

小 学 校

平 成 12 年 度

教育研究員研究報告書

家 庭

東京都教育委員会

平成12年度

教 育 研 究 員 名 簿

地 区	学 校 名	氏 名
港 区	白 金 小	佐 野 智 美
文 京	林 町 小	新 澤 えり子
江 東	第 二 大 島 小	田 畑 二三枝
世 田 谷	芦 花 小	坂 田 操 子
豊 島 区	高 南 小	蓮 実 和 代
江 戸 川	宇 喜 田 小	神 谷 千恵子
府 中	白 糸 台 小	○ 中 野 桂 子
東 村 山	化 成 小	◎ 本 橋 吟 子

◎ 世話人 ○ 副世話人

担 当 東京都立教育研究所教科教育部指導主事 倉 持 眞由美

目 次

目次と研究の概要	1
I 研究主題設定の理由	2
II 研究の基本的な考え方	2
III 研究の内容	
1 実態調査	4
2 2 学年を見通した食生活の学習	
(1)題材構成の視点	6
(2)題材作りと配列の工夫	7
3 2 学年を見通した年間指導計画	
(1)第 5 学年年間指導計画	8
(2)第 6 学年年間指導計画	9
4 実践事例	
事例 1 自ら体験を通して課題をつかむ	10
第 5 学年「いきなりご飯」	
事例 2 地域の人々から学び課題をつかむ	14
第 5 学年「自慢のみそ汁をつくろう」	
事例 3 ディベートを通して課題をつかむ	17
第 6 学年「ゆでていためて究極の野菜料理」	
事例 4 自分の生活を振り返り課題をつかむ	20
第 6 学年「楽しくおいしくいただきます」	
IV 研究のまとめと今後の課題	24

〈研究の概要〉

子ども一人一人がもつ学習に対する願いを大切にし、その願いは多種多様であることをお互いに認め合い学び合うことを通して、さらに学習の楽しさ、喜び、自分の成長を実感することができれば実践力へつながるものと考え、授業を創造することとした。

そこで、子どもの食生活にかかわる思いや願いを実態調査等で把握し、問題解決的な学習過程を工夫して 4 題材を考え、2 年間を見通した年間指導計画を作成した。これらの題材は、課題をつかむ段階を重視し実践的・体験的な活動を取り入れるなどの工夫して、子どもたちが主体的に学べるようにした。

その結果、子どもたちはできたという満足感・充実感とともに解決する喜びを味わい、できるという自信から自分の成長を実感したり、身に付いた技能を生かしたいと考えたり、できたらいいなという願いを実現したいという意欲が喚起されたりして実践へのエネルギーがわき、学んだことを家庭生活等に生かそうとした。

子ども一人一人の願いを大切に実践へとつなげる授業の創造
ー食生活を通してー

I 研究主題設定の理由

平成10年7月の教育課程審議会の答申において、「自ら学び、自ら考える力を育成すること」、「個性を生かす教育を充実すること」などの改訂方針が示された。

家庭科では、生活をよりよくしようとする意欲と実践的な態度を育成することをより一層重視する観点が示された。

一方、子どもを取り巻く社会環境は、核家族化、少子化、地域社会における連帯感の希薄化などの現象が進んでいる。また、家庭生活の変化も大きく、食べるもの、生活に使うもの全てが豊富になり、安価で手に入り、とりわけ食生活では、コンビニエンスストア・ファミリーレストラン等の普及による食習慣の変化・多様化が見られるようになった。

そこで、食生活に視点を当て、よりよい食生活を目指し、実践できる児童を育てたいと考えた。具体的には、食生活にかかわる自らの課題を見つけ、つかみ、体験や人とのかかわりの中で解決し、身に付けたことを生活の中に生かそうとする子どもの育成である。

子ども一人一人の思いや願いを大切にし、その実現のために必要なことを問題解決的な学習を積み重ねることによって「自ら学び、自ら考える力」が育ち、個性が生かされる。また自分にもできるという自信が生活に生かそうとする実践につながる。

本研究では、子ども一人一人が学習に対する願いをもち、それは多種多様であることをお互いに認め合い学び合うことにこそ、学習の楽しさ喜びがあることを実感することが重要であるととらえ、人との触れ合いやかかわりを大切にしたい。そして、子ども一人一人が、学ぶ喜びを味わい、自分のよさや友達のよさを認め合い、充実感や満足感を味わい、自分の成長を実感することができれば実践力へつながるものと考え、本主題を設定した。

II 研究の基本的な考え方

1 子ども一人一人の願いを実現させるために

「こんなことができるようになりたい」「こんなことがしてみたい」という子ども一人一人の願いを学習の出発点ととらえた。願いを達成するために必要なことを自らの課題として見つけ、教師の支援、友達とのかかわり、家族とのかかわり、地域の人々とのかかわりの中で「考えたり、調べたり、確かめたり」しながら解決していく問題解決的な学習を通すことが重要であると考えた。なぜなら、必要感があるからこそ子どもたちが充実感や満足感を味わうことができると思うからである。この喜びが実践へのエネルギーにつながると考えられる。

生きていくために「食」は不可欠なものであり、子どもたちにとって身近な問題である。そこで、本研究は、食生活に視点を当てることによって、自分の食生活を見つめ、自らの課題をもち、主体的に取り組む解決する学習を積み重ね、身に付けたことを生活に生かす喜びを実感させることを目的とする。

2 研究の構想

研究主題にせまるため、次のような構想を立てた。

児童の実態

- ・食への興味関心があり、実習への意欲がある。
- ・食事のとりかたに乱れがある。
- ・生活体験が少ない。
- ・情報から得た知識はもっている。
- ・学習したことを生活に生かしきれない。

社会的な背景

- ・核家族化、少子化
- ・人との触れ合い、かかわりの不足
- ・食習慣の変化・多様化
- ・コンビニエンスストア・ファミリーレストラン等の普及



育てたい児童像



自ら課題を見つけ、体験や人とのかかわりの中で解決し、身に付けたことを生活の中に生かそうとする子



研究主題

子ども一人一人の願いを大切にし
実践へとつなげる授業の創造



仮説

子ども一人一人の思いや願いを生かす活動を通して、充実感や満足感を味わい、自分の成長を実感することができれば、実践へとつなげることができるであろう。

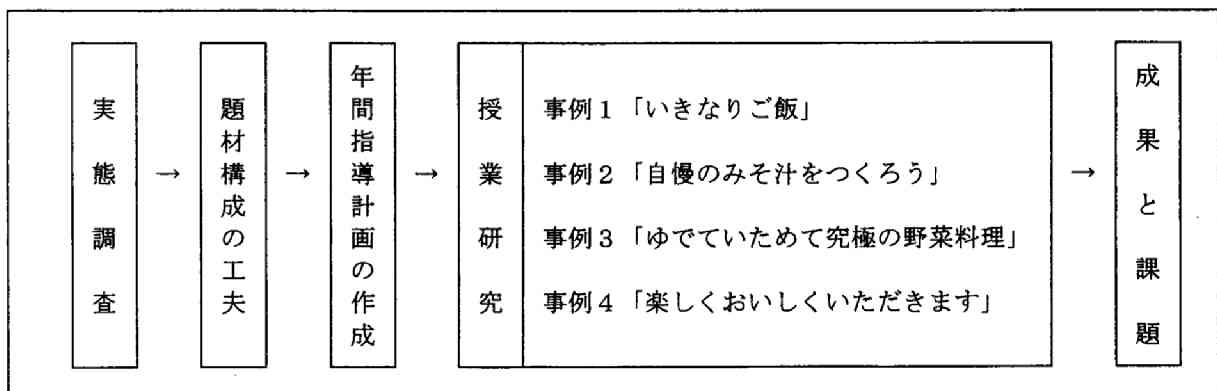


育てたい児童像を実現するための手立て

- ① 子どもの思いや願いを大切にしたい教材構成の工夫
- ② 子どもが主体的に問題解決を図ることができる学習活動の工夫
- ③ 人との触れ合いやかかわりの工夫
- ④ 実践へとつなげるための指導法や場の工夫



研究実践



Ⅲ 研究の内容

1 実態調査

(1) 目的

子どもの食生活の満足度や食事に対する意識の実態調査をすることにより、食生活の問題点に子ども自らが気付くようにするとともに、子どもの思いや願いを把握し指導に役立てる。

