは、誰のためにどんなお弁当を作りますか。

私は、_____のために、

という思いを込めたお弁当を作ります。

その理由は、

(3) おべんとうに入れる献立を考えよう。
※言葉やイラストを使って表現しよう。



※友だちからのアドバイスを貼ろう

※友だちからのアドバイスを聞いて、変更した所を赤ペンで書き加えよう。

チェック

次のチェックをしよう。

主食、主菜、副菜がそろっている。

1群から6群までバランスよく食

品を使っている。

汁が出ないものを使っている。

いろどりがよい。

赤・黄・緑・白・黒

食べる人の好みを考えている。

時間がたっても傷みにくい。

作る相手のことを考えたり、工夫したりした所を説明しよう。

年 組 番 氏名

学習指導案 4

高等学校家庭科「家庭総合」学習指導案

1 題材名 生涯の健康を見通した食生活 ～日々の食事を考えよう～

2 題材設定の理由

(1) 生徒の実態

高等学校の生徒に、家庭科の食生活分野の学習の前後でアンケートを実施した。とりわけ生徒は洋食を好み、日々の食事が欧風化している中で、その調理法と併せて栄養バランスの偏らない食事の献立を知りたい等、日々の実践の手助けとして家庭科の授業に知識や調理体験を求めているようだった。基本的な知識や技術は、高等学校の学習前までも大半の生徒が身に付けていると実感している様子が伺えたが、「食べ物を購入するときに重視することがある」という回答の生徒が大多数を占める中で、その内訳は食べ物を「価格」や「味」・「量」を重視して購入すると答えた生徒が最も多く、その安全性などにまで考えが及んでいる家庭がまだまだ少ないということが読み取れた。食の授業の前後で変化が目立ったのは、「食事を摂るときに栄養バランスを気にしている」、「小・中・高校の家庭科の食生活での授業の内容が家庭で役立つことがある」等で、中でも目立った感想は、「食品の表示」の見方や「食品添加物」「化学調味料」等の安全性についての知識が食品選択に非常に役立つという回答である。これは、高校生になって購買活動が盛んになり活動範囲が広がった背景とも関連しているのではないかと推測され、高校生になって大人の生活に近づくにつれ、興味・関心が多岐に渡り生活体験も豊富になってくる環境背景に伴って、生活についての様々な知識をたくさん吸収したい、自己の判断力や技術を身に付けたいと考えている現状が伝わってきた。

そこで、総合的な判断力を養う一助として、食生活の一通りの学習後に、協調学習的な形態を取り入れて授業展開をしてみてもどうかと考えた。彼らの日常生活での食事風景を思い起こさせながら仲間と話し合い、場面に応じた献立作成や食品選択をするという設定である。

(2) 題材観

現代の生活は、経済的・物質的には大変豊かになり、食生活においては「飽食の時代」とも言われ、私たちは日々、様々な食品を目の当たりにしている。日本国内にしながら、世界各国の名産や料理・食品を簡単に口にすることもできるし、インターネットの普及により、自宅にしながら簡単に世界中の店から商品を注文し受け取ることもできる。また、「生活」についての多くの情報は、雑誌やテレビ・コンピューターなどから大量に、そして簡単に手に入り、大変便利な世の中になった。しかし、その一方で、逆にその選択肢の多さや複雑に多様化した食生活が、現代の私たちの食生活を混乱させている場面もあるように感じる。日本人が気候風土に合わせ培ってきた栄養素摂取量のバランスや食膳形式がおろそかになり、昔ながらの手作りの食事が時間短縮のしやすい加工食品に取って代われ、食品の生産から市場に出回るまでの過程も見えにくくなった現代において、私たちは、食べ物がどのように作られて、どのようにして私たち消費者の手元に届けられるのかということを知らないでいることが多くなってきたように思う。モノや情報があふれるなかで、必要なものを選ぶ目を養うとともに、食事を作り、人と食べる楽しさを学び、次世代に伝えていくべき日本の食についても気付かせたいと考える。

