

小 学 校

平 成 4 年 度

教育研究員研究報告書

家 庭

東京都教育委員会

平成4年度

教育研究員名簿

分科会	区市名	学校名	氏名
第五学年分科会	江東	砂町小	△佐藤千恵子
	杉並	大宮小	◎酒井和美
	板橋	上板橋第二小	梅原かず美
	足立	保木間小	飛鳥馬公子
	稲城	稲城第四小	山口敬子
第六学年分科会	世田谷	芦花小	△藤岡美子
	渋谷	本町小	品田加代子
	中野	丸山小	爲國里美
	葛飾	鎌倉小	田辺幸子
	江戸川	西小岩小	○小山尚子
	日野	程久保小	西森恵子

◎世話人 ○副世話人 △書記

担当課長 小島 宏 教育庁指導部初等教育指導課
担当課長 宮本 政明 多摩教育事務所指導課
担当指導主事 小谷野 茂美 多摩教育事務所指導課

よりよい家庭生活を目指して

自ら考え実践する児童の育成

—— 「食物」領域の指導を通して ——

目 次

I 研究主題設定の理由	2
II 研究の基本的な考え方	3
III 研究内容	4
1 実態調査	4
2 指導計画	8
3 指導事例	9
第5学年	
事例1 「なぜ食べるの」	9
事例2 「生野菜を食べてみよう」	12
事例3 「野菜の油いためを作ろう」	16
第6学年	
事例1 「魚や肉の加工品について考えよう」	18
事例2 「こんだてを作ろう」	21
IV 研究のまとめと今後の課題	24

よりよい家庭生活を目指して

自ら考え実践する児童の育成

—— 「食物」領域の指導を通して ——

I 研究主題設定の理由

1. 今、児童は

近年、経済はめざましい発展をとげ、国際化・情報化・高齢化などますます社会の変化は著しく、また、価値観の多様化も進んでいる。

こうした社会で生活している児童は、マスメディアを通して沢山の情報を入手できるため情報に鋭敏であり、豊富な知識を持ち合わせていることが多い。一方では、毎日のスケジュールであただしく時間に追われる生活を余儀なくされている児童を目にすることも多い。そのため、無気力・無関心といった面が多く見受けられ、授業などで児童が意欲的に行動することが少なくなっている。

また、家庭生活においては、家事労働が簡素化され、児童が家庭の中で役割りをもって活躍する機会は減少している。自ら体験することが少なくなった児童にとって、主体的に考え実践することは難しくなっているように思われる。こうした現状を踏まえ、児童一人一人が自ら意欲をもって考え実践することが大切であると考えた。

2. 今、なぜ「食物」領域なのか

飽食・グルメ時代といわれる今、食生活環境は日ごとに変化している。

「食物」領域については、興味・関心をもつ児童が多い。しかし、食生活の基礎となるべき栄養にかかわることや食品の選び方についての学習などは、興味を示さない傾向がある。

また、児童は、知識として分かっていても、基本的な食事に対する理解が深まらないために、レトルト食品や健康食品などの新しい食品に頼りやすく、学習した内容を生活の中で生かしきれない現状もある。

そこで、「健康で豊かな食生活」の重要性について、児童が意欲的に捉え、実践的・体験的活動を通して学習したことが、児童の生活において生きて働く力になることが必要であると考えた。

また、家庭での実践を通して、児童一人一人が今までの生活のあり方を考え直すことができ、その結果として、児童が自らの食生活をより豊かで潤いのあるものに変えていくことを願い本主題を設定した。

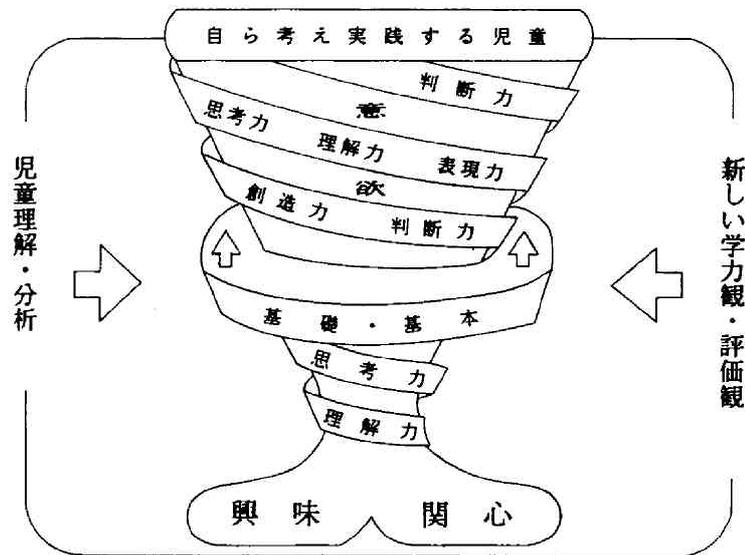
II 研究の基本的な考え方

1. 研究の基本的な考え方

児童が自ら考え実践するためには、児童一人一人が学習意欲をもって、課題に取り組むことが重要である。つまり、児童の内発的な意欲を喚起し、実践的・体験的活動を通して基礎・基本の定着を図り、学習したことが児童の生活に生きて働く力となるようにする。その際、児童自身の喜びや思いに共感することで児童が自信をもち、更に実践する力も高めることができる。すなわち、教師の個を大切にしたい児童理解や適切な評価が必要である。

