

よりよい生活のための実践力を育てる指導の工夫

～食の授業実践をとおして～

仙台市中学校教育研究会技術・家庭科部会

仙台市立第一中学校 教諭 佐藤 修子

仙台市立長町中学校 教諭 佐藤 妙子

1 はじめに

仙台市では平成16年度から4年にわたり、宮城県の研究主題「生活にいかす力を育てる指導法の工夫」と同一の研究主題として、「これまで培われてきた力を生活の様々な場面で積極的に活用できるようにする」という部分に視点をあて、授業研究を中心として研究を進めてきた。

今年度からはこれまでの研究を踏まえ、身についた「生活にいかす力」を、さらに自分なりに生活をよりよい方向に変えることができること、または変えようとする意欲を育てることが必要であると考え、県の研究主題「よりよい生活のための実践力を育てる工夫」を受け、副題を～実態調査と授業づくりをとおして～として研究を進めていくこととした。

家庭分野Aにおいては、平成17年に食育基本法が施行され、食に関する指導の充実が求められていることから、「食」を中心として研究を進めてきた。食育基本法の前文では、経験を通して「食」に関する知識と「食」を選択する能力を取得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることが求められている。技術・家庭科における授業をとおして、生徒に食生活に関する意識を改めて高めさせ、よりよい生活のためにどうあるべきか、何ができるかを考えさせながら、生涯を通じ豊かな食生活をめざして実践する力を育てていきたいと考えた。

2 研究のねらい

よりよい食生活を実践していくためには、学習で得た基礎的な知識を生活と関連づけて理解させること、食生活の自立に必要な実践的な知識と技術を習得させることが大切である。、更に生活を見つめ、問題に気づき、どのように解決していけばよいか、適切な思考力・判断力・表現力を身に付けさせ、問題解決的能力や創意工夫する力を伸

ばすことで、よりよい生活のための実践力が育成されるものと考ええる。

(1) めざす生徒像

- ・食に関する基礎的・基本的な知識と技術を身につけている生徒
- ・食生活に関心を持ち、自分の食生活見つめ、学んだことを生活にいかそうとする生徒。
- ・食生活の課題をみつけ解決しながら、よりよい生活のために実践する生徒

(2) 研究の仮説

- ・個人の実技テスト等の学習に意欲的を高める体験や、家庭での体験の場を設定すれば、基礎的・基本的な知識や技能を身につけさせることができるであろう。
- ・食生活の課題を見つける体験を取り入れたり、問題解決的な学習の題材を構成することで、自分の食生活を見直し、課題を見つめ解決しようとする生徒が育つであろう。
- ・自分の食生活と結びつけて考える体験や、学んだことをもとに工夫創造する学習の題材を構成することで、実践的態度が身に付き、実生活において実践力を発揮する生徒が育つであろう。

3 研究主題に沿っての具体的な手だて

(1) 仙台市の研究

研究年限を3～4年とし、マネジメントサイクル P (Plan), D (Do), A (Act), C (Check) にR (Research) を加え、実態把握をしながら研究を進めることとする。昨年度までの研究内容を踏襲し発展させた形の研究を基本とし、授業研究を中心とした研究を進める。

①生徒の実態把握

題材を指導する上でのレディネスチェック、生徒の個に応じた指導のための資料、学習の事前・事後の変容を分析するために実態調査 (Research) を行う。

②題材の提案

実践的・体験的な学習の場面及び問題解決的な学習の展開を踏まえた題材の設定をする。

③指導と評価の一体化

題材の評価規準と評価計画の一覧を作成し、扱う題材において「よりよい生活のための実践力」が身についたかどうかを分析、評価する。

④評価の工夫

- ・よりよい生活に関する意識，よりよい生活を工夫する意欲について事前・事後の実態調査から変容を分析する。
- ・よりよい生活に関する知識，理解やよりよい生活を創造する工夫について，レポート，学習プリント，自己評価カードを蓄積し，その分析をもとに形成的評価を行う。
- ・作品やレポート，学習活動の観察からよりよい生活を築いていくための技能と生活を工夫し創造する力が身についたかを把握する評価を行う。

