

技術・家庭科（家庭分野）

小島 麻里

共同研究者 綿引 伴子（金沢大学）

1. はじめに

総合的な学習の目標には、「(1) 探求的な学習の過程において、課題の解決に必要な知識及び技能を身に付け、課題に関わる概念を形成し、探求的な学習のよさを理解するようにする。」「(2) 実社会や実生活の中から問いを見だし、自分で課題を立て、情報を集め、整理・分析して、まとめ・表現することができるようにする。」とある。探求的な学習では、物事の本質を探ってみ極めようとする一連の営みである「①課題の設定→②情報の収集→③整理・分析→④まとめ・表現」の探求のプロセスを明示し、問題解決的な活動が発展的に繰り返していくことを重視している。総合的な学習では、学校が地域や学校、児童生徒の実態に応じて、教科等の枠を超えた横断的・総合的な学習をすることと同時に、探求的な学習や協働的な学習とすることが重要であるとしている。

技術・家庭科[家庭分野]（以下、家庭分野）の目標には、「(2) 家族・家庭や地域における生活の中から問題を見だして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなど、これからの生活を展望して課題を解決する力を養う。」「(3) 自分と家族、家庭生活と地域との関わりを考え、家族や地域の人々と協働し、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し創造しようとする実践的な態度を養う。」とある。家庭分野では、将来にわたって自立した生活の実現に向けて、身近な生活の課題を主体的に捉え、具体的な実践を通して、課題の解決を目指している。さらに、このような一連の学習過程を通して身に付けた力を、生活をよりよくするために生かし、実践しようとする態度につなげることを目標としている。家庭分野で学ぶ、自分の生活の中から課題を見出し、その課題に対して他者と共同して取り組む実践的な態度は、家庭、地域、社会、いずれにおいても、主体的に生きるために重要な能力である。

家庭科は、生活を営み、他者と共同して生活を向上させていく力を育てる教科である。それには、知識、技能、経験、判断力、決定力、調整力、そして倫理観や道徳観を含む人間性など、総合的な能力が必要である。また、家庭生活は食生活、衣生活、住生活、消費生活、家族、環境などが関連して営まれるため、各分野を関連させた授業を構成し、これらの能力を育成、目的を達成するために、実践的・体験的な指導が必要である。

「総合的な学習の時間」では、探求プロセスを通じた「探求的な活動」において「問題発見・解決能力」の育成が求められており、家庭科の学習の目的・方法・内容の総合性を理解して、授業を構成することで、総合的な学び方やものの考え方を身に付け、自己の生き方を考えることができるようになることが達成できる。つまり、家庭科は生活をどうするかという視点から迫る、「総合的な学習」といえる。

しかし、総合的な学習の時間に生活に関わる学習をしても、家庭科の目標を達成させたり、家庭科が求める総合的な能力を育成したりすることはできない。そのため、学習内容の融合を図って家庭科の授業を構成すれば、総合的な学習の時間を取り込んで、家庭科の授業を発展させることができる。

2. 探求的な活動（創造デザイン科）と教科等との関わりについて

（1） 探求的な活動に生かされると考えられる資質・能力

総合的な学習の時間の学習指導要領では、「よりよく課題を解決するとは、解決の道筋がすぐには明らかにならない課題や、唯一の正解が存在しない課題などについても、自らの知識や技能等を総合的に働かせて、目前の具体的な課題に粘り強く対処し解決しようとすることである。」「自己の生き方を考えていくことは、次の三つで考えることができる。一つは、人や社会、自然との関わりにおいて、自らの生活や行動について考えていくことである。社会や自然の一員として、何をすべきか、どのようにすべきかなどを考えることである。二つは、自分にとっての学ぶことの意味や価値を考えていくことである。取り組んだ学習活動を通して、自分の考えや意見を深めることであり、また、学習の有用感を味わうなどして学ぶことの意味を自覚することである。そして、これら二つを生かしながら、学んだことを現在及び将来の自己の生き方につなげて考えることが三つ目である。学習の成果から達成感や自信をもち、自分のよさや可能性に気付き、自分の人生や将来、職業について考えていくことである。総合的な学習の時間においては、こうした形で自己の生き方を考えることが大切である。」とある。