2. 研究主題に迫る構想と手立て

(1) 構想



(2) 手立て

児童の学習に対する意欲を喚起するために、次のような視点から改善を図った。

① 指導計画や教材・教具の工夫

- 題材の配列・精選
- 教材・教具の開発及び効果的な使用法
- 児童が意欲的に授業に取り組むための学習指導案の工夫

② 実践の場の設定の工夫

- 学校での実践的・体験的活動の充実
- 家庭との密にした連携

③ 評価の工夫

- 児童一人一人を大切にする評価の方法

Ⅲ 研究内容

1. 実態調査

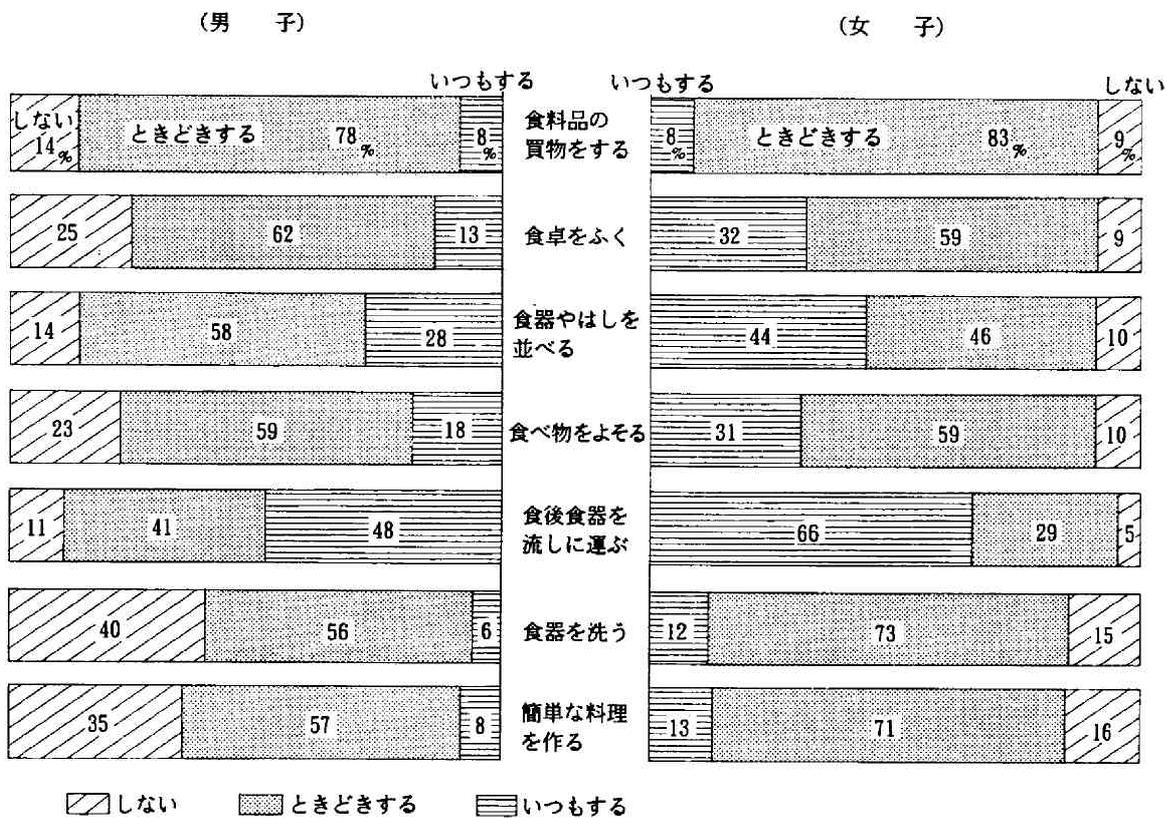
(1) 調査目的 児童の食生活に関する知識・態度、食事の実態などを調査し、「よりよい家庭生活を目指して自ら考え実践する児童の育成」の指導のための基礎資料とする。

(2) 調査対象 研究員所属11校の第5学年・第6学年1733名の児童

(3) 調査時期 平成4年6月上旬

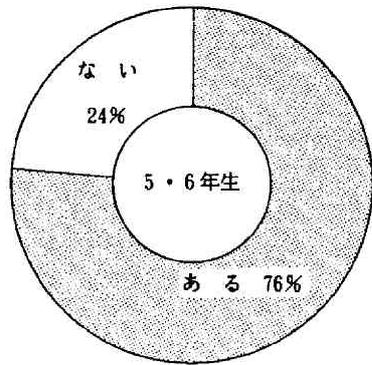
(4) 調査結果と考察

ア. 食事の手伝いをしていますか。

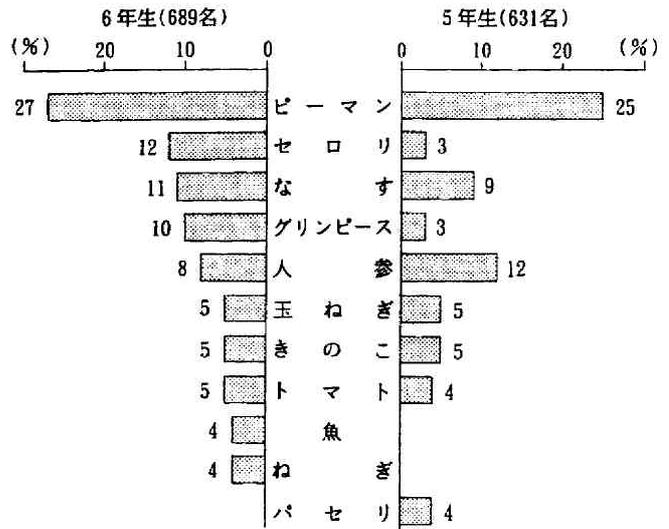


男女に関係なく過半数の児童は、「ときどきする」を含めると食事の手伝いに参加しているが、「いつもする」児童は女子に多い。しかし、その内容をみると比較的簡単な食事の配膳などは多いが、時間の多くかかるものは参加が少ない。このことから、家庭の一員として仕事に協力できるような実践力を身に付けることが大切である。

イ. 食べ物の好き嫌いがありますか。

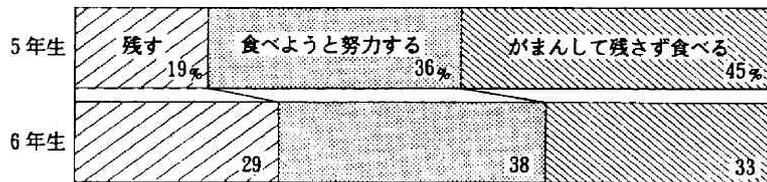


ウ. 嫌いな食べ物は何かですか。



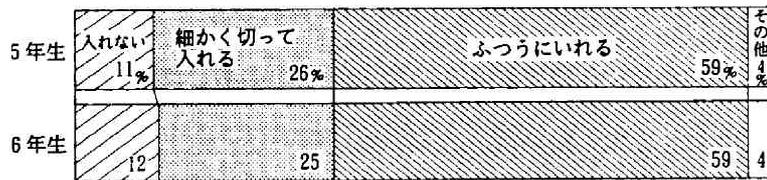
好き嫌いの食品の傾向には、地域差はほとんど見られない。嫌いな食べ物のほとんどが緑黄色野菜や香りの強いもの、感触に特徴のあるものをあげている。嫌いな食べ物を少なくする手立ての一つとして、体と栄養のかかわりの学習、それらの食品を取り入れた調理実習などで、食べることの大切さを考えさせる必要がある。

エ. 嫌いな食べ物が料理に入っていた時どうしますか。



嫌いな食べ物が料理に入っても、7・8割の児童が食べようとしている。また、嫌いな食べ物があっ

オ. 好き嫌いについて家の人は、どのようにしていますか。

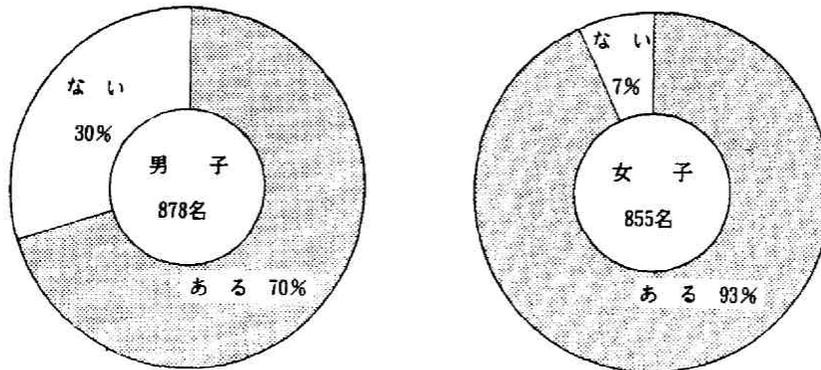


ても9割近くの家が何らかの形で料理に入れているので、食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育てながら、いろいろな食品をと

