

## 第2学年 技術・家庭科(家庭分野)学習指導案

学級 2年A組(男子7名・女子9名・計16名)  
指導者 野口 裕美子

- 1 題材名 B 食生活と自立～調理をしよう～
- 2 題材について

### (1) 教材観

本題材は、学習指導要領の内容B「食生活と自立」の(3)「日常食の調理と地域の食文化」にあたる。この内容における指導事項は、「基礎的な日常食の調理ができること。また、安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができること。」「食生活に関心を持ち、課題をもって日常食の調理などの活動について工夫し、計画を立てて実践できること。」等である。

これまでに生徒は、第1学年で「栄養素の種類と体内ではたらき」「献立の立て方」を学習し、第2学年では「食品の選び方」「日常食の調理」を学習した。

これらを受け、本題材では、日常食の調理についての基礎的・基本的な学習の後に、発展的な学習の内容として弁当の調理を取り上げる。自分の食生活に関心を持ち、現状の課題を把握し、それらを解決する方法を考えたり、さらに豊かにするための工夫を考えることができることをねらいとしている。さらには、これからの生活を展望して、課題をもって食生活をよりよくしようとする能力と態度に結びついていき、生活の自立が促されていくことを期待している。

### (2) 生徒観

本題材で学習する内容は、調理することや食べることなど生徒の実生活につながる内容が多い内容であり、生徒の興味や関心は高い。しかし、生徒の家族構成をみると、核家族が少ないことから、家庭での仕事の多くは、生徒以外の大人にゆだねられている現状と思われる。そのため、生活体験が少なく、また、個人差があることから、本題材においては調理体験の機会を多く設定するなど体験的な活動を意識して設定している。

自分の食生活を振り返る調査では、学習後は全員が栄養を意識して食事をとっているという結果だった。「野菜を多くとるように気を付けている」「栄養バランスよく食べる」「食べ過ぎに気をつける」など、学習する前よりも意識が強くなったという生徒が多かった。興味関心が高く、学習した内容を意識して生活しようとする傾向があるので、食生活への関心を維持させていきたい。学習課題を自分の生活と関連付けて考えさせながら、調理することの喜びを味わい、自ら調理することによって家庭での実践へとつなげていきたいと考える。

### (3) 指導観

本題材の「日常食の調理と地域の食文化」では、日常食の調理などに関する学習を通して調理についての基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、課題を意識しながら日常食の調理を工夫し、実践しようとする意欲と態度を育てることをねらいとしている。

本時では、「目的に合った弁当にするために工夫しよう」という学習課題を設定し、自分が立てた弁当の献立をもとにグループごとにポイントをおさえた弁当の献立を提案できるようにしたい。**そのため、前時には、自分の生活の見直し、3つの課題から1つの課題を選択し弁当の献立を立てている。**

解決の見通しの場面では、「6つの基礎食品群」「いろいろ」「割合」の献立作成の条件から考えるきっかけを与える。

追求場面の自力解決では、**献立作成の条件をおさえたうえで**自分が立てた弁当の献立を目的に合わせて改善点や工夫する点を自分で考え、ワークシートに書きこませる。支援が必要な生徒には、机間指導の際に献立作成の条件を振り返らせ理解を促す。

集団思考の場では、各自立てた献立を持ち寄り、グループで一つの献立にまとめる作業を行う。そして、各グループの献立を見合い、良いところや改善したほうがよい点について意見を伝え合わせる。その後、グループごとに再度見直した点について発表させる。

**最後のまとめでは、学習を振り返らせる。**また、弁当の調理に向けて、「時間」や「費用」を考えて見直し、調理計画を立てることを伝える。

生徒一人ひとりが、考えをまとめることやグループで学び合うことを通して、自ら学び考えることができるような指導にあたりたいと考える。

## 3 題材の目標

- ・日常食の調理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(関心・意欲・態度)
- ・日常食の調理について課題を見つけ、その解決を目指して自分なりに工夫し創造している(工夫・創造)
- ・日常食の調理に関する基礎的・基本的な技術を身に付けている(技能)
- ・日常食の調理に関する基礎的・基本的な知識を身に付けている(知識・理解)