総合的な学習の時間に育成する資質・能力については、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力と示されている。これらの資質・能力は、探究課題を解決するためのものであり、それを通して、自己の生き方を考えることにつながるものでなければならないことを示している。

家庭分野は自分たちの生活をどうするかという視点で学ぶ総合学習である。中学校・高等学校において家庭分野を学ぶ意味は「自分の位置を知ること」「社会的な視点をもつこと」にあると考える。家庭分野が目指す資質・能力の1つには「家族・家庭や地域における生活の中から問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、考察したことを論理的に表現するなど、これからの生活を展望して課題を解決する力を養う」とある。自分を客観視し、その後の生活を考えていくことは、毎日の生活の営みに自覚的になり、「自分はどのように生きていきたいのか」「どんな暮らしを望んでいるのか」という問題に正面から向き合う機会になる。さらに、生徒自身の生活と社会の出来事がどのように関連しているのかということに気付かせ、自分の食生活の問題を考えるにしても、消費生活の問題を考えるにしても、すべて社会全体のなかで、その問題がどのように位置づくのかということを考えていきたい。つまり、個々の家庭生活から社会に広がる視点をもつことが重要である。しかし、自分の生活と社会の出来事とのつながりは見えにくいものである。また、毎日の生活に関することも、日常であるがゆえに見えにくくなっている。そのために家庭分野の授業では「見えないことを見えるようにする」「体験的に学んで理解する」工夫を行う。人・モノ・社会について科学的に認識し、分析的に考えることが重要になり、主体的に社会参加をはかることも学ばせたい。

（2） 探求的な活動に生かされると考えられる資質・能力を育成するための手立て

家庭分野では実践的であること・体験的であることも重要である。体験的に学ぶことには以下の3つの意義がある。1つは体と五感を使ってものごとを理解すること。2つは技能の習得。3つは疑問・関心などを次の学びにつなげることである。近年インターネットを使って情報を得ることが容易にでき、生活や社会に関する知識も豊富にある。しかし、知識として理解しているだけになりがちで、体験してはじめて本質を理解することも多い。生活は、生活技能を伴って成立しているため、調理技能や洗い方に関する技能も習得することによって生活への認識が深くなり、生活の幅が広がる。また、生活上の問題に直面した場合も解決の手立てが見いだしやすくなる。

(1) で示した家庭科と創造デザイン科の資質・能力を育成するための実習の授業としてお弁当づくりを実践する。お弁当づくりでは、生徒一人一人がテーマをもち、技能・技術の向上のために一人調理をペアで行う。

3. 参考文献

- 1) 文部科学省：中学校学習指導要領（平成 29 年開示）解説 総合的な学習の時間編
- 2) 文部科学省：中学校学習指導要領（平成 29 年開示）解説 技術・家庭編
- 3) 日本家庭科教育学会，2004：衣食住・家族の学びのリニューアル-家庭科カリキュラム開発の視点-
- 4) 鶴田敦子・伊藤葉子：授業力 UP 家庭科の授業【第2版】

4. 単元計画・学習指導案

家庭科 学習指導案

日 時：令和6年11月23日（土）

指導者：小島 麻里

場 所：2年1組教室

1 単元名・題材名 テーマを決めて、お弁当を作ろう！

2 単元・題材の目標

・日常食の献立と食品の選び方について理解し、適切にできる。【知識・技能】

・日常食の献立と食品の選び方について課題を見つけ、その課題の解決に向けて工夫できる。

【思考・判断・表現】

・日常食の献立と食品の選び方について関心をもって学習活動に取り組み、食生活をよりよくしようとする態度を身に付ける。【主体的に学習に取り組む態度】

3 単元・題材の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
日常生活と関連付け、用途に応じた食品の選択や食品や調理用具等の安全と衛生に留意した管理、材料に適した加熱調理の仕方について理解しているとともに、適切にできる。	日常の1食分の調理における食品の選択や調理の仕方、調理計画について問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善、考察したことを論理的に表現するなどして課題を解決する力を身に付けている。	よりよい生活の実現に向けて、日常食の調理の課題の解決に主体的に取り組んだり、振り返って改善したりして、生活を工夫し創造し、実践しようとしている。