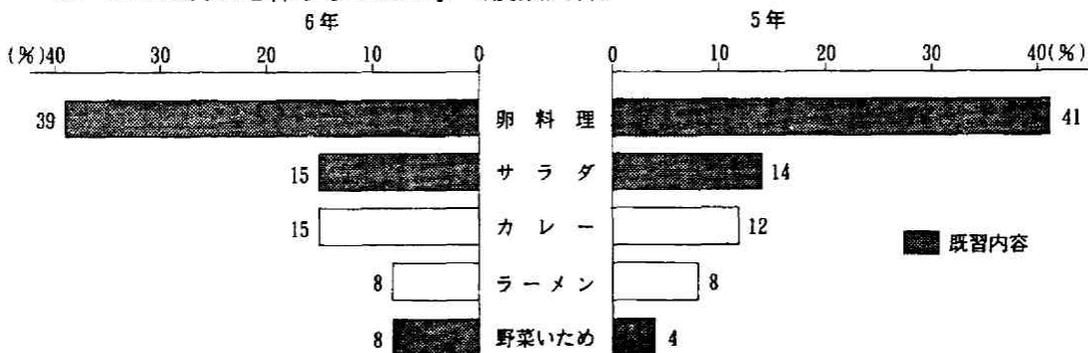
ることの大切さを考え、バランスのよい食事の必要性を指導する必要がある。

嫌いな食べ物を残したときに、8割弱の家庭においては、「食べなさい。」という注意、偏食と体の関係・料理の工夫などが話されている。しかし、2割の家庭では、何も言わずにそのままにしている。また少数ではあるが、「もう食べさせない。」とか「食べるまで同じものを出すよ。」というようなかえって食べたくなくなるような言葉も見受けられた。これらのことから、楽しく食事をするためには、家族の温かい励ましの言葉が有効であると考えられる。

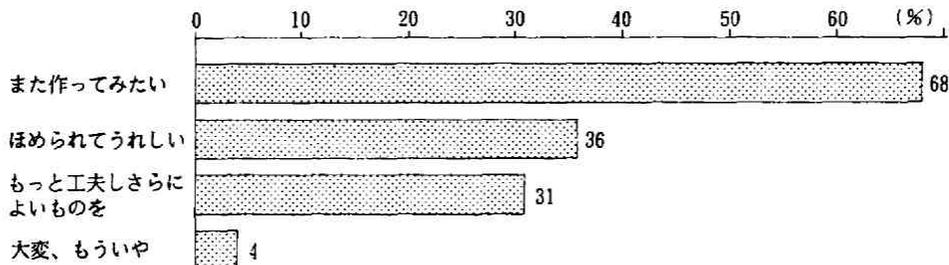
カ. 家族のために料理を作ったことがありますか。



キ. どんな料理を作りましたか。(複数回答)



ク. 料理を作った時のあなたの気持ちはどうでしたか。(複数回答)



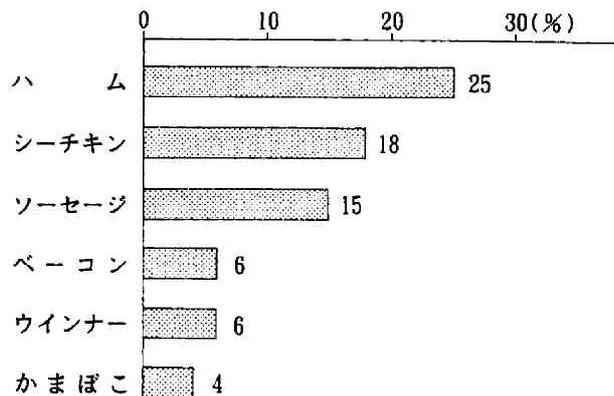
大部分の児童が家族のために、料理を作った経験がある。作ったものの多い順は、5・6年生ともに授業の中で、実習したものか、その応用料理であることがわかる。

料理を作った時、「また作ってみたい」「もっと工夫してさらによいものを」と次の料理への意欲を見せている背景には、家の人「おいしい」と言ったり、ほめたりするなどの言葉かけが大きな力となっている。

6～7割の児童は、自主的に料理をしている。家の人がかたがたり、留守や病気の時に作っている児童も5割を占めている。また、少数だが誕生日、母の日、父の日、クリスマスなどの行事をあげている児童もいる。このことから、児童が料理を作りたい時に作る場を与えたり家族とのふれあいの場をもったりすることが意欲へとつながると考えられる。

男子の3割の児童は、家族のために料理を作ったことがないと答えている。5年生は、やったことのない児童の半数以上が自信がないことを理由にあげている。また6年生は、半数が面倒だとしているが実習も数を重ねてきているので自信がないと答える児童は、減ってきている。このことから、学習経験の大切さがわかる。

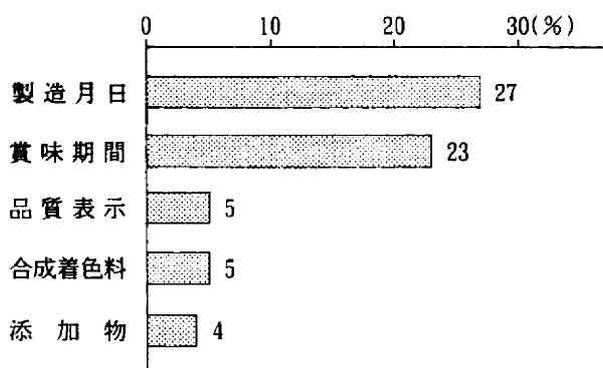
ケ. よく使う加工品は何ですか。(6年生のみ調査, 複数回答)



魚や肉の加工品については、よく知っているものでも30%程度の知識であった。

家庭で、よく使われているハムでも、25%と少なく、中には少数だが全然使わないという家庭もみられた。

コ. 加工品を買う時に注意していることは何ですか。(6年生のみ調査, 複数回答)



加工品の購入にあたっては、5年生のおやつでの学習での経験で、製造月日・賞味期間については約2~3割の児童が注意しているが、その他の知識は断片的なので、品質表示などの指導に配慮する必要がある。

以上の実態調査から指導上配慮する点として次のことをあげることができる。

- 好き嫌いのある児童が多かったので、健康な食生活を送るために体と栄養のかかわりの学習や調理実習などで、いろいろな食品をとることの大切さを理解していくように指導方法を工夫する。
- 児童が意欲的に取り組むために、授業の中でいろいろな学習体験を重ねることが、児童一人一人の自信となり、そのことが、更に実践することにつながるようにする。
- よりよい食生活への実践力を身に付けられるよう、児童が家庭でやりたい時に実践できる場が与えられたり、温かな家族のふれあいの場がもてるよう、家庭との連携を図りたい。

2. 指導計画

(1) 指導計画作成上の基本的な考え方

児童が内発的な学習意欲を喚起し、系統的に無理なく、知識や技能の習得が進められるように、基礎的なものから応用的なものへと次第に発展するように配慮した。また、実践的・体験的な活動を通して学習課題の解決を図るようにした。更に、評価の工夫を図り、児童が主体的に学習するように考慮し、日常生活への実践力を培いたいと考えた。

各学年の指導計画作成上の留意点は次の通りである。

<第5学年>

- 児童一人一人が学習への関心をもち、自発的に課題を見付け、学習意欲を高めるように、実験・実習などを通じた実践的・体験的な学習を工夫し、配列する。
- 基礎的・基本的な技能や知識の定着を図るために、児童が創意工夫できる、主体的な学習の場を多く設定する。