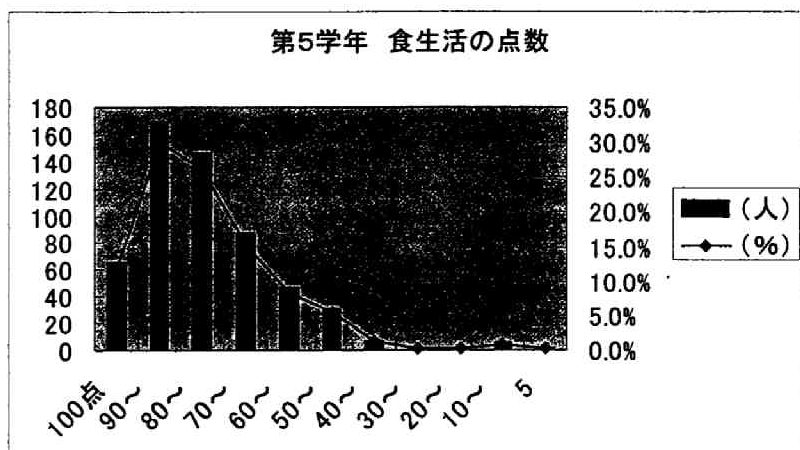
(2) 時期 平成12年6月中旬

(3) 対象 研究員所属小学校の児童 第5学年 564名 第6学年 606名 合計1170名

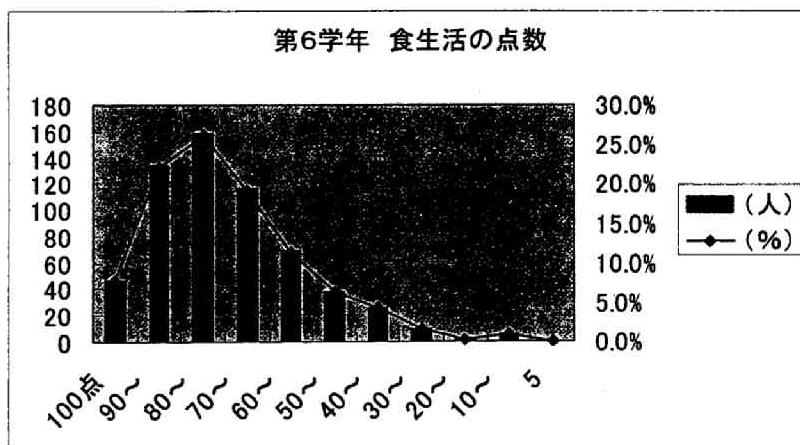
(4) 方法 質問紙法

(5) 内容と結果及び考察

問1 自分の食生活に点数をつけるとしたら、100点満点で何点ですか。



80点以上の人数が多く、約70%を占めている。子どもたちは、自分の食生活にほぼ満足しているといえる。50点以下は、8%であった。



80点以上が、全体の半数を超えている。50点以下が13%で、5年生と比べると自分の食生活を厳しく評価している。しかし、半数以上は、ほぼ満足していると思われる。

〈考察〉

5年生も6年生ともに自分の食生活を肯定的にとらえ、全体の半数以上が自分の食生活に満足していることが分かった。また、6年生の方がやや厳しい点数をつけたことから、食生活について学んだことをもとに、自分の食生活を振り返ったからと考えられる。さらに、6年生になると塾通いなどで生活が忙しくなり食生活が不規則になったりすることも原因ではないかと推測される。

問2 どうしてその点数にしたのですか。そのわけを書いてください。

(人数)

プラス点にした理由	5年	6年	マイナス点にした理由	5年	6年
バランスがとれている	45	58	好き嫌いが多い	146	130
栄養を考えて作っている	45	17	残してしまう	66	37
残さず食べている	31	13	間食が多い	54	71
好き嫌いせずに食べている	26	24	野菜を食べていない	48	62
3食きちんと食べている	16	57	バランスがとれていない	29	50
野菜を食べている	6	4	3食きちんと食べてない	22	43
			時間が決まっていない	10	55

〈考察〉子どもが自由記述したものをまとめ、プラス点とマイナス点に分けて考察した。その結果、子どもたちは、自分の食生活が望ましいものであるかどうかについて、自分なりに判断していることが分かった。判断基準としてあげている事柄は、栄養にかかわることなど、望ましい食生活の基礎・基本とも言うべき事柄である。また、少数意見の中には、「自分だけパンを食べている」「コンビニ弁当を食べている」「インスタント食品が多い」「姿勢が悪い」「テレビや漫画を見ながら食べている」など栄養とは違った視点のものもあった。 【問1の質問の出典 家庭科ワークブック②国土社 牧野カツ子著より】

問3 これから健康で成長していくためには、どんな食生活にするとよいと思いますか。

(人数)

	5年	6年
バランスよく食べる	169	220
好き嫌いをなくす	174	147
1日3食食べる	45	82
栄養を考えて食べる	71	66
野菜をたくさん食べる	77	65
間食をへらす	18	46
規則正しい生活をする	17	35

〈考察〉

問2のマイナス点にした理由を改めれば、自ずと望ましいものになると理解していることが分かった。また、6年生では、規則正しい生活が大事と考えている子どもが少数であるがいる。

なお、食事が人間関係に及ぼす影響に関する「家族と一緒に食事をする」などの記述はなかった。

問4 自分一人で作ったことのある料理は、なんですか。(解答の多い順)

5年生 目玉焼き、ゆでたまご、たまごやき、カレー、サラダ、スクランブルエッグ
6年生 卵焼き、目玉焼き、野菜炒め、カレー、ラーメン、スクランブルエッグ

〈考察〉5・6年ともに卵料理が上位をしめている。卵が身近な食材であること、学校での学びが家庭で生かされていることがその理由として考えられる。日常の食生活の基本であり、新学習指導要領でも題材指定された「ご飯」や「みそ汁」については、さらに体験を通して学ばせ、家庭で実践できる力を身に付けさせたい。

問5 一人でもっと料理が作れるようになりたいですか。

なりたい 5年 89.5% 6年 87.9%

〈考察〉料理を作れるようになりたいという思いを大切に授業を構築したい。記述から、自立した生活者になること、健康に暮らしたいということ、家族のために役立ちたいなどの思いや願いをもっていることが分かった。

2 2 学年を見通した食生活の学習

(1) 題材構成の視点

子どもたちの食生活に対する思いや願いを実態調査の結果から把握し、次の3点にまとめ題材構成の視点とした。

子どもの食生活に 対する思いや願い	① 調理が上手になりたい ② 家族の役に立ちたい ③ 将来にわたって健康な生活を送りたい
----------------------	--

さらに、これらの思いや願いを生かしながら実践的・体験的な活動を重視し、問題解決的な学習過程の工夫を行い題材を考え、家庭生活に学んだことを生かしたり、生活を工夫したりできるようにした。

子ども一人一人の思いや願いを生かす活動		
子どもの食生活に おける実態の把握	実践的・体験的な 活動の重視	問題解決的な 学習過程の工夫



題材構成の工夫				
基礎的な 知識・技能	第5学年	題材Ⅰ	いきなりご飯	家族・友達・地域の 人々との かかわり
		題材Ⅱ	自慢のみそ汁をつくろう	
	第6学年	題材Ⅲ	ゆでていためて 究極の野菜料理	
		題材Ⅳ	楽しくおいしく いただきます	



実践へのエネルギー			
・できたという満足感 充実感 ・できるという自信から 自分の成長を実感	・身に付いた基礎的な 調理の技能をもっと 生かしたいという意欲	・なぜだろうを解決する 喜び ・できたらいいなを実現する 喜び	・家族の役に立てるという 実感



家庭生活に学んだことを生かそうとする、生活を工夫しようとする

(2) 題材作りと配列の工夫

子どもたちの実態から出発し、2年間で自分の食生活の問題点が改善され、一食分の献立が整えられるよう題材作りをし、下図のように配置した。題材の構成に当たっては、子どもたちが、興味・関心をもって学習に取り組んだり、課題をつかんだりできるよう導入部分を工夫した。なお、栄養については実習をする食品と関連付けて学ぶようにした。