4 指導に当たって

(1) 教材観

食事は生きる上で欠かせない生活行為の一つである。毎日同じ時間に食事をしたり、栄養バランスを考えたりすることが健康によい食習慣といわれている。しかし、核家族化の進行や共働き家庭の増加を背景に、外食や中食を利用する人が増えている。「時間がない」「調理・片付けが面倒」という時間の節約を理由に、スーパーやコンビニで手軽に購入でき、簡単に食事を準備できる中食のニーズが高まっている。しかし、中食である弁当や惣菜、外食の食事に使用されている食材や栄養素には課題もある。それは、野菜摂取量の減少と脂質や塩分摂取量の増加である。そのため、健康な体づくりのために自分で食品を選び、食事を作り、体調管理ができる力が求められる。

本題材では、日常食の献立と食品の選び方について理解し、日常食であるお弁当にテーマをもち、献立や食品の選び方を工夫し、食生活をよりよくしようとする態度を身に付けることをねらいとしている。

(2) 生徒観

1年時に中学生に必要な栄養素と量について学習しているが、家庭で活用している生徒は少なく、家族

に依存している傾向がある。附属中学校の生徒は昼食にお弁当を持参しているが、ほとんどの生徒がお弁当を自分では作ったことがない。さらに、授業でとったアンケートでは「包丁を使った経験が少なく、一人での調理が不安」「火加減がよくわからない」等の調理に対して不安感を持っている生徒がいることがわかった。お弁当の特徴や献立の立て方、お弁当に関する様々な工夫について理解し、安全面・衛生面に配慮した調理ができると共に、自分が作りたいお弁当の調理計画を立てることで、課題を見出し、実際の生活における実践につなげたい。

(3) 指導観

指導に当たっては、日常食であるお弁当に着目し、調理上の安全面・衛生面、調理手順について理解させたい。さらに、自分や家族の生活等からお弁当のテーマを決めることで、テーマに適した献立や食品の選択に工夫が必要なことに気づかせたい。

本題材では、生徒の興味を引き出し、主体的に学べるように一人調理を実践する。昨年度の生徒が作ったお弁当のテーマや完成品を例に、イメージを膨らませ、一人一人が作りたいお弁当を考える。いくつか条件は設定するが、調理方法や食材に自由度をもたせ、実習に対してのやる気を引き出したい。さらに、グループで考えた献立を発表することで、調理手順をよりよくする機会をつくる。不安を感じている生徒が多くいるため、調理実習を前半と後半にわけ、ペアがサポートできるようにし、自己評価と他者評価を行う。テーマに合わせた献立づくりや食品の選択をすることで、生徒が考えたことを実践できるようにし、客観的にも活動を振り返ることで、新たな課題や改善点をもてるようにしたい。

5 指導と評価の計画

次	時	◆ねらい ○学習内容 ・学習活動	評価の観点 (評価方法)		
			知	思	態
1	1	◆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できる。 ○生鮮食品と加工食品 ・持参した生鮮食品と加工食品の表示を見比べ、内容の違いをみつける。	○		
	2	・生鮮食品と加工食品に必要な表示について知る ○加工食品 ・加工食品の種類と特徴を知る。			
	3	◆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。 ○調理室を使おう	○		
4	・調理室での使い方や過ごし方、調理器具の使い方や衛生面について知る。 ・安全と衛生に留意した上でお湯をわかし、包丁を使用する。 ・片付けの仕方を知り、実践する。				
5 ～ 8	◆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。 ○野菜の調理実習 ・きゅうりの下処理や様々な切り方が出来ることを知り、実践する。 ・用意された調味料の中から、グループで5種類の味付けを考える。	○		○	