<第6学年>

- 各題材ともに、児童が意欲的に課題を見付け、主体的に調査・研究をして、計画的に学習活動を進めるように工夫し、配列する。
- よりよい食生活に向けての学習が、児童に分かりやすく、また、児童が意欲的に学習に取り組めるように、系統化を図り、発展化へと促すようにする。

食 物 領 域 の 指 導 計 画

第 5 学 年			第 6 学 年		
題 材	小 題 材	時 数	題 材	小 題 材	時 数
一 学 期	家族と仲良く しよう	①イチゴジャムを作ろう ②手作りおやつでおいしいお茶をのもう	一 学 期	ポテトサラダ を作ろう	①じゃがいも博士になろう ②こふきいもを作ろう ③ポテトサラダに入れる魚や肉の加工品について考えよう (1/2事例1) ④ポテトサラダを作ろう
	からだと食物	①なぜ食べるの(事例1) ②じゃがいもを食べよう ③ゆで卵を作ろう ④卵と牛乳の話を ⑤フライパンを使って卵を調理しよう			⑤じゃがいも博士の作りの名人になろう ②ごはんのみそしるを作ろう ③こんだてを作ろう (1/2事例2) ④昼食を作ろう ⑤自分の食生活を考えよう
二 学 期	野菜を食べよう	①生野菜を食べてみよう(1/2事例2) ②野菜サラダを作ろう ③野菜サラダ作り ④野菜の油いためをつくろう(2/2事例3) ⑤野菜の油いため作り	二 学 期	こんだてを立 てて食事を作 ろう	①ごはんのみそしるの作りの名人になろう ②ごはんのみそしるを作ろう ③こんだてを作ろう (1/2事例2) ④昼食を作ろう ⑤自分の食生活を考えよう
三 学 期	おやつを作ろう	①お好み焼きを作ろう ②お好み焼き作り ③おやつについて ④実践発表会をしよう	三 学 期	楽しい○○パ ーティを開こ う	①楽しい食事の会を考えよう ②楽しい○○パーティを計画しよう ③楽しい○○パーティ
時間数合計		26	時間数合計		28

3. 指導事例

第5学年

(1) 題材名 からだと食物 (8時間)

(2) 題材設定の理由

初めての家庭科学習にどの児童も目を輝かせ、意欲的に臨んでいる。特に調理ができるということをととても楽しみにしている。そうした気持ちを大切にしながら、食物と体の関係についての認識を深め、児童が漠然と食べている食事を見直す態度を育てたい。

この題材では、食品に含まれている栄養素の種類やその働きが分かり、健康な体を作り元気に生活するためには、食物から栄養をとることが基本であることを理解する。更に、成長期である児童が、自分自身の健康を考え、栄養のバランスがとれた食事を進んでとるように努めるなどの実践的態度が育つことをねらいとする。「食物」領域の初めに「体の成長と食物」について総合的な学習を行い、その後、食べたり、作ったりする活動の中で関連する栄養について、各々の内容の理解を深めていくように題材を配列した。

指導に当たっては、身近な食品を取り上げ、なるべく児童が活動できる場を設けて、児童一人一人が食物と栄養について意欲的な学習ができるように配慮した。

(3) 指導目標

- ① 毎日の食事を見直し、体に必要な栄養素について関心をもち、進んで食物から摂取しようとしたり、栄養のバランスを考え、いろいろな食品を組み合わせようとする。
- ② 卵や牛乳の栄養的特徴を知り、意欲的に自分の食生活に取り入れようとする。
- ③ 卵料理に関心をもち、進んで卵をゆでたり、フライパンを使った卵料理を工夫する。
- ④ 簡単な卵料理を作ることができる。
- ⑤ 体に必要な栄養素には、5大栄養素をはじめ多くの種類があることを知り、これらが健康の保持や成長に役立っていることを理解する。

(4) 指導計画

- ① なぜ食べるの…………… 1時間 (事例1)
- ② ジャがいもを食べよう…………… 1時間
- ③ ゆで卵を作ろう…………… 2時間
- ④ 卵と牛乳の話…………… 2時間
- ⑤ フライパンを使って卵を調理しよう…………… 2時間

事例1 「なぜ食べるの」

ア. 本時の目標

○食物と体の関係に気付き、進んで食事から体に必要な栄養をとろうとする。

イ. 本時の展開

※評価の観点については、次のような表示をする。

[関心・意欲・態度→(意) 創意工夫→(創) 技能→(技) 知識・理解→(知)]

指導内容	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点	評 価 の 観 点	資 料 等
健康と食事	<p>どうしておなかやすくなるのかな</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝食で食べたものを学習カードに書く。 	<ul style="list-style-type: none"> 点滴と朝食を比較させ、食事が健康に生きるための基本になることが分かる。 	<ul style="list-style-type: none"> 食べたものを進んで学習カードに記入したか。 	<p>点滴</p> <p>朝食のサンプル</p> <p>学習カード</p>
食物とその働き	<p>自分の朝食の旅をたどってみよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 食物の消化・吸収のおよその経路を調べる。 	<ul style="list-style-type: none"> 食物は、体の中でのいろいろな働きをしていることに気付くようにする。 	<p>(意)</p> <ul style="list-style-type: none"> 食べた朝食に関心をもち、体の中での様子を調べることができたか。 	<p>絵本</p> <p>オーバーヘッドプロジェクター</p>
食物と体の関係	<p>食物と体の成長について考えよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 体の大きさの推移を知る。 朝食で食べた食品をカードから選出し、ポリエチレン袋に詰める。 	<ul style="list-style-type: none"> 赤ちゃんと5年生の等身大を比較し、着実に成長していることや食物が成長に大きくかかわっていることに気付くようにする。 	<p>(意) (知)</p> <ul style="list-style-type: none"> 食品カードを選べたか。 進んで作業ができたか。 <p>(意)</p>	<p>赤ちゃん・5年生の等身大模型</p> <p>哺乳びんに入った黄金の袋</p> <p>食品カードの入った袋</p>
まとめ	<p>分かったことをまとめよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 分かったことをまとめ、発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> 次時は、食品の各々の栄養と働きを学習することを知らせる。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康を考えて食事をとろうとしているか。 <p>(意)</p>	<p>ポリエチレン袋</p>

ウ. 本時の評価

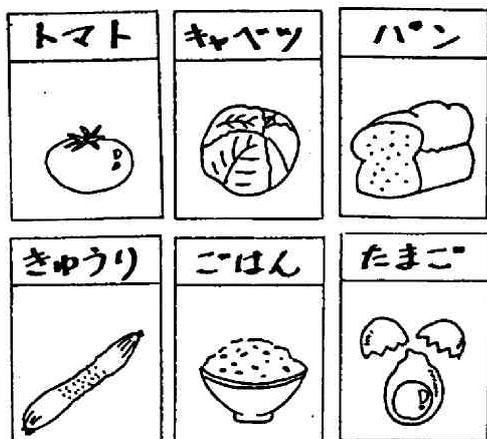
○健康に生きるために、進んで体に必要な栄養を食事からとろうとしているか。

エ. 本時の考察

初めて学習する食物と栄養について児童一人一人が関心をもち、学習に取り組むために具体的な資料を提示したり、児童が活動する場を設けた。本時の考察は次の通りである。

- ① 導入で実物の「点滴」を取り上げ、児童自身が食べた朝食と比較して考えた。「元気に生活するために食事は大切だ。」という声も聞かれ、健康に生きることと食べることが密接なつながりをもつことを理解する上でとても効果的であった。
- ② 自分の食生活を見直すために食品カードを使ってみた。自分が食べた朝食を思い出し、その朝食の材料である食品をカードから選んでポリエチレン袋に詰めた。その作業を通して「意外にいっぱい食べている。」と気付いたり、食べた物がどんな食品だったのか考えることができ、食物と栄養についての学習の意欲を高めるのに役立った。
- ③ 意欲をもって学習できたか評価するために、顔マークを使い児童一人一人が授業後、自己評価を行った。授業の中で具体的な資料に触れたり、食品カードの作業などで楽しい学習展開ができたので、ほとんどの児童がニコニコ顔マークに丸をつけることができた。