		題 材 名	導入	題材の工夫した点及び配列について
現在の食生活を自己採点 ↓ 第5学年	主食	いきなりご飯	体験	・毎日の食事の基本食品なので子どもたちが問題を共有しやすい題材である。 ・材料が一つで調理実習でき、導入に適してる。 ・調理するに当たって計量器の扱いや火力の調節やコンロの安全な取り扱い等を含んだ題材で調理の基礎的な知識・技能を身に付けるのに適している。 ・食材（米）はほとんどの家庭に常時あり、ご飯は家庭で頻繁に登場する献立なので実践しやすい。（思い立ったら即実践） ・「作りたい」「食べたい」という意欲を喚起し、おいしいご飯を味わう体験を取り入れ、学習課題をつかみやすくした。
	汁物	自慢のみそ汁をつくろう	地域の人から学ぶ	・みそ汁には、各家庭のこだわり、地域の特色があるので地域の人々の知恵から学べる題材である。 ・煮るという調理方法は一つでも、具の選び方や組合せによって子ども一人一人の工夫が生かせる。 ・複数の材料を使うので、包丁の安全な取り扱い、まな板の衛生的な取り扱い、切り方、煮る順番等調理の基本を学ぶのに適している。
第6学年 ↓ 自己採点が百点満点	簡単なおかず	ゆでていためて究極の野菜料理	デイベート	・子どもの実態調査の結果をもとに、野菜を食べていないという問題点と野菜を摂取する必要性から題材を設定した。 ・調理方法と材料の2つを選択するので子どもの工夫の幅が5年生よりも広がる。 ・材料が豊富な時期に題材を設定して、旬の味を感じることでもできる。 ・ゆでる調理といためる調理、ゆでてからいためる調理をする中で、複数の調理に必要な時間配分や手順を学ぶのに適している。
	一食分	楽しくおいしくいただきます	オリジナルメニュー作り	・食生活にかかわる3題材を学んだあとに、既習の事項を生かすことができる。 ・日頃の食生活を見直し、よりよくするというめあてをもとに献立作り、材料の準備、調理という学習の流れで、2学年のまとめをするのにふさわしい題材である。 ・栄養のバランスのとれた一食分の献立を考え実習するので、日常生活の実践に生かせる。 ・自分の食生活の問題を課題へと発展させることができる題材である。

3 2 学年を見通した年間指導計画

学年	学期	題 材 名	小 題 材 名	時間
第 5 学 年	1 学 期	家庭科室探検	家庭科室マップを作ろう (1) 家庭科ってなあに (1)	2
		家庭生活ウォッチング	家庭の仕事ってどんなもの (2) わたしにできること (1)	3
		チャレンジソーイング I	針と糸と仲よし (4) 作ってみよう 手縫いにチャレンジ (5)	9
		いきなりご飯	※	6
		夏休みチャレンジ計画	学習したことを家庭で生かそう (1)	1
	2 学 期	夏休みチャレンジ報告	みんなのチャレンジを発表し合おう (1)	1
		チャレンジソーイング II	何を作ろうか (1) 製作計画 (1) ミシンと仲よし (5) ミシンを使って作ってみよう (5)	12
		自慢のみそ汁をつくろう	※	8
		冬休みチャレンジ計画	学習したことを家庭で生かそう (1)	1
	3 学 期	冬休みチャレンジ報告	みんなのチャレンジを発表し合おう (1)	1
		住まいのクリーン作戦	気持ちのよい住まい方 (1) 住まいについて調べよう (6) 発表会をしよう (1)	8
		もうすぐ6年生	1年間の学習を振りかえってみよう (1) こんなことができるようになったよ (5) 私たちの成長をみてください (2)	8
第 6 学 年	1 学 期	ぼく・私の一日	生活時間を工夫しよう (2)	2
		マイコーディネート	衣服の働きと着方を考えよう (2) 衣服コーディネート発表会を開こう (2) 手入れの仕方 (2)	6
		ゆでていためて究極の野菜料理	※	9
		夏休みチャレンジ計画	学習したことを家庭で生かそう (1)	1
	2 学 期	夏休みチャレンジ報告	みんなのチャレンジを発表し合おう (1)	1
		ワクワクソーイング	こんなものがあると便利だな (2) 生活に役立つものを作ろう (8)	10
		楽しくおいしくいただきます	※	10
		冬休みチャレンジ計画	学習したことを家庭で生かそう (1)	1
	3 学 期	冬休みチャレンジ報告	みんなのチャレンジを発表し合おう (1)	1
		快適な住まい	住まいのはたらきを考えよう (1) 快適な住まい方を調べよう (4) 発表会をしよう (1)	6
		もうすぐ卒業 成長した私たち	2年間の学習を振り返ってみよう (1) 地域や家庭に生かそう (6) 交流発表会をしよう (1)	8

※ については、後ろのページにて掲載

学 習 内 容	内 容 事 項
- 家庭科室の施設・設備を知る。 - 家庭科の学習内容を知る。	
- 家庭には自分や家族を支える仕事があることを知る。 - 自分が分担できる仕事を考え、実践計画を立てる。	(1)ア (1)イ
- 玉結び、玉止め、なみ縫い、ボタン付けができる。 - 製作に必要な用具の安全な取り扱いができる。 - 目的に応じた縫い方で、小物を製作する。	(2)イ (3)イ (3)ウ (3)ア、イ、ウ
※	
学習したことを生かし、夏休み中の実践計画を立てる。	
夏休み中の実践を報告し合う。	
- 布を使って製作する、作りたい物を考える。 - 作り方を調べて、製作計画を立てる。 - ミシンの使い方を知る。 - 計画にしたがって、作りたいものを製作する。	(3)ア (3)ア、イ、ウ (3)ア、イ、ウ (3)ア、イ、ウ
※	
学習したことを生かし、冬休み中の実践計画を立てる。	
冬休み中の実践を報告し合う。	
- 身の回りの整理整頓をする。 - 気持ちのよい住まい方を考え、課題を見つけて調べる。 - 調べたことを発表し合い、深める。	(6)(7) (6)(8)
- 一年間の学習を振り返り、できるようになったことを再確認する。 - もう一度チャレンジしたい課題を選び、チャレンジする。 - 一年間で学んだことの学習発表会をする。	(1)(2)(3) (4)(5)(6) (7)(8)
家族と自分の生活を見つめ、生活時間を見直す。	(1)ア、イ、エ
- 自分のよく着ている服を調べる。 - 友達の着方から、自分の衣服の着方を見直す。 - 日常着の手入れの仕方が分かり、洗濯ができる。	(2)ア (2)ア (2)ア、イ
※	
学習したことを生かし、夏休み中の実践計画を立てる。	(1)
夏休み中の実践を報告し合う。	
- 生活に役立つものを考え、製作計画を立てる。 - 形や作り方を工夫して、製作する。	(3)ア (3)イ、ウ
※	
学習したことを生かし、冬休み中の実践計画を立てる。	(1)
冬休み中の実践を報告し合う。	
- 快適な住まい方の工夫として、暖かさ、風通し、明るさの中から一つ選択して課題とする。 - 選択した課題を追求する。 - 学習内容を発表し合い、学び合う。	(6)イ (6)イ(7) (8)
- 二年間の学習を振り返り、地域や家庭生活に生かすにはどうしたらよいかを考えて、学習課題を設定する。 - 計画的に学習課題を解決する。	(1)(2)(3) (4)(5)(6) (7)(8)
学習内容を発表し合い、友達の発表を自分に生かす工夫をする。	

事例1 自ら体験を通して課題をつかむ

(1) 題材名 第5学年「いきなりご飯」

(2) 題材の目標

- おいしいご飯を炊くために必要なことを、自分なりの方法で学ぼうとする。
(興味・関心・意欲)
- 調理に必要な用具や器具を考え、扱い方が分かる。(知識・理解)
- 友達や家族とのかかわりを通して、工夫したり実践したりする喜びを味わう。
(創意工夫)
- 調べたことをもとにして、調理計画を立てる。(創意工夫)
- 米飯の調理ができる。(技能)

(3) 研究主題にせまるための手立て

① 子どもの思いや願いを大切にしたい題材構成の工夫

子どもは、実際に作ってみる、食べてみるなど実践が大好きである。食生活の実態調査では、「一人でもっと料理を作れるようになりたいですか」という問いに96%の子どもが「そうになりたい」と答えている。また、「家族に食べさせたい」「母のようになりたい」「将来役に立つ」「健康的な生活がしたい」という願いをもっている。