(3) 指導観

これまで食生活の授業では、生涯にわたって心身ともに健康であるための基礎的な体づくりや食習慣づくりの大切さ、よりよい食習慣を身につけるための知識と技術の習得、一人一人の生活の質(QOL)を高める視点とともに、食料自給率や生活習慣病予防、資源環境などの視点から食生

活を見つめなおすことを目的として学習してきた。食生活最後のこの授業においては、これまでの総合的な学習として、日々の食生活を具体的に意識しながら、仲間とともに話し合うことで知識の定着をはかり、総合的に思考・判断し実践する力に結びつけていきたいと考える。

3 指導目標

栄養、食品、調理、食品衛生などについて科学的に理解させ、食生活の文化に関心を持たせるとともに、必要な知識と技術を習得して安全と環境に配慮し、主体的に食生活を営むことができるようにする。

4 題材の評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	技術・表現	知識・理解
栄養、食品、調理、食品衛生などに関心を持ち、意欲を持って学習活動に取り組んでいる。	家族の食生活について課題を見付け、その解決を目指して思考を深めている。	家族の食生活を健康で安全に営むために必要な基礎的・基本的な技術を身に付けている。	栄養、食品、調理、食品衛生などについて理解し、家族の食生活を健康で安全に営むために必要な基礎的・基本的な知識を身に付けている。

5 指導計画（20時間扱い）

時	指導内容	指導目標	評価の観点	評価方法
1	<u>これからの食生活</u> 1 食料生産と食料問題 ・食料自給率 2 食生活の安全 3 環境負荷の少ない食生活	○ 「食料自給率」「世界の食料事情」「食生活の安全」「環境負荷の少ない食生活」について具体的に理解し、食生活の現状とこれからの課題について考える。	○ 日本の「食料自給率」と「世界の食料事情」「食生活の安全」「環境負荷の少ない食生活」について具体的に理解し、その現状と課題についてしっかり考えようとしているか。 (関心・意欲・態度)	プリント
2	<u>食生活の安全と衛生</u> 1 食生活の衛生と安全 ・残留農薬 ・遺伝子組み換え食品	○ 自分たちの食品がどこから来て、生産現場がどのようになっているのか、食の安全について関心を持つ。	○ 自分たちの食の安全について、様々な知識を得て、関心を持ち、自ら考えようとしているか。 (思考・判断)	プリント
3	2 食品の選択と保存 ・表示による選択	○ 食品の表示を確認することで、外見だけではわからない食品の情報が確認できることを理解する。	○ 食品の表示について理解しているか。 (知識・理解) ○ その食品の情報を見て、内容を判断することができるか。 (思考・判断)	プリント プリント
4	1 食生活の衛生と安全 ・食品添加物	○ 加工食品の製造過程で 사용되는食品添加物についての基礎知識を身に付け、食品の選択について理解を深める。	○ 食品添加物の使用目的・安全性等についての基礎知識を理解し、我が国の食品の在り方・自分たちの食品の選択の仕方について理解を深めることができたか。 (知識・理解)	プリント