(2) 家庭分野Aにおける研究

①生徒の実態把握

- * 小学校での履修内容の確認 (例：調理実習)
 - ・卵料理 (卵焼き，オムレツ，スクランブル

エッグ)

- ・いも料理 (粉ふきいも，ポテトサラダ，じゃがいものみそ汁：煮干だし)
- ・野菜サラダ (アスパラ，ブロッコリー等をゆでる)
- ・ご飯の炊き方 ・自由献立
- * 生徒の調理実習で作ってみたいもの，習いたいこと
 - ・お菓子作り ・難しい料理
 - ・家で作れる料理
 - ・包丁の使い方が上手になりたい
 - ・料理が上手になりたい

②題材設定，指導計画の作成にあたって

- * 小学校での調理経験，生徒の興味・関心を考慮した題材の設定をする
- * 生徒一人ひとりに基礎・基本を身に付けさせるための実践的・体験的な学習活動をり入れた，評価指導計画の作成
- * 生活への広がり，実践力を持たせるために様々な調理方法を考えさせる題材の工夫
- * 話し合いや相互評価の場面を設け，学び合いの場を設定する
- * 生活に目を向け，生活にいかす力をつけるための，実践課題を指導計画に設定

指導計画例 題材「食品の選択と調理」18時間扱い (改訂前の学習指導要領において)

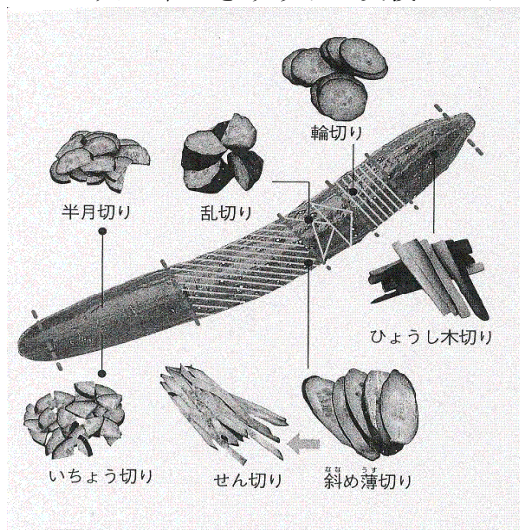
小 題 材	時 数	時 間	学 習 内 容	指 導 項 目
1 生鮮食品について知ろう	1	1	<ul style="list-style-type: none"> ・生鮮食品と加工食品について理解する。 ・生鮮食品を季節ごとに分類できる。 ・食品の栄養的特質を理解し，生鮮食品の選び方，保存の仕方を知る。 	A(2)ア
2 表示から加工食品を知ろう	2	1 1	<ul style="list-style-type: none"> ・マークや表示やマークの見方を理解する。 ・食品添加物の種類や使用目的，使われている食品例を知る。 ・食品の安全性と問題点について話し合いを通して，食品の選択について理解する。 	A(2)アイ
3 包丁を使ってみよう 「リンゴジャムを作ろう」	2	1 1	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生的で安全な作業をする上で注意することを知る。 ・包丁を正しく使い，一人1個のリンゴの皮をむく。 [実技テスト] ・リンゴジャムを作る。 ・計量器の扱い方を知り，正しく使うことができる。 	A(2)アイウ
4 野菜を調理しよう	4	1 1	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜のいろいろな切り方を知る。 ・野菜の調理上の性質を理解する。 ・いろいろな切り方のきゅうりを使った調理計画を立てる。 	A(2)アイウ

