

# 技術・家庭科（家庭分野）学習指導案

日時：平成20年7月4日（金） 2校時 2年3組教室  
学級：2年3組（男子19名，女子17名 計36名）  
指導者：佐々木 晴美

## 1 題材名

A 生活の自立と衣食住 「豊かに，楽しく食べる」

## 2 題材について

### (1) 生徒観

生徒は「食」の内容に対する関心が高く，栄養に関する学習や調理実習などの活動も意欲的に取り組んでいる。行事食に関しては，「年越しそば」「お雑煮」を毎年食べる家庭は7割，食べる年と食べない年がある家庭は2割であった。その他の行事食に関しても「おせら料理」「クリスマスケーキ」「ちらし寿司」などが多く食べられていた。

しかし，実際に子どもと一緒に作ったことがあるかということについては，「ない」か「誕生日・クリスマスのケーキ」にとどまった。行事ごとに食べる食事があることについて，生徒は「季節感がある」「習慣・文化としていいことだと思う」と考えているが，積極的に関わっていかうとする意識は低い。

### (2) 教材観

中学生は，体の成長が著しく活動が活発な時期である。この時期の食事への関心や態度が，これからの食生活に大きく影響を及ぼすと考えられる。しかし，中学生に限らず「食」に対する意識が近年変化を見せている。栄養の偏り，不規則な食事，食の安全，食の海外への依存，伝統的食文化の危機等の問題が生じている。ライフスタイルが変わり，食に対する意識，食への感謝の念や理解が薄れ，毎日の「食」の大切さに対する意識が希薄になってきている。

子どもたちが健全な食生活を実践することは，健康で豊かな人間性を育てていく基礎となることはもちろんのこと，将来にわたり健康で過ごせる期間を長くするために重要なことである。平成17年に「食育基本法」が制定され，「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し，健全な食生活の実践としての単なる食生活の改善にとどまらず，食に対する感謝の念と理解を深めることや，伝統のある優れた食文化の継承，地域の特性を生かした食生活に配慮することが求められている。

食文化の中で，行事食はそれぞれにいわれがあり，一つの食の歴史・文化がある。郷土料理は，風土に育った伝統的な食べ物であり，各家庭，地域により違いがある。他県と隣接している場合にはその影響もある。行事の時につくられる料理と普段の食事との区別がはっきりしているものもある。いろいろな地域で各行事食として残っているものも多く，行事食が生活のけじめになっている場合もある。行事とともに季節感もあり，季節にとれた野菜や山菜，各地の特産物，魚介類もよく利用されている。これら，地域で昔から食べられてきた料理を日常食に取り入れることは，私たちの食生活をより豊かにより楽しくしてくれる。飽食の時代といわれて久しい昨今，わたしたちに豊かな心と体を育てくれるこの食文化を伝えることが大切であると考える。

### (3) 指導観

中学生の食生活の課題は，中学生だけに原因があるのではなく，家族の生活スタイルでそうになっていることが多い。そのため，家族の生活を尊重しながら，自分や家族が実践できる範囲内で改善の方法を考えていく必要がある。中学生が食生活の改善を通して主体的に家族に協力することで，よりよい家庭生活を創造しようとする実践的な態度を養うことにつながる大切なことと考える。

「食べる」ということは「人を良くする」ことであり，心身ともに健康に過ごすためには，ただ食べればよいのではなく，考えながら食べることが大切になってくる。さらに一人で食べるのではなく，食事がコミュニケーションの役割を果たしていることに気づき，人と人とのつながりや感謝の気持ちを大切にできる生徒を育てたい。

## 3 「自分を見つめ，自分を確立する」ための指導構想

### (1) 「自分を見つめる」場の構想

家庭科の「豊かに、楽しく食べる」の学習内容において「自分をみつめる」とは、自分の健康に対する意識・食生活に対する意識・家族への感謝の気持ちなど、普段なにげなく過ごしている内容について新たな視点を与え、その重要性を実感させることであると考えられる。その普段なにげなく過ごしている毎日の食生活が、授業を通して違ったものに見えてくるよう、さまざまな角度から多くの視点を与え、より専門的な知識を盛り込んでいきたい。自分の食生活を見つめることを通して、心身ともに健康である姿をめざし、よりよい自分を確立するために家庭生活への実践を促していきたい。