そこで、これらの子どもの思いや願いを大切に、和食の基本となるご飯をまず一口味見し、「おいしい」「また食べたい」と実感できることから始まった。

② 子どもが主体的に問題解決を図ることのできる学習活動の工夫

ごはんの炊き方を一斉に学ぶのではなく、「どうしたらおいしいごはんが炊けるのか」と子どもから疑問がでるようにする。こうした疑問から、一人一人がおいしく炊くためにどうしたらよいかを考え、本で調べたり、人に聞いたり、実際に試してみたりする。このことが主体的に問題解決を図るための手立てとなると考えた。

③ 人との触れ合いやかかわりの工夫

発表の時間を設定し、自分の考えを伝えたり、友達の考えを聞いたりすると共有の場をもつことにより、自分の課題をさらに明確にすることができ、自信をもって調理実習につなげることができる。

また、ごはんについての調べ学習で家族や近所の米屋さんにインタビューするなど、人とかかわりをもてるようにした。

④ 実践へとつなげるための指導法や場の工夫

班で調理実習をしてごはんをおいしく炊けたという喜びや自信が家庭での実践につながる。さらに、気付いたことを記録し発表することにより、自己評価が行われ、もっと上手にごはんを炊けるようになりたいという意欲が喚起される。

(4) 指導計画（6時間扱い）

問題解決的な学習過程を2通り考えた。子どもにとっての課題は「おいしいご飯を炊く」である。おいしいご飯を炊くために調べたことを発表する。実践例1は、この発表からポイントを4点に絞り、これらのポイントについてさらに調べて実際のご飯炊きを行う。この調理実習には2時間を配当する。実践例2は発表を受けてさらに調べたいことを調べ、実際に調べたことをもとにご飯を炊いてみる。（試作）その後、試作を踏まえてご飯を炊く。この調理実習には1時間を配当する。この事例はご飯を炊く体験が2回あるので、基礎的な技能が身に付く。

実践例 1		実践例 2	
つかむ	①・なべで炊いたご飯を味見する。 ・おいしいご飯を炊こうとする。（課題） ・そのためにはどうしたらよいか、調べてくる。	調べてきたことを発表する	
	調べる ②ご飯を炊くポイントを知り、このポイントについて体験を通して調べる。 ポイントは次の4点である。 ・とぐー調べたことをもとに、米をといでみる。 ・水の量ー調べたことをもとに、水を計量カップや上皿自動ばかりで計る。 ・吸水ー米の吸水の様子を観察して、変化等に気付く。 ・火加減ー耐熱ガラスでご飯が炊ける様子を観察しながら火加減の調節に気付く。 ③4点のポイントについて体験を通して、調べたことを発表する。その後、ご飯を炊く計画を班で立てる。	調べる ②発表を聞いて、もっと調べたいことを見つける。 ・どういう米のとぎ方をしたら、米がこわれないか。 ・水の量は米の何倍がよいか。 ・吸水した方がよいのか。 ・火加減はどれがよいのか。 ・蒸らした方がよいのか。 ③調べて見たいことを調べて、実際にご飯を炊いてみる。	
	解決する ④⑤班の計画をもとにご飯炊きの実習をする。	解決する ④ご飯炊きの体験を発表し合い、その後ご飯を炊く計画を班で立てる。 ⑤班の計画をもとにご飯炊きの実習をする。	
生かす	⑥ご飯炊きの実習をして、気付いたことや身に付いた技能を活用しようとする。 家庭で自分がおいしいご飯を炊く計画を立てる。		



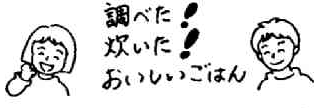
(5) 本時の学習

実践例1 「分からないことを調べよう」(2/6時間)

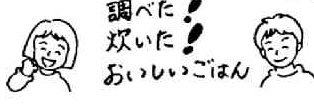
調べてきたことを発表する中で「おいしいご飯を炊く」ポイントがとぐこと、水の量、吸水、火力の調節などに絞られた。そのポイントを体験コーナーや資料コーナーで実証したり確かめたりすることによって、ポイントをおさえた実習ができる。実習の時間は2時間設定とする。

- ① 目標 ○自分が調べたいことを体験したり、資料を活用したりして調べる。
○自分で調べたことを発表したり、友達の発表を聞いたりして疑問点を解決する。

② 展開


調べた！
炊いた！
おいしいごはん

私は 水の量と どれくらい
入れれば いいのかかわりません
でした。水の量は 多すぎても
少なすぎても いけなく？ 始めは
こまめに だめ 図書館に行
たりして よくわかりました。ごはんを
たいてみて お米が水を吸収して
いる所が 実際 に見ることが
でき いろいろなことがわかりました。
また家がおいしい ごはんをたいてみて
です。


調べた！
炊いた！
おいしいごはん

最初は、米の洗い方で一はいの
とさじは 手ばかりで
流しました。あと 火が
です。よそう以上おいしくでき
ました。それほど すすきく
ことがわかりました。
こんどからは 家で自分
すすんでごはんをたいてみた
いな と思いました。あと30分
つけたのと 前につけたのは 5分とわかりました。

学習活動	教師の支援と評価	資料・準備
○自分が調べたいことを短冊用紙に記入し、パネルに貼る。 ○体験コーナーや資料コーナーに行つて、調べたいことを調べる。 ○分かったことをもう一枚の短冊用紙に記入する。	○短冊用紙を課題別に分類し、おいしさをつきつめようとする意識を高める。 ○体験コーナー (周りの棚に3か所設置する) ・米の洗い方、・米の計り方 ・米と水の量 ・吸水の様子(つけてすぐ、10分、30分以上たったもの) ・加熱中の釜の中の様子 ○資料コーナー ・火加減の表、洗米のVTR	・短冊用紙 ・パネル ・上皿自動ばかり ・計量カップ ・メスシリンダー ・耐熱ガラス鍋 ・火加減の表 ・ざる ・短冊用紙
調べてみて分かったことを発表しよう。		
○友達の発表を聞き、生かせること、参考になることに気付く。 ○友達の発表でさらに聞きたい所があれば、質問する。 ○次時のめあてを確認する。	○家族にインタビューしてきたこと、体験コーナー、資料コーナーで調べたことを、分かりやすく説明するよう伝える。 ・分かりやすく発表することができたか。(創意工夫) ・友達の発表を参考にしようとしたか(関心・意欲・態度) ・おいしいごはんの炊き方が分かったか。(知識・理解)	

(6) 考察

実際にご飯を一口食べてみておいしさを実感することから始めたため、おいしいご飯を炊くにはどうしたらよいか調べてみたいという意欲を喚起できたので、一人一人の子どもが自分なりの課題をつかむことができた。

炊き方を自分で調べるにより、調理に関する意識や意欲が自然と高まっていった。家で実際に試して見る子もでてきた。また、家族に聞いたり、お米屋さんに聞いたり、本やインターネットで調べたりと様々な学び方を知るとともに、人とかかわりをもつことができた。

実践例2 「分からないことを調べよう」(3/6時間)

調べてきたことを発表する中で、多様な「炊き方のコツ」があることが分かり、新たな疑問ができた。そこでさらに、友達や教師と話し合い、もっと調べてみたいことなど自分なりの課題を見つけることができ意欲的に調べたり実際にご飯を炊いたりした。実習の前のこのような体験が実習をスムーズにすることができるので、実習の時間は1時間設定とする。

① 目標 おいしいご飯を炊くために分からないことを調べる。

② 展開

学習活動	教師の支援と評価	資料・準備
分からないことを調べよう。 ○前時までに調べたことを思い出す。 ○本時で調べることを確認する。 ○分からないことを調べて見る。 ・火加減はどれが1番適切か。始めは強火か弱火どちらがいいか。 ・水の量は、1.2倍か1.5倍のどちらがいいか。 ・米がこわれなとき方はどうすればいいのか。 ・吸水時間は、どのくらいがいいのか。1時間、30分、吸水なしを比べてみる。 ・蒸らしたご飯と蒸らさないご飯はどう違うか。 ・ふたに重石をして炊く。 ○分かったことをカードに記録する。 分かったことを発表しよう。 ○分かったことを発表する。 ○友達の発表を聞き、生かせること、参考になることをメモする。 ○友達の発表で聞きたいことがあれば、質問する。	○前時までに子どもが調べたことを表にして掲示しておく。 ○おいしいご飯を炊くために、必要なことを調べることを確認する。 ○調べるために必要なものを準備するよう促える。 ・進んで分からないことを調べたか。(関心・意欲・態度) ・分かったことをカードに記入したか。(知識・理解)	・表 ・学習カード ・火加減の表 ・上皿自動ばかり ・計量カップ ・ボール ・ざる ・耐熱ガラス鍋 ・重石

おいしいごはんのひみつ

5年2組 名前

やってみよう～おいしいごはんを炊くために～

自分流でやってみる!!

