

1 研究テーマ

「学びを生かし、豊かな人生を育む技術・家庭科教育」  
～生活での気づき・発見が、喜びに変わる「分かる・楽しい」授業を目指して～

2 研究経過

第1回			第2回			第3回			第4回		
期日	人数	場所	期日	人数	場所	期日	人数	場所・授業者	期日	人数	場所・授業者
6/7	7人	嘉島中	8/6		木山中 (台風のため中止)	11/28	6人	甲佐中・ 村岡教諭 (小中合同)	2/3	5人	嘉島中

3 研究の概要

(1) 研究の内容

① 授業力向上を目的とした研究授業の実施

本会では全員が免許外指導者という状況であり、各学校における指導の充実を図るためには何が必要だろうかということを考え、まず各担当者が疑問に思っていることや困っていることを事前に調査した。そして、授業を通して子どもたちに家庭分野の授業の重要性を感じさせたいと考えた。また、生活に生かせる力を養うために指導者の授業力の向上が一番重要であると考え、研究授業を行うこととした。なお、今年度は小学校家庭科部会と合同で授業研究会を行った。このことにより小学校の実践から学び、中学校の授業実践の更なる充実を図った。

ア 研究授業（11月28日 場所：甲佐中学校）

内容B「食生活と自立」における「分かる・楽しい」授業の提案

授業者：甲佐中学校 村岡 美紀子教諭



写真1 タブレット端末を活用する様子



写真2 考えた献立をよりよくする話し合い活動

(ア) 自評及び意見・感想

- 甲佐中では生徒用タブレット端末が導入されたため、内容Bでの一食分の献立作成の際のカロリー計算にコンピュータを活用することにした。このことで、生徒の計算の手間を省くことをねらった。タブレット端末の活用はうまくできたが、その後の話し合い活動の説明がうまくいかずに、深まりが足りなかったのが反省である。最終的なゴールとしていた「一汁三菜を意識することで食事の栄養バランスがよくなる」ことにたどり着かせることについて課題が残った。（自評）
- 生徒がタブレット端末の操作や扱いに慣れている（写真1）のに驚いた。家庭や学校で使う機会が多いことで、情報処理能力の高まりを感じた。この環境はほかの学校ではないため、代用できる方法を考える必要がある。
- この学習を通して、自分が考えた献立の栄養バランスの偏りに気づくことができた。また、それを個人からグループでの改善について話し合った（写真2）こともよかった。この学習をしたことで家庭での食事の見方が広がり、食事を改善できる力がついたと思う。
- やり方として、献立を変える方法をとっていたが、バランスを見ながら追加したり補充したりする方法もよかったのではない。

② 内容Dの教材と防災食の調理実習についての実技研修の実施

部会員の先生方からは、「内容Dについて、生徒にわかりやすく理解させられる教材はないか。」「益城町で行われている防災食の調理実習を生徒にも教えたい。」などの声が多く聞かれた。そこで夏季実技研修にて研修を計画した。講師を外部から招聘し、内容Dの教材の紹介は県の消費生活センター相談員の方、防災食の調理実習では益城町の食生活改善推進員の方に講義していただくこととなった。当日は台風接近のために実施はできなかったが、来年度に再び計画をしてぜひとも実施していきたい。

③ 各学校の実践発表

第4回の研修では、各学校の今年度の実践の発表を行った。その内容は次の通りである。

○高齢者の疑似体験のために、カラーセロハンを用いたゴーグルを作成し、生徒に装着させた状態で歩行させた。階段などの段差がわかりにくくなり、高齢者が転倒する危険性について身をもって学ぶことができた。日常着の手入れは座学で終わってしまい、実習ができないか悩んでいる。(清和中)

○内容Cでは毎時間導入でまつり縫いとアイロンがけの演習を繰り返し行っている。その成果として、自衛隊工科大学校に入隊した卒業生がとても役に立っていることを聞いて、その重要性を再確認した。在校生にもその話を紹介して、意欲を喚起している。内容Dにおけるキャッシュレス支払いについての学習が不足していると感じている。社会では、キャッシュレス支払いの頻度や割合も増えてきていることから、研修を重ねる必要があると思う。(益城中)