5	<u>ジュース探検</u> 「自分でよく飲む清涼飲料水の糖度をはかる」 「食品添加物でジュース作り」	○ 清涼飲料水の糖度について理解を深める。 ○ 食品添加物(香料・酸味料・着色料)と水だけを使い、普段私たちが消費しているようなジュースを簡単に作ることを知る。	○ 普段消費している清涼飲料水の糖度と自分たちの健康について考えることができたか。 (関心・意欲・態度) ○ 日頃から私たちが口にしている食品を通して、食品添加物を身近に感じ、より自分たちの問題として意識を高めることができたか。 (思考・判断)	観察 プリント 観察 プリント
6	「果汁 10%オレンジジュース作り」	○ 生搾りオレンジ果汁 100%と生搾り果汁 10%のオレンジジュースの味の違いを感じることができる。 ○ 市販の果汁 10%のオレンジジュースと生搾り 10%ジュースを同じ品質の味にするために、食品添加物が必要になることを知る。	○ 市販の果汁 100%でないオレンジジュースを通して、糖度と自分たちの健康について考えることができたか。 (関心・意欲・態度) ○ 日頃から私たちが口にしている食品を通して、食品の製造過程や食品添加物の使用目的を身近に感じ、より自分たちの問題として意識を高めることができたか。 (思考・判断)	観察 プリント 観察 プリント
7	1 食生活の衛生と安全 ・食生活が原因の疾病とその予防	○食品衛生における安全性の大切さを理解する。 ○食中毒の種類と予防法を知る。	○安全で衛生的な食生活について考えようとしているか。 (関心・意欲・態度) ○食中毒の種類と予防法について理解しているか。 (知識・理解)	観察 観察
8	<u>献立と調理</u> 1 調理の基本 2 調理室の使い方 3 住まいの衛生とゴキブリ	○調理の基本と調理室の使い方を理解し、調理室でスムーズに調理実習ができるようにする。 ○住まいの衛生とゴキブリとの関係を認識する。	○調理室の使い方・実習の準備と基本・調理の安全・衛生について具体的に考えることができたか。 (思考・判断) ○住まいを衛星的に保つことの大切さ・方法、ゴキブリの発生を防ぐこととの関係を認識したか。 (思考・判断)	プリント 観察
9	<u>食事と栄養・食品</u> 1 生涯の健康と食生活 ・日本における食文化と食膳形式 ・日本型食生活の変化 ・現代人の食生活	○栄養的にバランスのとれた食事と日本型食生活について、日常の食事と関連付けて具体的に考える。 ○ 欧米の食生活に比べカロリー摂取量が低かった日本型食生活の近年の変化について理解する ○ 現代の食生活の現状とその課題を具体的に理解する。 ○自分と家族の食生活の問題点にも気付かせる。	○栄養的にバランスのとれた食事と日本型食生活について、日常の食事と関連付けて具体的に考えているか。 (思考・判断) ○ 欧米の食生活に比べカロリー摂取量が低かった日本型食生活の近年の変化について理解しているか。 (知識・理解) ○ 現代の食生活の現状と問題点について思考を深めているか。 (思考・判断) ○家族の栄養と食事について、各自の食生活を振り返って考えようとしているか。 (関心・意欲・態度)	プリント プリント プリント プリント
10	2 栄養と栄養素 生涯の健康を見通した	○栄養的にバランスのとれた食事の重要性や栄養素の種類と機能、栄養的な特徴を理解する。	○栄養的にバランスのとれた食事の重要性や栄養素の種類と機能、栄養的な特徴を理解しているか。 (知識・理解) ○食事摂取基準や食品群別摂取量の目安を日常	プリント プリント