・火がけんはまず自分の好きな木君とくじをやる。
・水の量はみんなの意見にまかす。
・洗った米の芯をしっかりと洗う。

調べること

火がけん (自分流) 15分
水加減 (自分流) 1.2倍
吸水時間 (自分流) 30分
結果

わかったこと～おいしいごはんを炊くにはここがかんじん!～

(火がけん) 15分は大切!! 中火(めいじ)で15分
が強い(米)水分は多い。の方法がよい。

わかったこと(友達のを参考にしよう)

水加減(1.2倍)がよい。吸水時間(30分)がよい。火がけん(中火)がよい。結果(1.2倍、30分、中火)がよい。

感想

今日が1番おいしくごはんができました。最初は、やわらかく感じましたがだんだんもちもちになりました。よかったのでよかったです。

おいしいごはんのたき方

ここがかんじん!!

1. 水がけんが1番大切だと思います。少ないと、かたいし、多いと、おがゆみたいになります。水がけんが大切。です。(火がけんも大切)

実践例2では、炊き方を調べてから、すぐに調理実習に行くのではなく、調べたことを確認したり、さらに分からないことをやってみたりしたことによって、子どもたちがご飯炊きのポイントを実感できた。子どもたちは経験や失敗をすることにより基本的な技能を学び、身に付けることができた。

班で実習しておいしいご飯を炊いた成功体験をもとにして、家族のために自分なりの計画を立て、再び家で実習したので、子どもたちは成就感や満足感をもつことができた。

事例2 地域の人々から学び課題をつかむ

(1) 題材名 第5学年 「自慢のみそ汁をつくろう」

(2) 題材の目標

- 調理に必要な用具や食器の安全で衛生的な扱い及びこんろの安全な取扱いができる。
(知識・理解、技能)
- 調理に必要な材料の分量が分かり、手順を考えて調理計画を立てる。
(知識・理解、創意工夫)
- 材料の洗い方、切り方、入れる順序及び後片付けの仕方が分かり、みそ汁を作ることができる。
(知識・理解、技能)
- みそ汁作りに関心をもち、身に付けたことを日常生活に生かそうとする。
(関心・意欲・態度)

(3) 研究主題にせまるための手立て

① 子どもの思いや願いを大切にしたい題材構成の工夫

教育ボランティアの方々が調理した8種類のみそ汁を味わう場を設定した。この体験を通して子どもたちは、おいしいみそ汁を作りたいという思いや願いをもち、作り方を調べたり、調理計画を立てたりする活動などを通して、一人一人の作りたいみそ汁が実現できるように題材構成を工夫した。

② 子どもたちが主体的に問題解決を図ることができる学習活動の工夫

普段、何気なく食しているみそ汁に関心をもたせ、自分の自慢のみそ汁を作るという目的を明確にしたことにより、子どもたちは、自分なりの課題を設定して、主体的に解決を図れると考えた。

③ 人との触れ合いやかかわりの工夫

地域の教育ボランティアの方々とのかかわりの中で学ぶ活動を取り入れた。地域や個々の家庭の伝統や特色が生かされたみそ汁を作っていただき、それらを子どもたちが味わい、味わった感想を発表したり、疑問に思ったことなどを質問したりすることを通してかかわりを深めることができるようにした。また、地域の方々に家庭科の学習を開き、理解し深めていただくこともねらった。

④ 実践へとつなげるための指導法や場の工夫

みそ汁は、米飯とともに日常的な食物であり、実践にもつながりやすい。さらに、家族へのインタビューなどをして調べ、自分で作り上げた自慢のみそ汁はまさに我が家の味である。子どもたちが、みそ汁づくりを通して学んだことを生活に生かしたり、家族に喜んでもらえたりできるよう、家庭での実践計画を学習の最後に位置付けている。

(4) 地域ボランティアの方々と一緒に考えた、自慢のみそ汁8種類

子どもたちが普段、何気なく食しているみそ汁に興味・関心をもつには、様々なみそ汁が

あり、それぞれ違っていることに気付かせたいと考えた。そこで、日頃から支援していただいている地域ボランティアの方々に協力をあおいだ。みそ汁の種類が多い方がよいと考えたので、5年生全員で学び、学級担任とのチームティーチングとすることにした。

授業に先立って、教育ボランティアの方々と授業のねらい、活動過程、支援等についての打ち合わせを実施した。ボランティアの方々の願いは、①食材の旬を味わって欲しい、②これを機に嫌いな食べ物も好きになって欲しい、③自分たちが知っている味を伝えたい、であった。これらの願いを尊重しつつ内容について検討した。また、みそ汁のネーミングにも、具や味付けが想像できる楽しいものを考えた。

みそ汁の名前	材 料 名
へんげんじざいのみそ汁	にら、しいたけ、卵
とんとんとん汁	さといも、にんじん、大根 えのき、豚肉、糸蒟蒻
シンデレラのみそ汁	かぼちゃ、玉ねぎ
湖からの贈り物	しじみ、万能ねぎ
ハオチーみそ汁	チンゲン菜、油揚げ、豆腐
みぞれ汁	なめこ、豆腐、大根おろし
うんとこどっこいしょ	かぶ、厚揚げ
由緒正しいみそ汁	わかめ、長ねぎ、油揚げ

(5) 指導計画（8時間扱い）

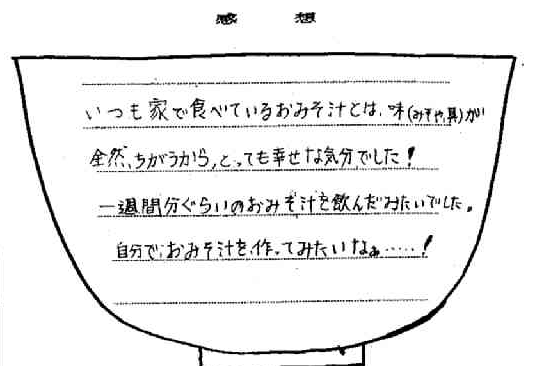
順	小 題 材	学 習 活 動	備 考
観 か む	みそ汁名人に学ぼう (1時間)	・ 名人のみそ汁作りの思いを聞く。 ・ 名人のみそ汁を味わい、感想を書く ・ 名人に疑問に思ったことを質問する	・ 学習カード ・ 名人の作った みそ汁
	おいしいみそ汁のつ くりかたを調べよう (2時間)	・ おいしいみそ汁を作るために必要 なことを考える。 ・ おいしいみそ汁の作り方を調べる。	資 料 ・ 本やパンフレ ット ・ インター ネット
解 決	調べたことを発表し よう (1時間)	・ 調べて分かったことを班で話し合う ・ 調べて分かったことを発表する。 ・ 他の班のまとめを聞く。	・ 発表の順番、 隊形の設定
す る	みそ汁づくりの計画 を立てよう (1時間)	・ 班で話し合い、実習計画を立てる。	・ 実習計画表
	みそ汁名人に 弟子入り (2時間)	・ みそ汁の調理をし、試食する。 ・ 互いに試食し合う。	
生 か す	わたしも名人 (1時間)	・ みそ汁作りに大切なことをまとめ る。 ・ 家庭での調理計画を立てる。	・ 実践カード