○内容Cの布を用いた製品の製作では、トートバッグ作りをさせている。生活で使うために修学旅行でのお土産を入れるバッグとしてつくらせたところ、今まで以上に意欲的に取り組み、修学旅行でも活用している姿があった。保育実習に向けては、今まで5人グループでおもちゃや出し物を準備させていたが、手持ち無沙汰になる生徒もいたため、2人ペアで行った。おもちゃの数が多くなりすぎたが、しっかりと協力して準備する姿が見られた。(木山中)

○2年生の手縫いは技能的に厳しい生徒が多く、ミシンでの製作が心配された。そのため異性でのペアで協力して作業することの徹底をはかったところ、とても協力的に進めることができてとてもよかった。包丁が切れないものも多く、その手入れや廃棄について困っている。切れない包丁はシャープナーで研ぐことで切れ味がよくなることがわかった。(嘉島中)

(2) 成果と課題 (○：成果 ●：課題)

① 授業力向上を目的とした研究授業の実施

○2回の授業研究会を通してお互いの実践を深めることができた。また、先生方が授業を行う上での悩みや工夫点についても情報を交換することができ、大変有意義であった。

○小学校との合同の授業研究会では、小学校家庭科の視点からも意見交換ができた。小中で共に学ぶことであっても、その学習の方法や形態、めあてが違うことが分かり、児童生徒の発達段階に合わせて学習方法を検討することの大切さを学ぶことができた。

○ICTを効果的に活用することで、子どもたちが主体的に学ぶことができる工夫がされていた。今後は、移動可能なタブレット端末の更なる利活用について研修していきたい。

○免許外の指導者で構成されている部会のため、自分自身の授業実践で大丈夫なのかが不安である。お互いに授業を見合う中で意見を交換し、学んだことを自分の実践に生かすことができていたことが最大の成果である。

② 調理実習指導内容と方法についての実技研修の実施

○台風の影響で実施できなかったため、来年度に同じ内容で実施予定である。

○実技研修で使う予定であった助成金でミシン糸を購入し、各学校に配った。実用性のあるものであり、必ず使うものなのでとても喜んでいただけた。

③ 各学校の実践発表

○全員が免許外で授業を行っている状況だからこそ、お互いの実践の紹介や課題点について話し合うことはとても有意義であり、学校での実践にすぐに活用できるので好評であった。

●家庭分野部会は全員免許外教員なので、全員が研修に参加できるように日時を設定している。しかし、様々な出張などの関係で全員が参加できていない。我々の授業力の向上のためにも、この点を考えていかなければならない。

●各学校で指導計画にばらつきがある。地域や生徒の実態が違うのでやむを得ないところもあると思うが、ある程度は郡で統一することも必要であるという意見が出た。

4 実践事例

(1) 学習指導案（甲佐中 村岡教諭）

### 第1学年1組 家庭科 学習指導案

日時 令和元年11月28日（木） 第5校時 場所 1年1組教室 指導者 教諭 村岡 美紀子

1 題材名 食生活と自立「健康と食生活」（開隆堂 P62～P81）

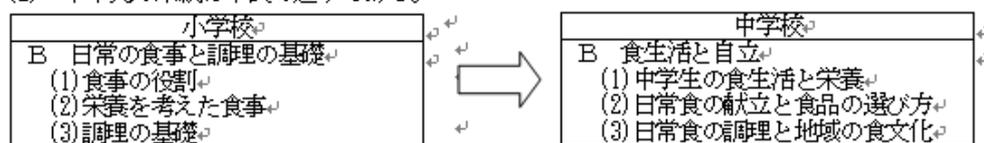
2 題材について

- (1) 本題材は、中学校学習指導要領の家庭分野、B食生活と自立、(1)中学生の食生活と栄養について、ア「自分の生活に関心をもち、生活の中で食事が果たす役割を理解し、健康によい食習慣について考えること」、イ「栄養素の種類と働きを知り、中学生に必要な栄養の特徴について考えること」、(2)日常食の献立と食品の選び方について、ア「食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概要について知ること」、イ「中学生の1日分の献立を考えること」に関する学習である。