## (2) 「自分をみつめる」評価のあり方

中学生の食事は、生徒一人で決めることよりも、家族のライフスタイルや他との関わりで、食に対して一層の深まりがでていくと考えられる。

そこで、評価のあり方としては、「食べる」ということに対しての具体的な知識を得たことで、食事に対してどのように思考が変わっていったか、また他者との意見交換を通して自分の思考がどのように深まったかを学習シートで見取ることが適切と考える。

## 4 単元の評価規準と指導の重点

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	生活技術についての 知識・理解
<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の食生活を振り返り、課題を見つけようとしている。</li> <li>自分の食生活をよりよくしようとする態度が見られる。</li> <li>行事食や郷土料理について、自分の生活と関連づけて考えたり調べたりしようとしている。</li> <li>日常食や地域の食材を生かした調理の計画や実習に意欲的に取り組み、学んだ知識と技術を活用しようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>会食の目的に応じ、計画や実践を工夫している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日常食や地域の食材を使った調理ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「豊かな食事」とは、心の豊かさ&gt;物質的な豊かさであることがわかる。</li> <li>行事食・郷土料理の意義がわかる。</li> <li>必修で取り上げなかった食品を用いた日常食や地域の食材を生かした調理についてわかる。</li> <li>会食の目的に応じ、計画を立てて実践することができる。</li> </ul>

## 5 指導計画

「豊かに、楽しく食べる」(13時間)

- 食生活の課題 3時間
  - ①食事の大切さを見直そう
  - ②食習慣について考えよう
- 地域の食材とその調理 7時間
  - ①地域の食文化を知ろう …… 本時 1/7
  - ②行事食や郷土料理をつくってみよう
- いろいろな人と楽しむ会食 3時間

## 6 本時について

### (1) 目標

- ・地域の特色ある食材に関心を持ち、行事食や郷土食について調べる意欲を持つことができる。  
(生活や技術への関心・意欲・態度)
- ・行事食や郷土食の意義がわかる。  
(生活技術についての知識・理解)

### (2) 指導の構想

課題作りでは行事食に関するアンケートの結果を提示し、各家庭でいろいろな行事食が食べられていることに気づかせることで、行事食に対する関心をもたせたい。課題については、「行事食」の意味、地域の食材、家庭の思い、つなげる大切さなど様々な思いに生徒の心を導きたいと考え、「ヒミツ」という言葉を用いることで生徒の知的好奇心を刺激できるように設定した。

自分を見つめる場面では、事前に調べてきた自分の家庭の雑煮について交流させる。それぞれの家庭で雑煮が違うことと、「ヒミツ」の食材があることに関心に向けさせたい。雑煮を食べない家では何を食べているかも紹介させることで、正月が特別な意味を持っていることを感じさせたい。〈ヒミツの雑煮 Part 1〉では、教科担任の家の雑煮（沢内の雑煮）を試食させることで、ヒミツの食材が風土に根ざしたものであることに気付かせたい。そのために、まず班で交流したことをもとにどこの雑煮なのかについて個々に予想を立てさせ、班で話し合わせることで考えを深めさせる。生徒への補足の説明として、沢内の厳しい自然条件・貧しい生活について話し、雑煮を食べることは、正月を家族で祝い、新しい年がよい年であることを願ったことを知らせる。そういう心を持っていたことは、貧しい生活の中に存在した心の豊かさであることを伝えたい。

考えの再構築の場面では、事前アンケート「行事食についてどう思いますか」という問いに対しての生徒の感想「なんで、そこまでこだわるのだろう」について、一人ひとりに考えさせ全体で交流する。事前アンケートで行事食について「いいと思う」「季節感がある」という程度の認識が多かったが、この質問で考えを深めさせたい。〈ヒミツの雑煮 Part 1〉では、保護者の方が作ってくださった京都の雑煮を紹介する。ここでは、保護者の方に故郷に対する思いや伝える大切さについて話をしてもらうことで、「なんで、そこまでこだわるのだろう」ということについての答えとして、生徒に実感させたい。