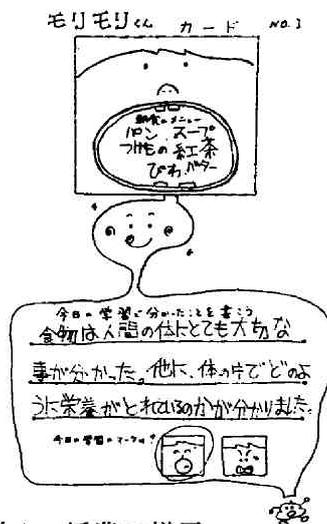
資料1 食品カード



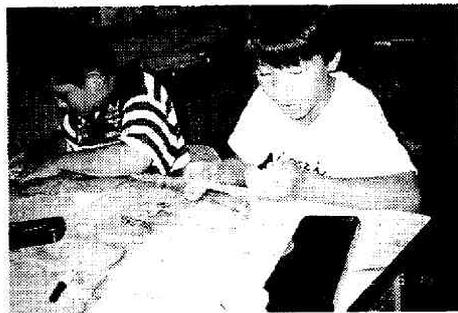
資料3 授業の様子
(点滴を見ている)



資料2 学習カード



資料4 授業の様子
(食品カードを選んでいる)



(1) 題材名 「野菜を食べよう」 (10時間)

(2) 題材設定の理由

児童は調理に対する興味や期待は大きいですが、実態をみると、野菜を洗ったり、切ったり、加熱したりなど、調理の経験をもたない児童や野菜が嫌いな児童も多く見られる。また、毎日食べているにもかかわらず、その食べ方には偏りがあったり、なぜ食べるのかというところまでは理解されていない。そこで「野菜を食べよう」を通して、体にとってよい食べ方や調理方法を工夫してみる。いろいろな野菜を食べて健康的な生活を送ろうとする。更に、安全で衛生的な調理用具の扱い方と基礎的な調理技能を習得していく。また、野菜の調理は、学習したことを創意工夫して、家庭生活の中で生かすことのできる題材でもあると考え、本題材を設定した。

ここでは、野菜サラダ作りをする前に、野菜を生そのまま食べたり、野菜の油いため作りをする前に、キャベツをいためたりして、児童が進んで学習に取り組めるようにすると同時に、系統的に内容を深めていくように題材を配列した。

指導にあたっては、児童一人一人が活動できる場や体験できる場を多くすることによって学習意欲を喚起するようにした。

(3) 指導目標

- ① 日常の食事に関心を持ち、進んで野菜をとろうとする。
- ② 家族の食生活をよりよくするために、野菜のとり方や調理方法を工夫し、実践しようとする態度を身に付ける。
- ③ 野菜サラダ、野菜の油いために必要な野菜の選び方、洗い方、切り方、加熱の仕方、味のつけ方、盛りつけ方などを理解し、進んで野菜の調理を工夫する。
- ④ 調理に必要な用具の扱い方が分かり、安全で衛生的に扱うことができる。
- ⑤ 野菜の栄養的特徴や調理上の特質を知り、野菜における基礎的知識を理解する。

(4) 指導計画

- ① 生野菜を食べよう……………2時間 (事例2)
- ② 野菜サラダを作ろう……………2時間
- ③ 野菜サラダ作り……………2時間
- ④ 野菜の油いためを作ろう……………2時間 (事例3)
- ⑤ 野菜の油いため作り……………2時間

事例2 「生野菜を食べよう」

ア. 本時の目標

○野菜の働きがわかり、進んで野菜を取り入れようとする。

○新鮮な野菜を食べることは体にとってよいことが分かる。

イ. 本時の展開

指導内容	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点	評 価 の 観 点	資 料 等
いろいろな野菜	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">家ではどんな野菜を食べているのだろう</div> <ul style="list-style-type: none"> 家で調べてきたものを発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> いろいろな野菜をとっていることに気付くようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 日常生活の中で関心をもって調べたか。(意) 進んで発表できたか。(意) 	調査表 絵カード
	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">生で野菜を食べよう</div> <ul style="list-style-type: none"> きゅうり、キャベツを食べてみる。 	<ul style="list-style-type: none"> 味、歯ごたえ、香りなどを味わう。 		
野菜の成分と働き	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">食べた野菜にはどんな栄養が含まれているのだろう</div> <ul style="list-style-type: none"> 試験紙で調べる。 結果を学習カードに書く。 	<ul style="list-style-type: none"> 切りたての新鮮な状態でできるように配慮する。 	<ul style="list-style-type: none"> 生の野菜について関心がもてたか。(意) 野菜にはビタミンCが多いことが分かったか。(知) 	パワー袋 生野菜 試験紙 生野菜 学習カード
	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">野菜のはたらきについて考えよう</div> <ul style="list-style-type: none"> 野菜を食べるとなぜ体によいのか考える。 学習カードにまとめ、発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜をとる大切さに気付くようにし、実践への意欲づけをする。 		
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 学習カードにまとめ、発表する。 		<ul style="list-style-type: none"> ビタミンCの働きが分かったか。(知) 進んで野菜を取り入れようとしたか。(意) 	お話 絵 学習カード
次時の予告	<ul style="list-style-type: none"> 次時の学習に必要なものを確認する。 			

ウ. 本時の評価

○新鮮な野菜を食べることは体にとってよいことが分かり、進んで取り入れようとしたか。

エ. 本時の考察

「生野菜を食べよう」の授業では、児童の学習意欲を高めるために、今まで行ってきた理論的な指導による導入法ではなく、「体験してみる」ということから導入してみた。

- ① 野菜の学習をする児童の意識を高めるために、新鮮な野菜を生で食べることにした。何もつけずに食べることにより「キュベツって甘いんだ。」「シャリシャリ、パリパリしておいしい。」「新しいとすごく水っぽい。」など、野菜の水分や甘さ、歯ざわり、香りといったものに、改めて驚く姿がみられた。また、感想を積極的に発表するなど、興味・関心を高めることができた。

これらの体験は、次の野菜の成分や栄養的特徴、新鮮な野菜の選び方へと発展していくことができ、学習意欲を高めるのに効果的であった。

- ② 教材・教具の工夫としては、青く染めたる紙を「ビックリペーパー」と名付け、ビタミンCの検出をした。自分が食べた野菜の中にビタミンCの存在を発見し、目を輝かせながら主体的に実験することができた。更に、「他の野菜でも調べてみたい。」という意欲的な声も聞かれた。