「きゅうりでいろいろな切り方に挑戦しよう」	2	<ul style="list-style-type: none"> 一人1本のきゅうりでいろいろな切り方をする。 <p style="text-align: right;">[実技テスト]</p> <ul style="list-style-type: none"> 班毎にきゅうりを使った献立を考え、計画に調理をする。 <p style="text-align: right;">[調理の工夫]</p>	
5 魚を調理しよう 「サンマの三枚おろしに挑戦しよう」	5	<ul style="list-style-type: none"> 旬の魚の特徴、調理上の性質を理解する。 いろいろな魚料理とそれぞれの調理方法の利点を知る。 サンマの三枚おろしの仕方を知り、調理計画を立てる。 <p style="text-align: right;">[実技テスト]</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分たちの計画に従い、魚を調理する。 <p style="text-align: right;">[調理の工夫]</p>	A(2) アイウ
6 肉を調理しよう 「1食分の献立を考え、肉の調理をしよう」	4	<ul style="list-style-type: none"> 肉の特徴と調理上の性質を理解する。 栄養バランスの良いハンバーグステーキの付け合わせを考え、1食分の献立の調理計画を立てる。 計画に従い、ハンバーグステーキと付け合わせを作る。 <p style="text-align: right;">[調理の工夫]</p>	A(2) アイウ
* 家庭実践しよう		<ul style="list-style-type: none"> 家庭でいろいろな料理を作る。 <p style="text-align: right;">[生活実践]</p>	

③授業実践例

授業実践例 1：野菜の調理

「きゅうりでいろいろな切り方に挑戦しよう」
個人の実技テストと調理の工夫を取り入れて
*一人1本のきゅうりで実技テスト



個人の実技テストの結果



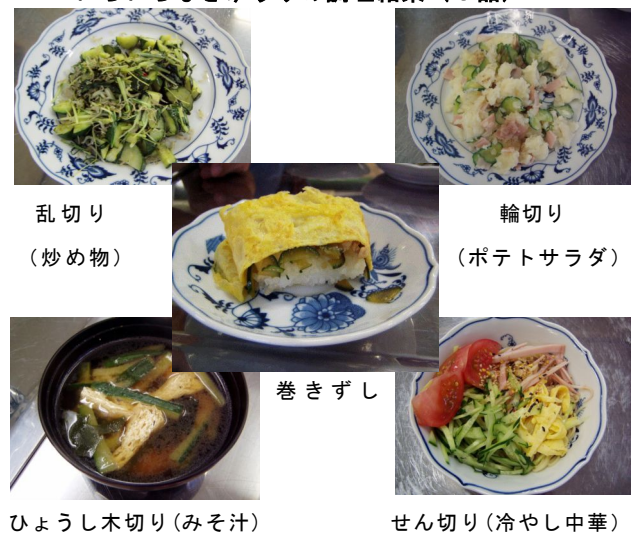
6種類の切り方から5つの調理を計画し、一人1品を担当し簡単調理をする

班毎の計画

野菜の調理 (きゅうりを使った)		実習ふり返り	
組 2班	番 氏名	氏名	係
メンバー	材料	器具	流し
	材料	器具	コンロ

切り方	材料 (約2本文の分)	切り方	切り方の自己評価	料理名	試食の感想
① せん切り	きゅうり (1本) めんつゆ (100g) おろし金 (1個) おろし金 (1個) おろし金 (1個)	A・B・C・D	余り少ない	きゅうりのめんつゆおろし	きゅうりのめんつゆおろしは、めんつゆの味がきゅうりによくしみこんでいておいしい。
② ひょうし木切り	きゅうり (1本) 塩 (10g) おろし金 (1個) おろし金 (1個) おろし金 (1個)	A・B・C・D	簡単	きゅうりのひょうし木切り	きゅうりをひょうし木で切ると、きゅうりの味がよく出ておいしい。
③ 乱切り	きゅうり (1本) めんつゆ (100g) おろし金 (1個) おろし金 (1個) おろし金 (1個)	A・B・C・D	簡単	きゅうりの乱切り	きゅうりを乱切りにすると、きゅうりの味がよく出ておいしい。
④ 輪切り	きゅうり (1本) めんつゆ (100g) おろし金 (1個) おろし金 (1個) おろし金 (1個)	A・B・C・D	簡単	きゅうりの輪切り	きゅうりを輪切りにすると、きゅうりの味がよく出ておいしい。
⑤ いちょう切り -半月切り	きゅうり (1本) めんつゆ (100g) おろし金 (1個) おろし金 (1個) おろし金 (1個)	A・B・C・D	簡単	きゅうりのいちょう切り	きゅうりをいちょう切りにすると、きゅうりの味がよく出ておいしい。