	<u>食事計画</u> ・ 食事摂取基準	○ 食事摂取基準や食品群別摂取量の目安を日常の食事と関連付けて理解する。	の食事と関連付けて理解しているか。 (知識・理解)	
11	<u>食事と栄養・食品</u> ・ 炭水化物、脂質、たんぱく質	○ 食品中の栄養素とその特性を理解し、日常生活で適切な食品を選択する力を身に付ける。	○ 主な食品の栄養的特質と調理上の性質を理解しているか。 (知識・理解)	観察
12	<u>小麦粉を使ったおやつ作り</u> 「クッキー」	○ グルテンの働きを理解し、身近にある小麦粉で美味しいおやつを簡単に作ることができることを知る。 ○ 手作りすることで、無添加で糖度を調整したおやつ作りができることを知る。	○ グルテンの働きを理解しているか。 (知識・理解) ○ 実習の事前準備がきちんとできているか。 (関心・意欲・態度) ○ 食品の特質や調理法などに関心をもち、調理実習に取り組んでいるか。 (関心・意欲・態度) ○ 身近にある食品で、簡単に無添加のおやつができるということを理解したか。(技能・表現) ○ 安全と衛生に配慮した調理ができるか。 (技能・表現)	観察 観察 観察 観察 プリント 観察
13	<u>食事と栄養・食品</u> ・ 無機質、ビタミン <u>中華料理の献立</u>	○ 食品中の栄養素とその特性を理解し、日常生活で適切な食品を選択する力を身に付ける。	○ 主な食品の栄養的特質と調理上の性質を理解しているか。 (知識・理解)	観察
14	「麻婆豆腐・ご飯・ムーシータン・杏仁豆腐」 1 調理実習の解説 2 一日分の献立作成	○ 中華料理の基本を理解する。 1 片栗粉の扱い方を理解する。 2 ご飯の炊き方を理解する。 3 寒天の扱い方を理解する。 ○ 本膳を一食と考えた上で、一日分の栄養的な食事の献立を考える。	○ 調理実習の事前学習をきちんと理解しているか。 (知識・理解) ○ 本膳を一食と考えた上で、栄養バランスを考慮して適切な一日分の食事の献立を考えたか。 (思考・判断)	観察 プリント プリント
15 16	2 調理実習	○ 基本的な調理技術を習得する。 1 片栗粉が扱えるようになる。 2 ご飯が炊けるようになる。 3 寒天が扱えるようになる。 4 食材にあった切り方ができるようになる。	○ 調理実習の事前準備がきちんとできているか。 (関心・意欲・態度) ○ 主な食品の特質や調理法などに関心をもち、調理実習に取り組んでいるか。 (関心・意欲・態度) ○ 調理の基礎技術を身に付けているか。 (技能・表現) ○ 配膳や食事のマナーを踏まえ、楽しく食事する工夫ができるか。 (技能・表現) ○ 安全と衛生に配慮した調理ができるか。 (技能・表現)	観察 プリント 観察 プリント 観察 プリント 観察 プリント

17	<p>日本料理の献立 「秋刀魚の蒲焼丼・ 青菜の胡麻和え・ 澄まし汁」</p> <p>1 調理実習の解説</p> <p>2 一日分の献立作成</p>	<p>○日本料理の基本を理解する。</p> <p>1 魚の三枚おろしと蒲焼の焼き方を理解する。</p> <p>2 野菜(青菜)のゆで方を理解する。</p> <p>3 澄まし汁(吸い物)の基本の形と煮出し汁(混合だし)の取り方を理解する。</p> <p>○本膳を一食と考えた上で、一日分の栄養的な食事の献立を考える。</p>	<p>○調理実習の事前学習をきちんと理解しているか。 (知識・理解)</p> <p>○本膳を一食と考えた上で、栄養バランスを考慮して適切な一日分の食事の献立を考えたか。 (思考・判断)</p>	<p>観察 プリント</p> <p>プリント</p>
18 19	2 調理実習	<p>○日本料理の基本的技術を習得する。</p> <p>1 魚の三枚おろしと蒲焼ができるようになる。</p> <p>2 野菜のゆで方を理解し、青菜をゆでることができるようになる。</p> <p>3 澄まし汁(吸い物)の基本の形を理解し、煮出し汁(混合だし)がとれるようになる。</p>	<p>○調理実習の事前準備がきちんとできているか。 (関心・意欲・態度)</p> <p>○主な食品の特質や調理法などに関心を持ち、調理実習に取り組んでいるか。 (関心・意欲・態度)</p> <p>○調理の基礎技術を身に付けているか。 (技能・表現)</p> <p>○配膳や食事のマナーを踏まえ、楽しく食事する工夫ができるか。 (技能・表現)</p> <p>○安全と衛生に配慮した調理ができるか。 (技能・表現)</p>	<p>観察 プリント 観察 プリント 観察 プリント 観察 プリント</p>
○ 20	<p>生涯の健康を見通した食生活</p> <p>・日々の食事を考えよう</p>	<p>○これまでの「食生活」の授業内容を総合的に理解し、一人一人が自分と家族の生涯の健康を見通した食生活に向けて、日々の食事を直視し、食品の選択を判断し、考えようとする態度を身につける。</p>	<p>○これまでの「食生活」の授業内容を総合的に理解・判断できているか。 (知識・理解)</p> <p>○自分の生涯の健康を見通した食生活に向けて、実践的な態度を持つことができたか。 (思考・判断)</p>	<p>プリント 観察</p>