また、「パワー袋」を使用することにより、興味・関心が高まった。今後も、工夫を重ねながら、より効果的な活用を考えていきたい。

- ③ 評価の工夫では、児童が楽しく生き生きと学習するために、学習の過程で出てきた児童の声やつぶやきを大事に取り上げるようにした。また、学習カードでは、児童自身が学習について自己評価するようにした。このことは、学習の観点を明確にするとともに、自分のよさや可能性に気付くことができた。更に、評価の場や方法については検討を深めていく必要がある。

資料1 授業の様子（野菜を食べている）



資料2 授業の様子（野菜を食べている）



資料3 授業の様子（試験紙で調べている）



資料4 授業の様子（試験紙で調べている）



資料5 授業の様子（パワー袋を見せている）



資料6 学習カード

調べてみよう！ あなたの家ではどんな野菜が食事に使われているか調べてみよう。5（ ）（ ）

月日	野菜の種類	どんな料理に入っていたか
9/8	きゅうり	生
	きゅうり、トマト、キャベツ	サラダ
9	しらす	ごぼん
	きゅうり、ごぼう、こんにゃく	キンピラ
10	じゃがいも、たまご、じゃがいも	カレー
	たまご、マッシュルーム	
	キャベツ、たまご	ハンバーグ
11	トマト、きゅうり、トマト	サラダ
	レタス	
12	さつまいも、かぼちゃ、ピーマン	みそ汁
	なめこ、トマト、しいたけ	たまごやき
13	アスパラ、じゃがいも、だいこん	みそ汁
	ほうれん草、だいこん	みそ汁
	アロカシ	
14	トマト、きゅうり、キャベツ	サラダ
	アスパラ、たまご	バターいため、お粥
	しいたけ、たまご、じゃがいも、トマト、コンニャク、キャベツ	やさしいスープ

調べて気がついたこと
 トマトとキュウリをいっしょに食べている
 のでこれからはほかのものもいっしょに食べようと思います。

資料7 学習カード

なぜ野菜を食べるの？

5年組 推(64)

ビックリペーパーを使って調べよう！

わかったことは？
 キャベツはビタミンCがた
 り、ポリフェノールが
 たくさん含まれていて、
 がん予防効果がある
 ことがわかりました。
 きゅうりは肉の外
 がわかちやすくて
 白くなりました。

今日の学習口
 わかったこと
 しんせんやせいはいほどビクビクかた
 くさんふくまれている人間はビクミ
 こととないと生きていけない

今日の学習口？

事例3 「野菜の油いためを作ろう」

(題材名, 題材設定の理由, 指導目標, 指導計画については, 事例2と同じ。)

ア. 本時の目標

- 油いために入れる野菜を選ぶことができる。
- 進んで班の人と協力して, 実習計画を立てることができる。

イ. 本時の展開

指導内容	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点	評 価 の 観 点	資 料 等
本時の課題	野菜いための実習計画を立てよう ・課題を知る。		・課題について 関心をもてたか。(意)	野菜いため の手順絵カ ード
野菜を選ぶ	どんな野菜いためを作りたいか ・自分の作りたい野菜いためを発表する。	・前時の学習を生かせるように援助する。	・進んで発表できたか。(意)	学習カード 実習記録カ ード(前時)
野菜いためのポイント	入れる野菜を選ぼう ・食品カードを使い野菜を選ぶ。	・各自の希望を生かし野菜を選ぶようにする。	・積極的に班の人と相談し, 野菜が選べたか。(意)	食品カード 分量の見本 はかり
まとめ	おいしく作るのには, どうしたらよいか ・班で相談して, 実習計画を立てる。	・切り方や火かげん, いためる順序が大切なことに気付くようにする。	・班の人と協力して, 実習計画が立てられたか。(知)	パワー袋に いためる順 序のカード
次時の予告	・班で決めたことを発表する。	・友だちの発表を聞いて修正の必要があれば修正する。	・決めたことについて進んで発表できたか。(意)	持ち物表示

ウ. 本時の評価

- 油いために入れる野菜を選び, 協力して実習計画を立てることができたか。

エ. 本時の考察

前時に2人組で「キャベツいため」の実習を体験したことで、児童の学習意欲は高まり、更にその体験を生かし、主体的に実習計画を立てられるように教材・教具等を工夫した。

- ① 「野菜を選ぼう」では、「食品カード」を用いたが、新しい野菜を書き加えたり、班の人と好みや色どりなどの意見を出し合ったりしながら、意欲的に選ぶことができた。

実態調査では、にんじんが嫌いな児童が多かったが、「生野菜を食べよう」の学習を通してカロチンの大切さが分かり、積極的に選ぶ児童の姿がみられた。

- ② 野菜の切り方は、「野菜サラダ作り」で学習しているので、資料を参考に主体的に決めることができた。

いためる順序については、「キャベツいため」の実習をもとに班で相談したが、本時の中では結論を出さず、実習までに各自が考え、実習の中で確かめることにした。

- ③ 「キャベツいため」での学習を生かして実習計画を立てたが、自分で作ったものはどの児童も「おいしかった。」と言い、こげていても気持ちの上では失敗ととらえていない。その児童の思いに共感したうえで、児童が互いに高めあっているような評価の場や方法をこれからも検討していきたい。

資料1 学習カード

おいしい野菜いためを作ろう!

5年3組6班(6組)

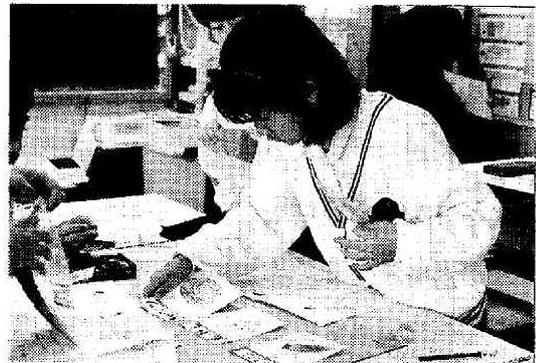
自分のめあて	このおいしさを おいしくつくる。			
使う野菜	ニンジン	玉ねぎ	キャベツ	もやし
切り方	いちじき	たて	せんざり	そのまゝ
いためる順序	1	2	3	4
待ってる人 分量(非必)	馬場 1本	黒崎 1/2こ	板垣 3まい	藤瀬 1ぶく3
いよいよいためるのは	黒崎 さんです。			

野菜は、班で順番切らぬ。自分いためるのは2人組で。

今日の学習は?