本題材においては、自分の食生活を振り返り、健康によい食生活にするために、栄養素の種類やはたらきを知り、一日に必要な食品の栄養と献立を立て、将来、自立した食生活を送ることができるようにすることをねらいとしている。

学習においては、食品の栄養素とそのはたらき、中学生が一日に必要なとする栄養素の量に関心をもち、自分の生活と関わらせながら、課題を見つけ出し、解決していくよう取り組ませたい。

(2) 本単元の系統は下表の通りである。



(3) 本題材にかかわる生徒の実態は、以下の通りである。

- ①毎日、3食、食事を取っていますか。
  - ・毎日、3食取っている(31人) ・時々、2食になることがある(9人)
- ②3食のうち、どの食事を抜くことがありますか。
  - ・朝食(10人) ・昼食(2人) ・夕食(2人) ・毎日、3食、食べる(28人)
- ③栄養のバランスを考えて、食事をとっていますか。
  - ・とてもよく考えている(10人) ・少し考えている(18人) ・あまり考えていない(9人) ・全く考えていない(3人)

(4) 指導に当たっては、以下の点に留意する。

- ①提示した1日分の献立の分量と「食品群別摂取量のめやす」を比較させ、足りない栄養素に気付かせることで、課題意識を持たせ、一日に必要な栄養を満たす献立になるように、課題解決的な学習を行う。
- ②献立や献立の分量を調べる情報として、教師から生徒へ調べるサイトを指定し、調べさせる。
- ③一日の献立の食品の分量を、食品群ごとに表計算ソフトに入力させ、「食品群別摂取量のめやす」と比較しやすしたり、献立を変更した際、一日の分量もすぐに変更できるようにしたりする。
- ④3食分の献立を立てるのではなく、1食分の献立を立てることで一日分の献立を見直し、献立を立てる時間を短縮させる。献立を立てた後、1日の栄養を満たす献立にするための工夫点や改善点、気づきなどを考える時間を確保する。
- ⑤献立を立てた後、1日の栄養を満たす献立にするための工夫点や改善点、気づきなどを考えさせることで、生活の中で意識して生かすことができるようにする。
- ⑥各班からの発表の際は、キーワードを見つけさせながら発表を聞かせ、献立を立てる上での工夫点や気づき等を整理し、まとめにつなげる。
- ⑦各班、4台のタブレットを準備し、3台は、献立を調べるために使い、もう1台は、栄養素ごとに分量を表計算ソフトで入力し「食品群別摂取量のめやす」と比較できるようにする。

3 題材の目標

- (1) 食事の役割や中学生に必要な栄養について理解することができる。

4 単元の指導計画

次	時間	本単元で目指す生徒の姿	学習の過程	主な ICT 活用
1	1	・食事の役割について理解している。 ・毎日の食生活に関心をもちようとしている。	習得	電子黒板、デジタル教科書
2	1	・食事を規則正しくとることの重要性が分かる。 ・自分の生活に関心をもちようとしている。	習得	電子黒板、デジタル教科書
3	2	・栄養素について関心をもち、栄養素の種類とはたらきを理解している。 ・食事摂取基準の意味が分かり、中学生に必要な栄養について調べ、特徴を理解している。	習得	電子黒板、デジタル教科書
4	2	・食品の栄養的特徴を理解し、6つの基礎食品群に分類できる。 ・中学生に必要な栄養と食品群別摂取量のめやすについて理解している。	習得 活用	電子黒板、実物標機、 デジタル教科書
5	本時 2/2	・中学生に必要な栄養量を満たす1日分の献立の立て方について理解している。 ・必要な栄養量を満たすための料理や食品の組み合わせについて考え、工夫している。	活用 探究	電子黒板、タブレット