(6) 本時の学習（1／8時間）

- ① 目標 名人の作ったみそ汁のよさに気づき、みそ汁作りに関心をもつ。
- ② 展開

学 習 活 動	教師の支援と評価（※）	資 料
名人のみそ汁を味わおう		
・教師から名人の紹介を聞く。 ・それぞれの名人からみそ汁の名前や説明を聞く。 ・8人の名人のみそ汁を試食する。 ・気付いたことや感想をカードに記入する。 ・名人にみそ汁について質問する。	・ボランティア8人 ・みそ汁の名前のカードを掲示する。 ・みそ汁の名前は、ボランティアの人と相談し、みそ汁への興味をもてるよう工夫した。 ・スムーズで安全な試食の仕方について説明する。（学級担任が指示し、子どもとともに体育館内を回る） ※みそ汁を味わい、その感想等をカードに記入したか。 ※名人に教えてもらいたいことを質問できたか。	・みそ汁名前カード ・名人のみそ汁なべ8個 ・子どもが、はしとおわんをもってくる。 ・学習カード
感想を発表しよう		
・試食の感想を発表する。 ・これから調べてみたいことを考える。	・話し合いの隊形をつくらせる。 ※自分なりの感想をもち、調べてみたいことを考えようとしているか	



名人覚えて下さい！	分かったこと
質問1 ほうみそは？	へんげんじさい ほうとうのみそ とんとん汁 白みそ
質問2 かくし味は？	へんげんじさい だしのむね (うま味) とんとん汁 いりもの 日本酒、みそ、かつおの粉、しょうゆ
質問3	

(7) 考察

みそ汁について新たな発見をし、みそ汁作りへの意欲づけのため、教育ボランティアの方々に協力をあおぎ、子どもたちがみそ汁を味わうという導入の工夫を行った。

教育ボランティアとの討議の中で、授業のねらいが焦点化されるとともに、一単位時間の活動過程や支援の在り方等の検討がなされた。教育ボランティアの方々の願いは、①食材の旬をおいしく味わってほしい、②これを機会に嫌いな食物も好きになってほしい、③自分たちが知っている味を伝えたい、というものであった。このような意向を配慮し、8種類のみそ汁を子どもたちに試食させることにし、その名前も具や味付けのヒントになり、子どもの興味・関心を高めるユニークなものが考案された。

子どもたちは、①学習の場が家庭科室から体育館になり、②地域の方々が授業に参加し、③8種類のみそ汁を味わうという体験をした。また、④みそ汁の名前も既成のものがなく、目新しいものであった。

このような学習環境の設定により、子どもたちは、それぞれのみそ汁の味の付け方や具の種類について、大いに関心を示し、教育ボランティアの方々に積極的に質問をしていた。また、学習後の感想では「自分でも作ってみたい」「新しい味の発見をした」というような内容が多く見られた。

子どものみそ汁の学習に対する興味・関心を高め、意欲的に学習に取り組ませるためには、教室の中で、子どもと教師の活動だけでなく、教育ボランティアの方々の協力を得て、多種多様な体験をさせることが大変効果的であると考えられる。

事例3 ディベートを通して課題をつかむ

(1) 題材名 第6学年 「ゆでていためて究極の野菜料理」

(2) 題材の目標

- 野菜に関心を持ち、野菜料理を作ろうとする。(関心・意欲・態度)
- 野菜について調べ、食品としての価値や栄養が分かる。(知識・理解)
- ゆでたり・いためたりして調理をすることができる。(技能、創意工夫)
- 家族や友達同士学び合うことによって、人とのかかわる楽しさや喜びを実感する。(態度)

(3) 研究主題にせまるための手立て

① 子どもの思いや願いを大切にしたい題材構成の工夫

自分の食生活を振り返った実態調査では、マイナス点として「バランスが悪い」「野菜が嫌いが残すことがいけない」ということがあげられ、「これからは残さないで食べるようにしたい」「嫌いな野菜を少しずつでも食べるようにする」など、野菜を食べることが自分の健康によいという意識をもっていることがうかがえる。

そこで、テーマを「野菜は本当に食生活に必要な否か」としたディベートを始めに行い野菜についての栄養的な特徴や調理方法などについて調べたり、ディベートを通して気付かせたりしたいと考えた。

② 子どもが主体的に問題解決を図ることができる学習活動の工夫

ディベートは、相手を説得するだけの内容を調べたり、資料を用意したりする必要がある。初めてディベートをする子どもたちに「ディベートゲームをするので、野菜について調べてくること」を宿題として出す。次にディベートをしているVTRを見せて、ディベートのおもしろさを伝え、さらに調べることができる時間を確保する。

導入時には、子どもたちが調べることに意欲をもてるように働きかけたい。また、調べ学習の途中で軽くディベートの練習を行い、自分たちの調べていることについて確認したり、深めたりすることは有効であると考え。活動の始めに、なにをどう調べたらよいか具体的な方法を知らせ、調べ活動の見通しをもたせることも重要である。

③ 人との触れ合いやかかわりの工夫

子どもが問題解決をするために、一番身近である家族に聞くということが考えられる。また、近所の八百屋さんや高齢者の方に昔からの知恵を教わることや図書館等公共の施設で、資料を探すために訪ねるということもある。こういった人に直接聞くという活動を通して、子どもたちのかかわりの世界を広げていく。調べた情報をクラスの友達で共有することや、ディベートのなかで相手チームの考えを聞き反論することなど、友達とのかかわりも学べるものと考え。

④ 実践へとつなげるための指導法や場の工夫

「夏休みにチャレンジ」では、学校で実習した野菜の調理を、家庭でも実践して家族に

味わってもらい、感想を書いてもらうこととした。家族から認めてもらうことで、自分に自信をもち、より深く自分のものとすることができるのではないかと考える。

(4) 指導計画（9時間扱い）

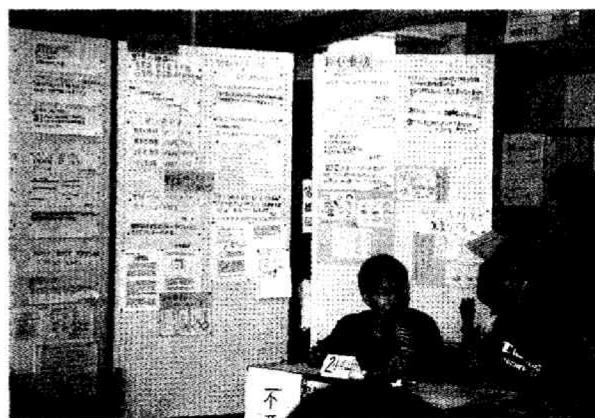
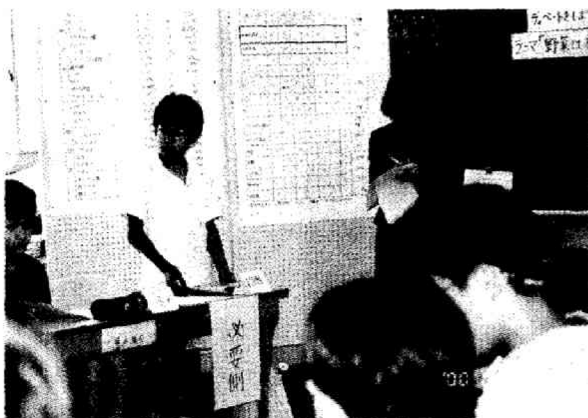
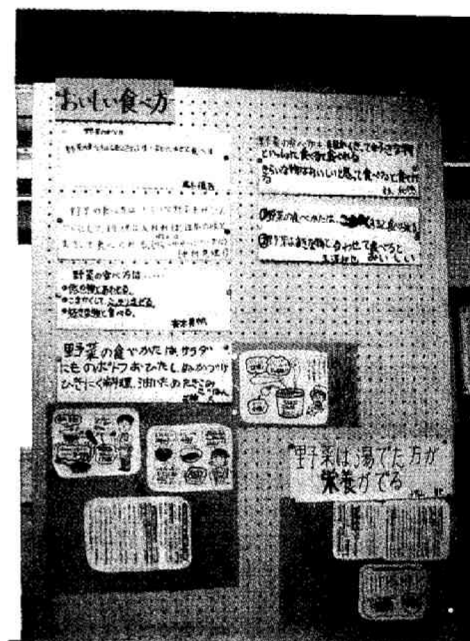
段階	小 題 材	学 習 活 動	備 考
つかむ 4時間	野菜は 人類を救うか (4時間 本時4/9)	・「野菜は本当に食生活に必要なか否か」というテーマで、ディベートを行うことを知る。 ・自分の立場を決め、野菜について調べ学習をする。 野菜について知りたいことは？ 種類 栄養 調理法 特徴・・・ ・野菜について調べてきたことをまとめて掲示する。 ・それぞれのチームに分かれて、作戦を立てる。 ・ディベートを行う。 ・ディベートを通して分かったことをまとめる。	・ディベートのVTR視聴 - 調べる方法 ・本、インターネット、家族や八百屋さんにインタビュー ・記入用紙 ・掲示用パネル ・話し合いのルール確認
解決する 4時間	究極の野菜料理はこれだ (2時間) 究極の野菜料理に挑戦 (2時間)	・分かったことをもとに、ゆでたり、いためたりしておいしい野菜料理を考える。 ・材料や作り方を調べて、実習計画を立てる。(実習計画シートは、資料参照) ・ゆでたり、いためたりして調理実習をする。 ・試食タイムでは、他のグループの料理も試食してよさを学ぶ。	・参考となる野菜料理の献立例 ・班は課題別 ・実習計画シート ・レシピ作りは課題
生かす 1時間	夏休みにチャレンジ (1時間)	・レシピ交換会をして、深め合う。 ・夏休み実践計画を立てる。 (夏休みの実践では、実習しなかった調理方法にチャレンジすることにする。 ゆでる→いためる いためる→ゆでる)	・実践計画ワークシート