	<ul style="list-style-type: none"> ・切り方によって味のしみこみ具合や食感の違いを感じる。 ○魚の調理 <ul style="list-style-type: none"> ・魚の特徴や調理場の取り扱い方について知る。 ○肉の調理実習 <ul style="list-style-type: none"> ・肉の特徴や調理上の取り扱い方について知る。 ・生姜焼きを作り、学習した調理上の性質を観察する。 			
2	<ul style="list-style-type: none"> ◆日常の1食分の調理について、食品の選択や調理の仕方、調理計画を考え、工夫している。 ○お弁当のテーマを考えよう <ul style="list-style-type: none"> ・人によってお弁当へのこだわりが異なることを知る。 ・誰が食べるのか、どんな場面で食べるのかからお弁当のイメージを膨らませ、テーマを決定する。 ・決めたテーマを共有し、グループのメンバーとテーマに関するイメージを出し合う。 9 ○調理計画を立てよう <ul style="list-style-type: none"> ・お弁当作りの条件を知る。 11 <ul style="list-style-type: none"> ・テーマやイメージからお弁当箱の大きさや詰め方、栄養素バランスなど重視したいところを考え、調理計画を立てる。 ・調理室にある調理器具や必要な材料を書き出し、当日持ってくるものを整理する。 ○調理計画を見直そう <ul style="list-style-type: none"> ・お弁当がよりよくなるようにどんな観点から検討したら良いか話し合う。 ・4人グループになり、工夫点やこだわりポイントを発表する。 ・最初に出した観点をみながら、改善点を検討する。 ・改善後、ペアと調理手順について確認し合う。 		○	○
12 13	<ul style="list-style-type: none"> ◆基礎的な日常食の調理や地域の食材を用いた和食の調理が適切にできる。 ○調理実習 <ul style="list-style-type: none"> ・手を洗い、エプロン・三角巾を着用し、必要な調理器具を台の上に準備する。 ・調理計画表をみながら、調理をはじめる ・ペアは調理の記録をとる。(包丁・火を使っているところ、完成品) ・調理実習の自己評価とペアからの評価を行う。(生鮮食品の扱いについて) 		○	○
14	<ul style="list-style-type: none"> ○調理実習の振り返り <ul style="list-style-type: none"> ・調理計画表と自己評価、ペアからの評価、完成したお弁当、記録から、調理実習を振り返る。 ・中学生の摂取量の目安と比較し、栄養バランスを振り返る。 ・振り返りから、テーマを達成できたかお弁当作りのレポートを作成する。 			○

6 本時の学習（第2次中10時）

(1) 目標 日常の1食分の調理について、食品の選択や調理の仕方、調理計画を考え、工夫している。

(2) 準備・資料等 教科書、資料集、ワークシート

(3) 展開

○学習内容 ・学習活動	・指導上の留意点など 【評価規準】(評価方法)	時間
1. 前時の学習を振り返る	・お弁当づくりにはテーマに加えて、条件があることを確認する。	3
2. お弁当がよりよくなるように、意識する観点を考え、発表する。 ・栄養バランス ・彩り ・旬 ・テーマに合っているか ・量	・お弁当作りで意識したいこと、お弁当づくりのポイントを紹介する。	12
〈 お弁当の調理計画を見直そう 〉		
3. 自分がつくるお弁当の調理計画をグループで発表する。 ・「身長を伸ばす」をテーマに計画を立てたよ。カルシウムがたくさん摂れるように、卵焼きにしらすをいれたよ、	・4～5人で話せるように、グループを作る。 ・1人ずつ考えてきたテーマとその理由、調理計画を発表する。	10
4. お弁当がよりよくなるように、最初に出した観点を意識しながら、グループで調理計画を検討する。	・アドバイスや意見は調理計画にメモをする。 ・数名指名して、話し合ったことを発表する。 ・1～2つは改善するように伝える。	12
5. 振り返り	・アドバイスをもとに実際に修正、改善したいところをあげ、調理計画を見直しながら、修正する。	5
6. アドバイスをもとに調理計画を修正する。		8