野菜が4種類えらべましたか。	😊😊😊😊
実習計画がたてられましたか。	😊😊😊😊

資料2 授業の様子(野菜を選んでいる)



資料3 授業の様子(実習計画の発表)



第6学年

(1) 題材名 ポテトサラダを作ろう (9時間)

(2) 題材設定の理由

児童は、5年生での学習の成果として、栄養素の種類やその働きを理解し、調理実習に意欲的に取り組んでいる。しかし、それが日常の家庭生活に生かされているかは疑問である。その一因としては、知識として理解できていても、実生活において、自分で考え実践する機会が少ないことがあげられる。その中で、日常、頻繁に利用されているじゃがいもと魚や肉の加工品を取り上げ、簡単な調理を習得することを通して、自ら考え工夫し、進んで学習に取り組む、実践する児童の育成を目指した。そこで、「ポテトサラダを作ろう」という具体的な題材を設定した。

ポテトサラダに着目したのは、第一に、こふきいもが基本になっていることにある。じゃがいもの皮むきやこふきいも作りという、基礎的技術の習熟を図るのに適切である。第二に、たんぱく質源として用いるのに、魚や肉の加工品が、便利である。第三に、こふきいも作りを応用してポテトサラダを作ることで、学校における実践の場を増やすことである。

以上のことから、ポテトサラダ作りは、児童の「作りたい」「工夫したい」とする意欲を高めるのに効果的であると考えた。

指導に当たっては、「調べ学習」やグループの話し合い学習を数多く取り入れ、児童の学習意欲を高めるように努めた。

(3) 指導目標

- ① じゃがいも料理を工夫して作ることを通して、進んで実践しようとする意欲をもつ。
- ② 加工品や食品添加物に関心を持ち、安全性に注意して食品を選ぼうとする。
- ③ 用具や器具を安全に使い、調理の手順を考え、仕事を計画的に進めることができるようにする。
- ④ じゃがいもと魚や肉の加工品について、栄養的な特徴や選び方が分かる。

(4) 指導計画

- ① じゃがいも博士になろう…………… 2時間
- ② こふきいもを作ろう…………… 2時間
- ③ ポテトサラダに入れる魚や肉の加工品について考えよう…… 2時間 (事例1)
- ④ ポテトサラダを作ろう…………… 3時間

事例1 「ポテトサラダに入れる魚や肉の加工品について考えよう」

ア. 本時の目標

○魚や肉の加工品の特徴や栄養的な特質が分かり、進んで安全性に注意して加工品を選ぶことができる。

○進んで調べたり、話し合ったりしたことを生活に役立てることができる。

イ. 本時の展開

指導内容	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点	評 価 の 観 点	資 料 等
加工品の種類	<p>魚や肉を使った加工品には、どんなものがあるか、調べたことを発表しよう。</p> <p>・調べたことを発表する。</p>	<p>・家庭との連絡を密にし、協力をお願いしておく。</p>	<p>・積極的に発表できたか。(意)</p>	<p>各自の調査用紙</p>
加工品の長所と問題点	<p>加工品を使うのは、なぜだろう。</p> <p>・身近な経験を基に考え、発表する。</p>	<p>・問題点に注目しやすいが、長所をとらえるようにする。</p>	<p>・進んで話し合いに参加したか。(意)</p> <p>・長所や問題点が、わかったか。(知)</p>	<p>座席チェック表 学習カード</p>
加工品の選び方	<p>選ぶのに気をつけることは、何だろう。</p> <p>・グループで話し合ってから発表する。</p>	<p>・家庭で調べてきたことを基にして、話を進める。</p> <p>・具体的に明示し、実践を促す。</p>	<p>・安全に注意して選ぶようとしているか。(意)</p> <p>・選び方がわかったか。(知)</p> <p>・材料選びへの意欲がもてたか。(意)</p>	<p>かんづめ 品質表示の包装</p>
ま と め	<p>・学習カードにまとめる。</p>	<p>・実践への意欲づけをする。</p>	<p>意欲がもてたか。(意)</p>	<p>学習カード</p>

ウ. 本時の評価

○魚や肉の加工品の栄養、特徴、選び方を考え、進んで実践していこうとする意欲がもてたか。

エ. 本時の考察

児童一人一人の意欲を高めるための動機付けとして、「調べ学習」を導入した。事前に調べることによって興味や関心を喚起し、意欲的な取り組みを啓発することをねらった。本時の考察は、次の通りである。

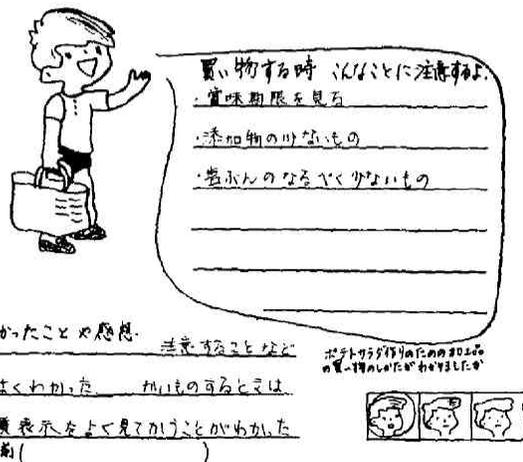
- ① 「ポテトサラダを作ろう」という題材名は、児童の意欲をもたせるのに効果的であった。身近で具体的なイメージをもって学習に取り組めた。加工品の選び方の学習は、切実感があり、自ら学ぶ意欲が高められた。かんづめ等を利用した品質表示の学習は、具体物を通すことにより、生活に密着した学習となり、児童の目が輝いた。進んで実践しようとする意欲を育てるには、児童が努力すれば手が届く範囲での、身近な題材の設定や指導法の工夫が、大切な前提になると考える。今回、じゃがいもを使って二度の調理実習を行ったように、学校での実践の場を増やすことが、意欲を高めるのに効果があった。
- ② 事前に各家庭に対し、児童の「調べ学習」への協力を依頼してから取り組んだ。家庭での話し合いがなされ、その結果、児童の「調べ学習」が、充実したものになった。また、調べてきたことに自信をもって発表する姿が見られ、効果があった。家庭との連携の必要性を強く認識した。
- ③ 学習カードの活用を通し、評価の工夫に取り組んだ。自己評価の項目を設け、自己の学習に対する評価を実施したところ、本時の反省を基にした次時への意欲づけを行うことができた。また個々の学習活動を把握することができ、児童の意欲を高め、励みとなるような評価や言葉かけができたことは、大きな成果と考える。

資料1. 授業の様子

(加工品について調べている)



資料2. 学習カード



(1) 題材名 こんだてを立てて、食事を作ろう (12時間)

(2) 題材設定の理由

児童は、これまでに、体に必要な栄養をとるためには、食品を組み合わせるとる必要があることを学んできた。しかし、実態をみると、食べ物の好き嫌いは多く、栄養のバランスの大切さは知識として分かってはいても、嫌いな食べ物を残してしまうなど、偏った食べ方をしており、実践には結び付きにくい。また、既習の調理については、かなりの児童に家庭での実践がみられ、興味・関心が感じられるが、こんだて作りや栄養を考えた一食分の食事作りの経験は、ほとんどない。そこで、既習の調理を応用して食事作りをすることにより、こんだてについての関心や意欲を高めたいと考えた。

この題材では、食事の基本となる、「ごはんのみそしる作り」を通して、基礎的スキルを身に付け次に既習の調理を応用して、栄養のバランスを考えた一食分のこんだてを立て、作ることができるようにする。「ごはんのみそしる作り」を繰り返し実習することで、実践への自信につなげたい。そして、これからの食生活に積極的に生かし、自分の食事のあり方を見直す態度や、偏りのない食事をしようとする実践力を育てていきたい。

指導に当たっては、「調べ学習」や、栄養士との「チームティーチング」を取り入れることによって、児童の学習意欲を喚起するようにした。

(3) 指導目標

- ① 自分の食生活の実態に関心を持ち、望ましい食生活のあり方を理解し、積極的に実践しようとする。
- ② よりよい食生活をするために、こんだての必要性や条件を自分の食生活の中から調べ、栄養のバランスを考えた一食分のこんだてを工夫して立て、作ることができる。
- ③ ごはんのみそしるや一食分の食事の実習計画を立て、実習を行い、盛り付け・配膳・正しい食事のマナーを身に付けることができる。
- ④ 米やみその栄養や食品としての特徴をすすんで調べ、理解する。