まとめの場面では、行事食についての最初の気持ちと授業後の気持ちでの変化をつかませるとともに、行事食についてさらに他にはどんなものがありどんな由来があるのか、他の地域や国ではどうなのか、さらに行事食を自分も後世に伝えていきたい等の思いをもたせたい。

### (3) 具体的評価規準

観 点	おおむね満足できると判断できる状況 (B)	十分満足できると判断されるキーワード (A)	努力を要する生徒への支援の手立ての例	評価の方法
生活や技術への関心・意欲・態度	行事食について、自分の考えをまとめようとしている。	自分の生活への関連づけ	個別支援 例題の提示 課題の再説明	学習シートの記入 発言 机間巡視
生活と工夫し創造する能力				
生活の技能				
生活技術についての知識・理解	雑煮を通して、地域の食材、食文化の違い、食に対する思い、食文化の伝承されている理由についてわかる。	自分の生活への関連づけ 課題意識を持つ	個別支援 課題の再説明	学習シートの記入

(3) 本時の展開

段階	生徒の活動	教師の指導・支援	留意点・備考
1 課題作り	1 アンケート結果を見て、行事食について関心を持つ。	1 アンケート結果を知らせ、行事食について関心を持たせる。	・ 行事食の写真
2 課題を設定する	2 本時の学習課題を把握する。	2 本時の学習課題を提示する。	
<b>行事食のヒミツを探ろう</b>			
3 自分を 見つめる	3 ヒミツの雑煮を交流する。 ・ 自分の家の雑煮と他の雑煮について交流し、それぞれの家庭での違いに気付く。 雑煮を食べる、食べない 地域 餅の形 餅を焼くか ヒミツのもの (特徴的な食材)	3 ヒミツの雑煮を交流させる。 ・ 各家庭の雑煮について、交流の視点にそって話し合わせる。	自分の家庭と他の家庭の違いを実感させる。  ・ 雑煮 (岩手県：西和賀町沢内区) ・ 学習シート  ・ 学習シート  食に対する人々の思いについて自分の考えを持たせてから、全体で交流させる。  ・ 京都の雑煮 ・ 保護者の話
4 交流する	4 <ヒミツの雑煮 Part 1>を試食し、どこの地域の雑煮か予想を立て、班で話し合う。 餅の特徴：ちぎった餅。焼かない 具：にんじん、ごぼう、しいたけのせている具 ヒミツの食材 →すったクルミ (甘い) だし：煮干し 味付け：醤油味	4 <ヒミツの雑煮 Part 1>を試食させ、ヒミツの食材である「クルミ」をヒントに、どこの地域の雑煮か予想を立てさせる。雑煮の交流を参考にさせ、ヒミツの食材は風土に関係していることに気付かせる。	
5 考えを 再構築する	5 行事食に対する考えを深める。 ある生徒の感想「うちの母さんが「あ、今日は〇〇だった！」と慌てるのが不思議。なんで、そこまでこだわるのだろうか？」に対する答えを考える。 ・ 毎年作っているから ・ 行事にそれぞれ意味があるから ・ 伝統的な食事だから	5 行事食に対する考えを深めさせる。 ①行事食に対する大人の思いを類推させる。	
6 課題を 追求する	②<ヒミツの雑煮 Part 2>で、保護者の方が作った京都のお雑煮を試食し、保護者の方の話を聞く。行事食に対する思いや伝える大切さを実感する。	②<ヒミツの雑煮 Part 2>を試食させ、①の答えとなるものに気付かせ、実感させる。	
7 まとめ ふりかえり	6 本時の学習のまとめをする。 ・ 行事食について最初は～ ・ 代々伝えられている食の歴史や食文化を伝える重みと大切さを感じる。 ・ 自分も地域や家庭の食を伝えていきたい。 ・ 他の行事食も調べてみたい。	6 本時の学習のまとめを行い、課題が解決できたか、自分の考えがどう変わったか振り返らせる。	