

# 家庭科研究部会

## I 研究テーマ

「感じとり体験して自立的に生きる基礎を培う授業のあり方」

～自ら生活をよりよくしようと工夫する子どもの育成～

## II 研究テーマ設定の理由

子どもたちをとりまく環境の変化が著しい社会状況の中で、本部会では、子どもたちの心身の健康に大きく影響を与えている「食」環境について様々な角度から研究を続けている。今年度も、低学年から高学年まで「食」を共通のテーマとして、自らの生活をよりよくしようと工夫する子どもの育成をめざし、明日の授業につながる実践を行ってきた。部会員には、低・中・高学年の学級担任や特別支援学級の担任で構成されているので、家庭科だけでなく生活科や総合的な学習の時間、学級活動や生活単元学習などの時間を通して、児童の実態に合わせた望ましい食習慣の指導などにとりくんできた。

「食べる」という行為は、毎日の生活に欠かすことのできないことである。それゆえ、低学年のうちからその重要性について学習し、「食」に対する意識を高めておくことが、高学年になり家庭科の学習と向き合ったときに有益に機能するのではないか。子どもたちの一番の関心事である「食べる」という「食」領域の学習の中で、その必要性が意識化され、より一層自分の生活に密着した意欲的な学習となりうるのではないかと考えている。また、これらの学習を通して、子どもたちに正しい知識と認識を培っていくことにより、保護者の意識も変容させることができるのではないかと考え、本研究にとりくんできた。

## III 研究の経過と内容

- |     |       |                                |
|-----|-------|--------------------------------|
| 第1回 | 4月11日 | 組織作り・テーマについて                   |
| 第2回 | 5月14日 | 研究日程・研究内容について                  |
| 第3回 | 6月18日 | 「食」についての授業構想の検討・実践授業の報告        |
| 第4回 | 7月31日 | 実践授業の報告                        |
| 第5回 | 8月16日 | エコ・クッキングの視点からの調理実習（東京ガス山梨において） |
| 第6回 | 9月3日  | 実践授業の報告                        |
| 第7回 | 10月1日 | 実践授業の報告・県教研に向けて                |
| 第8回 | 11月5日 | 実践授業の報告・県教研の還流報告・実技講習会         |
| 第9回 | 1月21日 | 研究のまとめ・来年度に向けて                 |

## <実践事例>

### 第5学年学習指導案

- 1 題材名 「元気な毎日と食べ物」
- 2 題材について  
ごはんとみそ汁は、古くから日本人に親しまれ、食卓に欠かすことのできないものである。特に食生活の欧米化が進み、食の問題が取り出されている現在、伝統的な食卓（和食）を取り上げることの意義は大きいと考えられる。また、ごはんとみそ汁は家族の好みや健康に合わせて工夫できる教材である。家族の好みや体調に合わせてごはんの固さを調整したり、家族の健康を考えてみそ汁の薬を組み合わせたりすることができる。伝統的な食卓を取り扱うことによって、自分の食生活を再認識し、工夫・創造していく力を育成していきたい。  
また、家庭でのごはんの炊き方、だしを取り方、味噌・家庭の定番のみそ汁の薬の組み合わせなどを児童が実際に体験することによって、自分の食生活を知る機会を得られる。そして、家族の好みや健康を考慮して食事が作られていることを実感させたい。さらに、授業の中において、家庭での工夫を交流することによって、各家庭のよいところを学び、自分の食生活に生かし、実践へと結びつけていきたい。
- 3 題材の目標  
・毎日の食卓や使われている食品に関心をもち、バランスを考えた食事をしようとする。  
・食品の栄養的特徴や食品の組み合わせに関心をもつ。  
・ごはんとみそ汁に関心をもち、調理することができる。
- 4 指導計画（全11時間）  
第1次 どんな食品を食べているだろう（1）  
第2次 5次栄養素のねたらし食品のグループ（1）  
第3次 バランスのとれた食事しよう（2）  
第4次 ごはんとみそ汁をつくろう（7）
- 5 本時の学習  
小題名 「ごはんとみそ汁をつくろう」（2時間）  
本時の目標 ○米の特徴やおいしいごはんの炊き方がわかる。

	学習活動	学習支援	備考
つか む	1 おいしいごはんについて考える。 2 本時の学習目標をつかむ。 「ごはん炊き名人になろう！～ごはんの炊き方編～」	・どんなごはんがおいしいか話し合う。	
ふか める	3 ご飯の基本的な炊き方について知る。 4 おいしいご飯の炊き方のコツや工夫を交流し、まとめる。 ・ごはんの炊き方の手順に沿ってユツを個人でまとめる。 ・グループで交流する。 ・クラス全体で発表する。 5 米がごはんになっていく様子を観察する。 ・米の食化をワークシートに言葉や絵などを使って書く。	・米の洗い方、分量、火加減などについて知る。 ・吸水、蒸らしは変換しておき、家庭で調べてきたことをもとに考えさせる。 ・吸水させない場合、蒸らしが多い場合、少ない場合など、比較して実験できればよかった。また、児童が調べてきたことをもとに「おいしい」飯の炊き方を予想させ、それを実際にやらせてみることにによって、ご飯の炊き方を考えるような授業展開ができればさらに実践を持った理解をすることができた。	ワークシート ワークシート