(5) 本時の学習（4／9時間）

- ① 目標 話し合いを通して、野菜について興味や関心をもつ。
- ② 展開

*は評価

学 習 活 動	教 師 の 支 援 と 評 価	資 料
ディベートをしよう。「野菜は本当に食生活に必要なか否か」		
1 ルールを確認する。 必要派 不要派 審判員の確認をする。	・まず必要側、不要側ともに自分たちの主張をする。その数は2つまでとする。 ・相手の論をとらえた反論をする。 ・全員が発言すると、ボーナスポイントが得られることを伝える。	・メモ用紙 ・ディベートの方法を知らせる掲示物
2 チームに分かれてディベートを行う。	・調べたことをもとに、自分の考えを話すように助言する。 ・資料は掲示をし、視覚に訴えられるようにする。	・調べたことの掲示物
3 作戦タイムを取り、反論する内容を話し合う。	・それぞれのチームに一人ずつ教師が入り、助言をする。 ・全員が話せるように、資料提供などの支援をする。	・参考資料となる本など
4 後半のディベートを行う。	・相手の考えに対する反論となるように助言する。	
5 ディベートを終了し審判員は、結果を発表する。	・必ず、お互いのよかったところを話すようにする。 *意欲的に話し合うことができたか。 *調べた情報を生かすことができたか。 *相手の考えを聞くことができたか。	
ディベートを通して、野菜について分かったことをまとめよう。		
6 ワークシートに、分かったことをまとめ、発表する。	・自分の調べたことのほかに、友達のことを聞いて分かったことを書き込むように助言する。 *友達の発表を聞いて、自分の調べたことのほかに、野菜の特性について気付くことができたか。	・ワークシート
7 次時の予定を確認し、意欲をもつ。	・次時の予定を連絡し、意欲的に準備ができるように働きかける。	



ディベートのゲームをしよう

1. テーマ「野菜は本当に食生活に必要か否か」

2. ゲームの方法と手順

必要側（野菜は必要とする側）・不要側（野菜はいらないとする側）

- ①必要側の意見発表（2つまで）・・・4分
- ②不要側 ①の意見に対する質問・・・1分
- ③不要側の意見発表（2つまで）・・・4分
- ④必要側 ③の意見に対する質問・・・1分
- ⑤準備時間（相談タイム）・・・2分
- ⑥不要側の反対意見・・・2分
- ⑦必要側の反対意見・・・2分
- ⑧準備時間（相談タイム）・・・2分
- ⑨不要側の反対意見・・・1分
- ⑩必要側の反対意見・・・1分
- ⑪審判判定準備時間・・・2分
- ⑫審判・判定・・・2分

3. ディベートのルール

- ・時間を守ること。（時間内に言い切れなかったものは言わなかったものとみなされる。）
- ・質問の時は、答える方が質問をしてはならない。
- ・相手をやじったり、中傷する発言をしてはならない。
- ・感情的になってはならない。
- ・最後の反対意見の時に、新たな意見を出してはならない。
- ・うその証拠資料を作ってはいけない。
- ・みんなが調べたパネルの資料は、証拠とする。
- ・チームの全員が発言できたら、1ポイントプラスする。（発言をしたら名札を回してください。）

以上です。

ディベート記録用紙 論題「野菜は本当に食生活に必要か否か」

5年2組（ ）

*野菜についての大切なことは、メモしておこう。

必要側意見	不要側質問	必要側質問	不要側反論	必要側反論
野菜は体にいい。 「健康になる」 「病気にならない」 「美容効果がある」 「免疫力を上げる」 「腸が楽になる」 「血糖値を下げる」 「生活習慣病を防ぐ」	野菜は嫌い。 「野菜はおいしくない」 「野菜は食べたくない」 「野菜は体にいいけど、私は食べたくない」 「野菜は体にいいけど、私は食べたくない」	野菜は体にいい。 「健康になる」 「病気にならない」 「美容効果がある」 「免疫力を上げる」 「腸が楽になる」 「血糖値を下げる」 「生活習慣病を防ぐ」	野菜は嫌い。 「野菜はおいしくない」 「野菜は食べたくない」 「野菜は体にいいけど、私は食べたくない」 「野菜は体にいいけど、私は食べたくない」	野菜は体にいい。 「健康になる」 「病気にならない」 「美容効果がある」 「免疫力を上げる」 「腸が楽になる」 「血糖値を下げる」 「生活習慣病を防ぐ」

*ディベートを通して、野菜について分かったことをまとめよう。

52種類のガンを予防する野菜。
野菜の成分、などたくさんわかった。
不要が勝ったけど私は野菜を食べる。

(6) 考察

ディベートでは、限られた時間内で話さなければならないため、子どもたちは皆、真剣であった。野菜は必要側の意見では、「ほかのものでは補えない成分がある。」「ビタミンが一気にとれる。」「かむことが体にいい。」「野菜は種類が多く、生でも、ゆでても、野菜炒めにしても食べられるので料理の数が増える。」など、調べたことが生かされていた。不要側の「栄養は、野菜ジュースや栄養剤で補える。」という反論に対しても、「薬を買うのは高くて大変だ。」「薬にない成分、繊維などが野菜にはある。」と、相手の話をよく聞いて意見を返すことができていた。審判の児童からは、「初めてにしては、よく話し合いができた。」「白熱した試合だった。」と感想がだされ、ディベートの楽しさが理解されたようであった。

ディベートをするという目的意識があったために、子どもたちは調べ学習に意欲的に取り組んだ。興味をもって調べるという活動は、子どもたちの野菜についての知識を予想以上に深めることができた。個人の調べた内容は、パネルに掲示してディベートをする時の証拠とすることで、知識を共有することができた。ディベートのゲームでは、野菜不要側が意見をはっきりと述べて勝ったが、子どもたちは、野菜が食生活に必要であることをよく理解しており、「不要側が勝ったけれど、やっぱり野菜を食べる。」という言葉に表されている。

野菜の調理計画や調理実習にも調べた知識が生かされ、野菜に興味をもたせるためのディベートは、有効であった。

事例 4 自分の食生活を振り返り課題をつかむ

(1) 題材名 第6学年 「楽しくおいしくいただきます」

(2) 題材の目標

- 自分の食生活に興味・関心をもつ。 (関心・意欲・態度)
- 食品の栄養的な特徴を知り、組み合わせて1食分の食事を考える。 (知識・理解、創意工夫)
- 調理に必要な材料を適切に選んで購入することができる。 (知識・理解、技能)
- ゆでる、いためるなどの既習の技能を活用して、簡単な調理ができる。 (技能)
- 身に付けた知識・技能を生活に生かそうとする。 (関心・意欲・態度)

(3) 研究主題にせまるための手立て

① 子どもの思いや願いを大切にしたい題材構成の工夫

子どもたちは料理を作れるようになりたいという願いをもち、料理ができた方が健康な生活ができると考えている。2学年にわたる食生活にかかわる学びは、「いきなりご飯」「自慢のみそ汁を作ろう」「ゆでていためて究極の野菜料理」そして本題材「楽しくおいしくいただきます」で一食分の食事が作れるようにして、子どもの料理を作れるようになりたいという願いを大切にしたい。