6 本時の学習指導

(1) 題材名 生涯の健康を見通した食生活 ～日々の食事を考えよう～

(2) 本時の指導目標

- これまで学んできた食生活に関する学習を総合的に理解し、「生涯の健康を見通した食事」の在り方について具体的に判断する態度を育む。
- 食の基本である「栄養的」「安全」「美味しい」について考え、よりよい食品を適切に選択することの大切さについて理解を深める。

(3) 本時の展開 (20 / 20時間)

	学習内容	時間	学習活動	指導の留意点 (指導と評価の工夫) ○は評価
導入	○これまでの学習内容の確認 ○本時の学習内容の確認	7	○これまでの食生活に関する授業内容を確認する。 ○本時の学習内容を知る。	○これまでの食生活に関する学習内容が理解されているかを確認する。 (知識・理解 = 観察) ・プリントを配布する。 ・本時の学習目標を知らせる。
展開	○グループに分かれ、3つのワークシートについて話し合う。 ○【健康的な食生活のために意識すること】の視点の確認 ①栄養的にバランスがとれていること ②安全性を意識した食品選択ができること ③美味しい・楽しい食事は健康的な食生活につながることに ○各班で話し合ったことを1分程度で発表する。	18 15	○9グループに分かれ3つのワークシートを話し合う。ワークシート1枚について3グループが話し合う。(1グループ4～5人) ○話し合う際に、これまでの学習の内容を総合的に考え判断できるようにする。 【健康的な食生活のために意識すること】 ①栄養的にバランスがとれていること ②安全性を意識した食品選択ができること ③美味しい・楽しい食事は健康的な食生活につながることに	・9グループに分け、ワークシート1枚につき3グループが話し合う。(1グループ4～5人) ・話し合う際にこれまでの学習の内容を総合的に考え判断できるよう支援する。 【健康的な食生活のために意識させること】 ①栄養的にバランスがとれていること ②安全性を意識した食品選択 ③美味しい・楽しい食事は健康的な食生活につながることに ○各自が積極的に自ら自分のこととして考えようとしているか。 (関心・意欲・態度 = 観察・プリント) (思考・判断 = 観察・プリント)
まとめ	○感想記入 ○本時のまとめ	5 5	○他の班の意見を聞き、自分の考えをまとめ、各自でワークシートに感想を記入する。 ○日々の献立作成・食品の購入時には、よりよい食品の選択をすることが大切であると確認する。 ○食品添加物等を含む食の安全性についての知識と理解も深め、よりよい食品の選択に活かすことの大切さを確認し、なるべく手作りすることで、食品添加物の摂取を控えることができることに気付く。	・今後の食品選択の仕方を、各自がそれぞれに考えられるよう補足する。 ・日々の献立作成・食品の購入時、よりよい食品選択ができるように、学んだことを自分の家族や周囲の人達にも活かしていけるように、知識を徐々に定着させる必要があることを助言する。 ・また、食品添加物等を含め、日本のこれからの食生活全体の在り方を、消費者として考える必要性にも気付かせる。 ・将来、各自が様々な業界で活躍する可能性も示唆し、よりよい食生活の在り方が人間の基礎となることを助言したい。 ○本時の学習を、自分たちの課題として理解することができたか。 (思考・判断 = 観察・プリント)