## 4 指導計画(14時間)

- |                     |        |
|---------------------|--------|
| 1 調理の計画             | …1     |
| 2 調理の基本             | …2     |
| 3 野菜の調理             | …2     |
| 4 魚の調理              | …2     |
| 5 肉の調理              | …2     |
| 6 弁当の調理             | …5     |
| ・自分の食事内容の検討(学習課題設定) | …1     |
| ・弁当の献立の見直し          | …1<本時> |
| ・弁当の調理計画            | …1     |

5 本時について

(1) 目標（ねらい）

作成した弁当の献立の改善点や工夫する点について記入できる。（工夫・創造）

(2) 評価規準

観点／評価	B（概ね理解）	C（努力・支援を要する生徒への手立て）
工夫・創造	作成した弁当の献立の改善点や工夫する点を具体的に記入できる	作成した弁当の献立の改善すべき点を示し、その理由を考えさせる

(3) 展開

段階	学習内容と活動	支援（○）と評価（◆）	資料や準備物
導入	<p>1 問題把握</p> <p>(1) 前時に作成した自分の献立を見て検討の必要性に気付く。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・目的に合っているか（対象・内容・バランス）</li> </ul> <p>2 課題設定</p>	<p>○生徒が立てた献立を確認しながら課題となるポイントを伝える。</p>	ワークシート（献立）
5分	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     目的に合った弁当にするために工夫しよう                 </div>		
展開	<p>3 解決の見通し</p> <p>(1) 献立検討の視点を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・6つの基礎食品群</li> <li>・いろどり</li> <li>・割合</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                     弁当の献立のバランスを良くする条件                      「6つの基礎食品群」… どの食品群からも偏り無く選ぶと良い。                      「いろどり」… 出来るだけ多くの色を使いいろどり良くすると良い。                      「割合」… 主食3：主菜1：副菜2にすると良い。                      目的に合った弁当にするためには、これらの条件に目的に合わせた工夫を加えると良い。                 </div>	<p>○献立作成の条件をもとにどんな点が考慮できていなかったか振り返らせる。 献立作成の条件の「6つの基礎食品群」に「いろどり」「割合」について確認する。</p>	教科書 ワークシート
40分	<p>4 自力解決</p> <p>(1) 自分の献立を「6つの基礎食品群」「いろどり」「割合」の条件をおさえたいうえで目的に合わせて改善点や工夫する点を考える。</p> <p>(2) 改善点や工夫する点をワークシートに書く。</p> <p>5 集団思考</p> <p>(1) グループで作る弁当の献立を考える。</p> <p style="margin-left: 20px;">グループ1：野菜 グループ2：カルシウム グループ3：エネルギー</p> <p>(2) 交流する。</p> <p>(3) グループで見直す。</p> <p>(4) 発表</p>	<p>○改善点が見つけれられたか確認し、どのように改善すればよいかその方法を考えさせる。見つけれない場合は改善すべき食品を示し、理由を考えさせる。</p> <p>◆ワークシートに自分の立てた献立の改善や工夫する点を具体的に記入できる。</p> <p>○献立作成の条件（「6つの基礎食品群」「いろどり」「割合」）を確認する。</p> <p>○各グループの献立をみて、良いところや改善したほうがよい点などの意見を付箋に書いて貼らせる。</p> <p>◆工夫点について具体的に記入できる。</p> <p>○良いところや改善したほうがよい点など、再度見直した点について発表させる。</p>	ワークシート（グループで1枚）
終末	<p>6 ふり返り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の自己評価をする。</li> </ul>	<p>○授業の前と後での意識の変化を捉えさせ、これからの食生活への意欲を促す。</p>	ふり返り用紙
5分	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     (例)                      私達のグループは「野菜（カルシウム・エネルギー）いっぱい弁当」でした。                      これまでに学習したことをいかして工夫したことは、<u>3・4群の野菜の種類を増やして、副菜の割合を増やしたことです。</u>                      これからの食生活で心がけたいことや役立てたいことは、<u>普段の食事でも野菜の摂取に心がけて体調を崩さないようにしたいです。</u> </div>		
	<p>7 次時予告</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・次時は「調理時間」「費用」を考えて見直すこと、調理計画を立てることを知る。</li> </ul>		