② 子どもが主体的に問題解決を図ることのできる学習活動の工夫

本題材は、食生活にかかわる最後の題材である。ここでは、自分の食生活を振り返り問題点に気づき、問題を課題として解決し実生活に生かすまでの問題解決的な学習とする。一人一人が主体的に学び健康的な食生活を実践する力を付けることを目指している。

食生活の実態調査の結果や自分の食生活を振り返り問題点に気付く。ここでは健康な生活を送るための栄養について考えることが中心となる。そして問題点を解決できる献立を考え、調理実習の計画を立てて実習を行う。ご飯とみそ汁におかずを添えて一食分とするので子どもは既習の事項を駆使して解決に当たることができる。この学びが子どもにとっての自信となり、家庭での実践につながる。

③ 人との触れ合いやかかわりの工夫

栄養職員の話や友達の発表を聞いたり、友達との意見や情報の交換をしたりするなど人とのかかわりの中で課題の解決を確実にする。また、班で協力し合い、知識や技能を身に付けるとともに「できた」「できるんだ」という喜びや充実感を共有できるようにする。さらに、家族の役に立てるという実感も味わわせる。

④ 実践へつなげるための指導法や場の工夫

小題材「冬休みにチャレンジ」において、家庭で自分一人で作る献立を考え実践計画を立てる。この学習でやろうとする意欲を喚起し、実践につなげる。

(4) 指導計画（10時間扱い）

段階	小 題 材	時数	学 習 活 動	備 考
つかむ	なるほどね！ 朝食の献立	1	・1週間分の自分の食生活を振り返り、問題点に気付く。 ・栄養職員の話を聞く。 ・朝食の一例を見る。	・食生活実態調査 ・学習カード ・栄養士さんの話 ・朝食の例
解決する	こんな朝食の献立ならいいな	3	・各自が朝食のイメージをふくらませネーミングを考え自分の献立を作成する。 ・おかずの食材ごとに班をつくり、各自がネーミングした朝食の名前と献立を発表する。 ・班としての献立を考える。 ・調理実習の計画を立てる。	・班作り ・ワークシート ・卵、野菜、肉や魚の加工品を使う ・資料（本・パンフレット） ・インターネット
	選んで買って準備はオーケー	3	・食品の選び方や買い方を考え購入の仕方を理解する。 ・調理に必要な材料を購入する。	・品質表示マーク ・肉や魚の加工品の選び方 ・野菜の選び方 ・買い物リスト
	楽しくおいしくさあ作ろう	2	・1食分の献立の調理実習をする。	
生かす	冬休みにチャレンジ	1	・実習の感想を話し合う。 ・冬休みの実践計画を立てる。	・実践カード

(5) 本時の学習（3 / 10 時間）

- ① 目標 朝食の献立を考える。
- ② 展開

学 習 活 動	教師の支援と評価	備 考
発 表 し よ う ・おかずの食材ごとの3班に分かれる。 ・班ごとに各自が考えたネーミングと献立を発表する。	・卵、野菜、肉や魚の加工品の3つの食材で班に分かれる。 ・朝食の献立は、ご飯+みそ汁+おかずとして既習の事項を生かすようにする。 ・朝食のネーミングの理由も発表するように助言する。 ・友達の発表を聞き、気付いたこと疑問に思ったことなど発言するように促す。	・ワークシート - 参考資料 ・食品の体内でのたらしきの表 ・献立の例 ・おすすめのみそ汁 ・おすすめの一品 ・本やパンフレット ・インターネット

• 発表の内容から各班ごとに2班に分かれる。	※発表を一生懸命聞いて参考にしようとしたか。	
班としての献立を考えよう		
• 班としての献立を作成する。 • 次時の予定を知り、見通しをもつ。	※班としての献立を考え、まとめようとしているか。 • 次時は調理実習計画を立てることを予告し、意欲的に準備ができるようにする。	• 掲示用ワークシート

(6) 考察

- 食生活の実態調査と自分の食生活を振り返り、健康な生活が送れ、成長していくための自分の食生活の問題点に気づき、この問題点を課題としたので、子どもたちは、自分のこととして真剣に考えることができた。また班活動で考えを広げ、練り直したり協力し合ったりする場を多く設定したので、自分のよさや友達のよさに気付くなど人とのかかわりを深めながら、よりよい献立に仕上げていった。
- 1食分の朝食は、ご飯（主食）＋みそ汁（汁物）＋おかずを基本の献立とし、食材は卵、野菜、肉や魚の加工品、調理法はゆでたり、いためたりして作ることを条件とした。

また、予算は1人300円、調理時間は60分にすることも押さえた。

本題材は、既習の事項を生かしての2年間の食生活の学習のまとめであり、生活の中の問題が、問題解決的な学習の課題となるので、問題解決的な学習のまとめでもある。子どもたちは、繰り返して学ぶことにより、知識や技能そして学び方も身に付けるとともに、自分が「できた」「家族のために役立つことができた」などを実感し、自信をもつことができるようになってきた。これらのことから子どもたちは、本教科で目指すところの生活に生きて働く力の育成につながる実践へのエネルギーをもつことができたと思う。



IV 研究のまとめと今後の課題

自ら課題を見つけ、体験や人とのかかわりの中で課題を解決し、身に付いたことを生活の中に生かそうとする子どもの育成を目指し、子ども一人一人の願いを大切に実践へとつなげる授業を創造するために、次の4点に視点を当てて研究を深めた。

1 研究の成果

(1) 子どもの思いや願いを大切にしたい題材構成の工夫

子どもたちの食生活の実態調査を出発点に、題材構成を考えた。普段の食生活に欠かせない「ご飯」から始まる4題材を作成した。「ご飯」に始まる2年間の学習の流れは、子どもにとって実際の食生活につながる学習活動が展開され、基礎的・基本的な知識や技能が身に付くとともに、家庭で作ってみたいという意欲を喚起できた。また、長期の休業中に学校での学びを家庭で生かすチャレンジ計画を題材の中に取り入れたので、意欲が実践へとつながっていった。さらに、食にかかわる4題材を中心に、子どもの実態や地域の特性を踏まえた年間指導計画を作成した。

(2) 子どもが主体的に問題解決ができる学習活動の工夫

問題解決的な学習の課題設定は、学習の段階が進むにしたがって生活の中の問題から課題を見つけられるようにした。第1段階は「おいしいご飯をつくる」という子どもたち全員共通の課題、第2段階は、「自慢のみそ汁をつくる」ための具やみそ等を各自が選ぶ、第3段階は、「ゆでていためて究極の野菜料理」のための調理方法や野菜を各自が選ぶ、そして第4段階が「楽しくおいしくいただきます」と題して自分の食生活を振り返り問題に気づき、それを課題として1食分の献立を作成し、実習を行う。

また、どうしたら作れるのか、調べてみたいという課題を一人一人がもてるように、導入のつかむ段階では、様々な工夫をした。いきなりご飯を試食してみる、地域の人がこだわって作ったみそ汁を味わってみる、野菜は食生活に必要なという問いにディベートゲームを通して考えてみる、自分の食生活に点数をつけ、満点の献立を考えてみるなどである。これらの工夫により、子どもたちは、自分の問題を見つけ、課題を設定して、解決に向かって意欲的に活動するとともに、学び方を少しずつではあるが身に付けていった。

(3) 人との触れ合いやかかわりの工夫

家庭で実践する計画を立てたり、地域ボランティアの方々（ゲストティチャー）に協力してもらい、家庭や地域の人に学ぶ機会や情報を集める機会を多く作った。さらに、班活動や発表会などの場を多く設定したので、子どもたちは人にかかわる楽しさを実感し、自分のよさや友達のよさ、一人一人に違いのあることなどに気付いていた。

(4) 実践へとつなげるための指導法や場の工夫

実践へのエネルギーを子どもがもてるように、できたという満足感や充実感、家族の役に立てるという実感などを味わうことができる工夫を重ねたので、子どもたちは、学校で学んだことを家庭生活に生かそうとしたり、生活を工夫しようとしていたりしていた。

2 今後の課題

子どもたちが生活を見つめ、課題を設定し自ら課題を解決し生活に生かしていく力を身に付けられるよう、衣にかかわる生活に関しても授業実践を通して研究を深めていく。そのためには、課題を子どもがつかめるような工夫をさらに深め、一人一人への支援を考えたい。