(4) 指導計画

- ① ごはんのみそしる作りの名人になろう……………2時間
- ② ごはんのみそしるを作ろう……………3時間
- ③ こんだてを作ろう……………2時間 (事例2)
- ④ 昼食を作ろう……………4時間
- ⑤ 自分の食生活を考えよう……………1時間

事例2

ア. 本時の目標

- こんだてについて関心を持ち、進んでよりよいこんだてを立てようとする。
- こんだての条件や立て方について、理解する。

イ. 本時の展開

指導内容	学習活動	指導上の留意点	評価の観点	資料など
こんだての条件	<p>こんだて作りで気を付けることを発表しよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 調べてきたことを発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> いろいろな条件が出るようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 進んで発表できたか。(意) 既習の知識が偏りなく、栄養でかかっているか。(知) 積極的に作業しているか。(意) 六に分類する。(知) 	<p>質問紙の吹き出し</p> <p>紙しばい学習カード</p> <p>栄養診断表カード</p>
	<p>紙しばいを見て、考えよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 0とした気持を表現する。 	<ul style="list-style-type: none"> だが、栄養の偏りが多い。 		
	<p>今日の給食のこんだてを栄養診断してみよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 栄養診断表で栄養を確かめる。 	<ul style="list-style-type: none"> 給食の栄養がよくなるようにする。 		
	<p>こんだての工夫</p> <p>栄養士さんから、こんだてについて話を聞く</p> <ul style="list-style-type: none"> 話を聞き、確かめる。 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養士さんとの連携を図る。 		
まとめ	<p>こんだての条件や立て方についてまとめよう</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習カードにまとめる。 グループ発表する。 		<ul style="list-style-type: none"> こんだての条件がわかっているか。(知) 	<p>紙しばいテープ</p>
次時の予告	<ul style="list-style-type: none"> これまでに学んだことを整理して発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> 次時の導入をしておく 		<p>調理の写真等</p>

ウ. 本時の評価

- こんだてについて理解し、よいこんだてを立てようとする意欲がもてたか。

エ. 本時の考察

児童の学習意欲を高めるために、「調べ学習」を取り入れたり、興味・関心が深まるように栄養士との「チームティーチング」や紙しばい、テープ等の手立てを考えた。

- ① 「こんだて作りで気をつけること」という「調べ学習」を進めることにより、児童一人一人が学習のめあてを主体的につかみ、進んで発表したり、生き生きと自信をもって学習に取り組むことができた。
- ② 栄養士との「チームティーチング」は、児童にとって、こんだての専門家から直接、生の話を聞くことのできる良い機会となり、興味をもって真剣に話を聞いていた。このことから、多様な学習形態を用いることが、児童の主体的な学習を援助することになると考えられる。

また、紙しばいを活用したことにより、児童は思考を深めることができ、それぞれの考えを知ることができた。

- ③ 学習カードには、児童が自己評価をできるよう工夫し、チェックリストによる児童の変容の観察も行った。

児童が書いた吹き出しには、「ひとりで買い物できて、えらいね。」というような思いやりの言葉や、「虫歯になってしまう。」というような保健衛生上の言葉などもあった。児童のいろいろな考えを取り上げ、よさを認めたり、生かしていけるような評価のしかたをこれからも考えていく必要がある。

資料1 学習カード



6a1

栄養士さんは、朝食のこんだてを作るときはなにに気をつけているのでしょうか。

- ・栄養がかたよらないようにする。
- ・30品目を食べるようにしてほしい。
- ・給食では 20品目を入れている。
- ・無添加のものを使うようにする。
- ・季節のものを入れる。



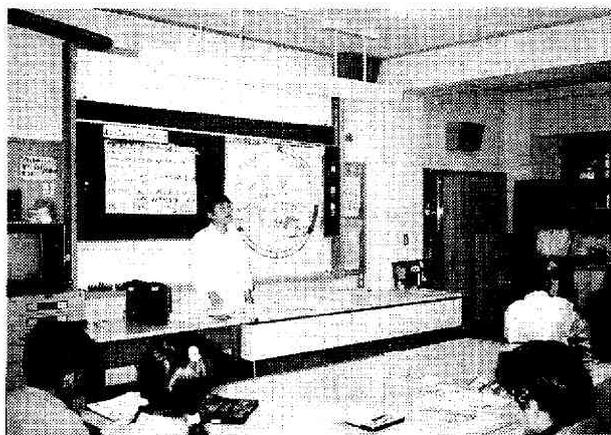
こんだてを作るときに気をつけることは……

栄養がかたよらずに、バランスよくいろんなものを入れる。季節のものや、野菜をたくさん取り入れるようにする

※こんだてを作るときは気をつけるポイントがわかりました。(07かみれん)



資料2 授業の様子（栄養士さんの話を聞く）



IV 研究のまとめと今後の課題

「よりよい家庭生活を目指して自ら考え実践する児童の育成」を目指し、児童の現状や研究主題にかかわる社会の状況などを把握した。その結果、自ら考え実践する児童の育成には、児童の心をゆさぶるような意欲づけが大切であると考え、3つの手立てから研究を進めた。

1. 研究のまとめ

(1) 指導計画と教材・教具の工夫について

指導計画の作成に当たっては、児童の内発的な意欲を喚起するために、実践的・体験的活動を通して学習課題に取り組めるように配慮した。特に題材の導入部分に第5学年では「実習の体験」をおき、第6学年では「調べ学習」をおいた。その結果、児童は進んで学習課題を見付け、主体的に学習を行い、「もっとやってみたい」というような意欲を示した。また、自作の実習カードや教具、あるいは第6学年での「ティームティーチング」などは児童の集中力を高め、更に、課題についての思考力を深めることにも効果があった。

(2) 実践の場の設定の工夫について

児童が意欲的に学習に取り組むために、実践的・体験的活動の場を系統的・発展的に設定した。児童は、実習を体験することによって「今度は、もっとおいしいものを作りたい」と目を輝かし、家庭での実践力も高まった。また、「調べ学習」では各家庭に協力を依頼して取り組んだ。その結果、児童一人一人が学習のめあてをもち、進んで課題解決を行った。

「調べ学習」の発表では、生き生きと自信をもってでき、充実した「調べ学習」となった。

(3) 評価の工夫について

児童が楽しく意欲的に学習ができるように、題材ごとの評価計画を作成し、あわせて評価方法についても工夫した。また、児童の声やつぶやきを大事に取り上げ、学習カードで児童自身が学習について自己評価するようにした。それらの評価を通して、学習の観点を明らかにすることができ、児童一人一人の学習活動についても把握できた。また、児童の思いに共感することで次の学習への意欲づけや励みにもなり、家庭での実践力が高まった。

2. 今後の課題

- 児童が主体的に学習できる教材・教具の工夫
- 課題を深く考えるための効果的な実践の場の設定の工夫
- 児童が互いに高めあっていけるような評価の工夫

以上のようなことが課題として残ったが、今後も更に、児童自らが学ぼうとする意欲を大切にしながら研究を深めていきたい。