5 本時の学習

(1) 目標 「食品群別摂取量のめやす」を満たすように食品を組み合わせて、一日分の献立を立てることができる。

(2) 評価

B基準:「食品群別摂取量のめやす」と比較しながら、一日に必要な栄養を満たす献立を工夫して立てることができる。

A基準:不足しがちな栄養素や食品群に着目し、一日に必要な栄養を満たす献立を立て、工夫点や改善点などを出すことができる。

(3) 本時の学習の工夫

(4) 展開

過程	時間	学習活動	発問・指示	指導上の留意点及び評価
導入	5分	1 前時の学習を振り返り、1日の献立で、どの栄養素が足りなかったか、振り返り、課題意識を持つ。 2 めあてを知る	1「前回、一日の献立で『食品群別摂取量のめやす』を満たさなかった食品群は、何群ですか。」 2「今日は、一日に必要な栄養を満たす献立を考えていきます。」	1 食品群ごとに計算した分量と「食品群別摂取量のめやす」とを比較した表を電子黒板に提示し、不足している食品群に着目させ、課題意識を持たせる。 2 めあてを知り、授業で何を考えればよいか押さえる。
		〈めあて〉一日に必要な栄養を満たす献立を立てることができる		
展開	20分 15分	3 中学生が一日に必要な食品群別摂取量を満たすことができるように、夕食の献立を考える。 (1)バランスの良い献立を立てる手順「主食、主菜、副菜、汁物(一汁三菜)」知る。 (2)「一汁三菜」を意識しながら、夕食の献立を、タブレットを用いて献立を調べ、考え直す。 (3)各献立の一人分の分量を、エクセルの表に入力し、食品群ごとの摂取量を計算する。 4 一日に必要な栄養を満たす献立を振り返る。 (1)立て直した献立を見て、工夫点や改善点、気づきを、班でホワイトボードにまとめる。 (2)班でまとめたことを全体で発表する。	3 (1)献立を立てる上での手順となるポイントは、『主食、主菜、副菜、汁物』です。 (2)「一汁三菜を意識しながら、夕食の献立を、タブレットを用いて調べ、考えます。」 4 (1)「食品群別摂取量のめやす」と、考え直した一日の献立の分量を比較し、工夫点、改善点、気づきを話し合います。 (2)「各班の発表から見えてくる、共通するキーワードを考えながら、発表を聞きましよう。」	3 (1)カードと写真を使い、献立を立てるポイントを視覚的にわかりやすく板書する。 (2)献立づくりで活用するサイトのページは、各タブレットに貼り付けておく。 (3)献立名と食品群ごとの分量は、前時に使ったエクセルの表に上書き入力させる。 (4)タブレットは、各班4台使用する。 4 (1)各群ごとの栄養素に着目させ、ホワイトボードにまとめさせる。 (2)不足しがちな栄養素を取り入れる工夫と献立との関係を考えさせながら、発表を聞かせる。 ○評価(発表表、発表ワークシート)一日の栄養素を満たす献立を立てることができる。
		学び合い 班で調べたり、考えを出し合ったりしながら、栄養素が不足した献立の課題を解決していく。		
整理	10分	5 本時のまとめと振り返りをする。 (1)一日に必要な栄養を満たす献立を考える上で大切なことをまとめる。	5 (1)「各班、献立を立てる上でどんなことに工夫しましたか。」	5 (1)各班の発表の工夫点や改善点などをもとに、本時のまとめを行う。
		まとめ 「一汁三菜」の手順で主食、主菜を考え、不足しがちな2群や3群、4群の栄養素を副菜で取り入れると、一日に必要な栄養を満たす献立にすることができる。 (2)振り返りをする。		

B基準に達しない生徒への手立て 「一汁三菜」の手順と、「食品群別摂取量のめやす」に着目させる。