	比較する。 ・炊く前と炊いた後のごはんの体積の比較をする。 ・吸水・蒸らしを行う理由をまとめる。
さ ら	6 おいしいごはんの炊き方をまとめる。 ・米からごはんになる様子（炊き方のポイント）を自分の言葉でまとめる。

### 6 学習を終えて

「通明の鏡」を使用して観察することによって、米がごはんになる様子（炊き方のポイント）を自分の言葉でまとめることができた。ご飯や水分の量、沸騰して米がふくらむ様子を見て、実際の火加減の仕方を学ぶことができた。

・事前に家庭でのごはんの炊き方を調べておくことによって、家庭によってそれぞれ工夫があることに気づいていた。白米の栄養の詳しい方、吸水の時間、おみよによって米の量や炊き方によってよいなどをお互いに交流することによって理解を深めることにつながった。

・吸水させない場合、蒸らしが多い場合、少ない場合など、比較して実験できればよかった。また、児童が調べてきたことをもとに「おいしい」飯の炊き方を予想させ、それを実際にやらせてみることにによって、ご飯の炊き方を考えるような授業展開ができればさらに実践を持った理解をすることができた。

## IV 研究の反省と課題

本学会では、昨年度までの研究を受けながら、「食」領域の指導にとりくんできた。子どもたちに「食」へ関心を向けさせ、よりよく生きていくためにはどうすればよいのかという課題意識をもたせ、自立的に生きる基礎を培うことへつなげられるような授業実践をめざしてきた。低学年の段階から学級活動などで、「食」を取り上げることにより、高学年での家庭科学習に対する意欲や必要感を高めていくことへつなげられるのではないかと考え、研究の方法を模索しながら各学年における授業実践を継続して進めてきた。

家庭科は、子ども自身の生活と直結し、子どもたちが自分と家族の生活を見つめることのできる教科である。子どもたちの自立になくってはならない教科として、今後も生活科や学級活動、総合的な学習の時間などと「食育」を関連づけ、必要に応じて、栄養教諭や学校栄養職員・養護教諭、地域の方など身近な人材との連携も図りながら、楽しく豊かな学びを進めていくことの必要性を感じている。

## 1 成果

- それぞれの実践授業の報告・意見交換では、家庭科の授業または家庭科以外で「食」に関する授業の報告を聞くことができた。その中で、インターネットから見つけた情報を教材に活用したり、授業に役立つHPや地域資料など用いた実践を紹介したりと、互いに、教科書にない情報を幅広く得ることができ、今後の授業づくりの参考となった。
- 家庭科のない学年でも「食」についての学習を行うことによって、自分の生活を振り返るきっかけとなり、いずれ家庭科を学ぶ際に役立つ素地になるという期待がもてた。
- 「食」についての学びは、家庭科だけでなく給食や他教科においても関連づけて行える身近な教育であり、自立するために必要な教育であることを再認識することができた。
- 「エコ・クッキング」などの研修によって、教師自身が日頃の無駄に気づき、「食」だけでなく、環境や消費者教育の面からも新たな認識をもつことができた。
- 家庭科は、「家庭」から出発した学習だからこそ、子どもたちの学びを子どもたちの生活につなげ、保護者の理解を得ながら、家庭に返すという考えが大切と感じた。
- 学校と家庭との往来の学習において、(特に「食」は保護者が担っているので)ワークショップや学年便り、授業参観などを通して、今後も保護者への啓発を図り、それぞれの関心を高めていく必要がある。

## 2 課題

- ◇家庭科の学習が生きてはたらくためには、今後も子どもたちの意識にさまざまな投げかけをしていくことが大切である。また、子どもたちの発達段階に応じた「食」に関する適切な支援や保護者への発信も継続していくことが重要である。今後、有効な発信の手立ても考えていく。
- ◇これまでのとりくみにもあったように、5・6年生以外の学年でも、家庭科の学習につながることを見据えて、特に「食」に関しては、子ども自身の健康と成長に関わる内容であるととらえて、いろいろな角度からアプローチしていく手立てを講じる必要がある。
- ◇教科書の内容を知識として与えるだけでなく、自ら興味をもって調べたり実習したりできるような家庭科の授業の工夫を、継続して研究していく必要がある。
- ◇子どもたちの成長にとって大切な「食」について、今後も正しい知識を身につけさせ、実践力を養ったり、習慣化させたりすることを目標に、授業実践を考えていく。
- ◇地産地消への関心も大切だが、食の安全など、消費者としてよりよい生活づくりをするための情報や物を選択する力をどのように育てていくかについても、目を向ける必要がある。