いろいろなきゅうりの調理結果 (5品)



授業実践例 2 : 魚の調理

「サンマの三枚おろしに挑戦しよう」

個人の実技テストと調理の工夫を取り入れて

* 栄養士とのTTの授業



授業の様子

サンマを使っ
たいろいろな
調理方法を班
毎に考え、計
画を立て調理
する

魚のいろいろな調理法の指導



サンマの調理参考レシピ

さんまの清焼

材料: 4人分

さんま.....4尾
A しょうゆ.....小さじ4
 しょうが汁.....少々
 片栗粉.....大さじ2
 油.....小さじ4
 たれ しょうゆ.....小さじ3強
 みりん.....大さじ4
 酒.....大さじ4

作り方

- さんまは3尾、まな板の上で魚の身を包丁でよくたたき、ホウルに入れる。**A**を入れてすり鉢でよく混ぜる。
- なべに水を入れて沸騰させ、1を丸めながら入れる。
- 再び沸騰したら、Bで味をととのえ、ねぎを入れ器に盛る。

さんまのつみれ汁

材料: 4人分

さんま.....4尾
 片栗粉.....小さじ2/3
 みそ.....小さじ4
 しょうが汁.....小さじ2

塩.....小さじ2/3
 しょうゆ.....小さじ1と1/3
 水.....800ml
 ねぎ.....5cm×5cm

作り方

- さんまは3尾におろし、まな板の上で魚の身を包丁でよくたたき、ホウルに入れる。**A**を入れてすり鉢でよく混ぜる。
- なべに水を入れて沸騰させ、1を丸めながら入れる。
- 再び沸騰したら、Bで味をととのえ、ねぎを入れ器に盛る。

④生活にいかす課題の設定

料理実践レポート

料理名: サンマのかば火焼きとんぶり

材料: (2人分) カマ 2尾、しろうゆ 20cc、しょうが汁 少々、かまゆ粉適量、日本酒 30cc、お水 30cc

作り方:

- ① カマの頭を落とし、三枚におろす。
- ② 皿にもつみれを並べ、下味を付ける。(合わせ調味料を作る(お水))
- ③ サンマの身にかまゆ粉をまぶしつける。
- ④ フライパンに油を熱して③をこんがり火焼いて、それを皿にあげる。
- ⑤ 器に②と④を盛りつける。

この料理を作るおもしろい調理の工夫: 調理の工夫: 頭の切らずに、お水かお水で、お水で調理しようと思った。

調理法	調理名	調理方の名称	調理の工夫やポイント
①	木根	かまゆ	お水かお水で調理
②	人形	お水	お水かお水で調理
③	お水	お水	お水かお水で調理
④	お水	お水	お水かお水で調理
⑤	お水	お水	お水かお水で調理

1年組 番氏名

保護者からの感想より

・包丁の持ち方が見ていて怖くなりましたが前よりも手も大きくなり、力も強くなったと感じました。このようなことが、全ての料理につながるものだと思うので、これからどんどん作ってみてほしいと思っています。

4 成果と課題

一人ひとりの技能評価場面を設定することにより、学習に取り組む意欲を高めると共に、基礎的技能的習得をさせることができた。また、班毎にいろいろな料理を調べ、班で計画した調理に取り組ませ、反省・評価し合うことという学びの共有により、考え工夫する力を育てることができた。栄養士とのTTの授業においては、その専門性から学びを広げることができ、また、プレゼンテーションの工夫から、生徒の興味・関心を高め、理解深めることができた。

これまでは授業づくりを中心とし、題材設定の工夫、教材・教具の工夫・製作、ゲストティーチャーの活用を試みてきたが、今後は、仙台市の研究方針である、生徒の実態調査を進めながら、指導による生徒の変容を分析し、指導法の工夫を重ね、生活への実践力を育てていきたい。