1. 今日のお昼は **学食の定食** です。栄養バランスの整った健康的な1日の食事の献立としてよりよい朝食と夕食をA Bから選んでみよう。

朝

- A ・トースト
 ・紅茶
 ・ウィンナー
 ・ゆで卵

OR

- B ・トースト
 ・牛乳
 ・サラダ
 ・目玉焼き
 ・イチゴ

【理由メモ】

昼

- ・ご飯
 ・味噌汁(わかめ・豆腐)
 ・あゆの塩焼き
 ・きゅうりの胡麻和え
 ・トマト

夕

- A ・カレーライス(人参・ジャガイモ・玉葱・豚肉)
 ・目玉焼き(上のにせる)

OR

- B ・カレーライス(人参・ジャガイモ・玉葱・豚肉)
 ・サラダ
 ・みかん



2. 昼食を **ファーストフード** を買うことになった。A Bどちらの組み合わせのメニューを選ぶとより健康的だろうか？

3. そのお昼に合わせて、1日の栄養バランスについても考えて、**夕ご飯の献立** を考えてみよう。

朝

- ・ご飯
 ・味噌汁(なす・キャベツ)
 ・目玉焼き
 ・きゅうりの漬物

昼

- A ・チーズバーガー
 ・フライドポテト M
 ・バニラシェイク

OR

- B ・チーズバーガー
 ・フライドポテト S
 ・野菜スープ

夕

(Empty box for writing the evening meal menu)

【理由メモ】



1. 昼ごはんは学食のラーメンです。栄養バランスの整った健康的な1日の食事の献立を考えて

朝食と夕食の献立に加えてみよう。

朝

・玉子かけご飯
・味噌汁
()

昼

・しょうゆラーメン (チャーシュー・ネギ・なると入り)



夕

・鮭とほうれん草のクリームパスタ

【理由メモ】

2. 昼ごはんは**お弁当**です。どっちがより健康的なお弁当だろうか？

3. それに合わせた1日の栄養バランスについても考えて、**夕ご飯の献立**を考えてみよう。

昼

朝

・ご飯
・味噌汁(なす)
・目玉焼き
・きゅうりの漬物

・ふりかけご飯
・ハンバーグ(冷凍食品)
・ほうれん草と玉子の炒め物
・ポテトサラダ
・プチトマト

OR

・ご飯
・豚肉のピカタ
・トマト入りスクランブルエッグ
・ジャガイモと玉葱の炒め物
・プチトマト

夕

()

【理由メモ】



1. 朝ご飯は買っておいだ **パン** を食べた。A Bのうち、より健康的なのはどっちだろう？
2. 夕食は **唐揚げ** と聞いた。栄養バランスの整った健康的な1日の食事の献立を考えて昼食の献立を考えてみよう。

朝	昼	夕
<p>A ・カレーパン ・クリームパン ・バナナオレ</p> <p>OR</p> <p>B ・サンドウィッチ(チーズ・トマト・レタス・きゅうり) ・オレンジジュース ・ヨーグルト</p>		<p>・ご飯 ・味噌汁(豆腐・ワカメ) ・唐揚げ ・キャベツ ・大根の煮物</p>

【理由メモ】



3. **昼食** を自分で準備するのだが、どっちがより健康的？
4. それに合わせた1日の栄養バランスについても考えて、**夕食** の献立を考えてみよう。

朝	昼	夕
<p>・ご飯 ・味噌汁(なす) ・目玉焼き ・きゅうりの漬物</p>	<p>A ・カップラーメン ・コンビニおにぎり(ツナ)</p> <p>OR</p> <p>B ・インスタント味噌汁 ・手作りおにぎり(鮭) ・ゆで卵 ・手作りサラダ(きゅうり・ブロッコリー・トマト)</p>	

【理由メモ】

