

小学校 家庭科 部会

部会長 香春町立香春小学校 校長 縄田 房枝
実践者 添田町立中元寺小学校 講師 大谷 真稔

1 研究主題

自らよりよい生活を創り出す子供の育成
～状況に応じた、「判断する場」のある学習指導を通して～

2 主題設定の理由

(1) 現代社会の動向から

21世紀は、知識基盤社会であり、こうした社会認識は今後も継承されていくものと考えているが、グローバル化が進み、競争と技術革新が絶え間なく生まれ、幅広い知識と柔軟な思考力に基づく判断等がますます重要になると考えられる。したがって、「知識基盤社会」の時代を担う子どもたちは、変化の激しい社会において「生きる力」を身に付けることがますます重要であり、学校教育においては、「課題を見いだし、解決するための思考力・判断力・表現力等」「生涯にわたって学ぶこと」「他者や社会、自然や環境とともに生きる」ことを育むことが一層求められる。

現在、家庭生活を取り巻く環境が変化し、複雑化する中で、持続的なライフスタイルをもち、人間らしく生き生きと生きるためには、衣・食・住の営みや、金銭・時間の使い方や交際・余暇の方法にも工夫がいる。つまり、子ども自身の工夫次第でおいしい食事や心地良い空間を準備することができるなどよりよい家庭生活を築いていくことが可能である。したがって、生涯にわたる家庭生活の基盤となる能力や態度を育成するためには、自分の生活に最も適切な生活の仕方を選択・実行し、よりよい家庭生活を築こうとする能力や態度を育むことがますます重要になっている。

(2) 子供の姿から

各種の調査から、我が国の子供の課題として、知識・技能を活用する力が身につけていない、睡眠時間の確保や食生活の乱れなどの生活習慣の確立が不十分である。自分に自信が持てない、友達との人間関係づくりが苦手、体力の低下などが指摘されている。

これらの背景・原因として、次の二点が考えられる。一つ目は、社会全体や家庭・地域の変化である。これまでは、家庭や地域において自然に確保されてきた大人や異年齢の子供との関わりや自然の中での体験活動が減少し、家庭や地域の教育力が低下していることである。二つ目は、学校教育の問題である。知識・技能を活用する学習活動、問題解決的な学習や探究活動が十分に行われてこなかったことである。

したがって、家庭科教育において、子供の生活や学習の基盤としての食に関する指導、子供が家庭や地域の人々との様々な関わりを持ちながら衣食住に関する基礎的な知識や技能を身に付ける指導、よりよい生活の実現を目指して生活の中から課題を設定し、それを解決する力を育む問題解決的な学習に取り組む指導を行っていくことは我が国の子供の課題を解決に導く上でも、生きる力を育成する上でも重要である。

(3) 家庭科教育の目標から

- ・生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住に関する実践的・体験的な活動を通して、家族・家庭、衣食住、消費や環境等について、日常生活に必要な基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けること
- ・日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し、様々な解決方法を考え、実践を評価・改善し、考えたことを表現するなど、課題を解決する力を養うこと
- ・家庭生活を大切にする心情を育み、家族や地域の人々との関わりを考え、家族の一員として生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度を養うこと

をねらいとしている。

そのねらいを達成するために、① 空間軸（自己と家族、地域、社会という空間的な広がり）② 時間軸（これまで・現在・これから等生涯を見通した生活という時間的な広がり）③ 体系化（学校段階に応じた体系的な目標や内容）の3つの視点から学習指導を見直していくことと、① 実践的・体験的な学習活動 ② 問題解決的な学習 ③ 言語活動の充実を図っていくことが必要であるとされている。

このことは、生活との連続性をもった学びを重視したものであり、家族や地域の人々等、他者や社会、自然や環境とともに協働し、生涯にわたる家庭生活の基盤となる能力や態度を育むことを目指した指導の充実が求められているものである。

そこで、家庭科教育において、よりよい生活を目指して問題解決学習に取り組み、家族や地域の人々との様々な関わりを持ちながら衣食住に関する基礎的な知識や技能を身に付けさせることは、変化の激しい社会を主体的に生き抜く力を育む上でも重要であると考え、本研究主題「自らよりよい生活を創り出す子供の育成」を設定した。

3 主題の意味

(1) 自らよりよい生活を創り出すとは

自らよりよい生活を創り出すとは、主体的に生活の中から問題を見いだして課題を設定し、身に付けた知識や技能を活用して解決する力や、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し、創造しようとする実践的な態度のことである。

子供は、自分が家族の一員として、何ができるかを考えて行動し、家族や家庭生活への理解を深めていくことを通して、自分の成長や存在価値に気付くことができる。しかし、現代社会は技術革新の影響を受け、生活様式は多様化し、生活に物質的な豊かさや便利さをもたらす、物質的な豊かさ＝豊かな生活と捉える傾向が強くなっている。

子供が、本当の意味で豊かでよりよい生活を創り出すことができるようにするためには、自分の成長と家族・家庭生活、家族や地域の人々との関わりに着目することを通して、家庭生活への関心や家族の一員としての自覚を高め、家族の仕事を分担したり、家族とのコミュニケーションやふれあいの機会を増やしたりしながら家族との関わりを深め、家庭生活の中での自分の存在や成長を実感しながら、日常生活に必要な基礎的な知識・技能と家族の一員として生活を工夫しようとする実践的な態度を身に付けることができるようにしなければならない。

また、実践的・体験的な学習活動を繰り返すことを通して、日常生活に必要な基礎

的・基本的な知識・技能と実践的な態度を確実に身に付けることが必要である。そして、これらを活用した継続的な家庭実践や、自分や家族の課題を解決する取り組みを通して、成長する自分を実感したり、家族や周りの人に喜んでもらえたという満足感、自分が家族のために役立つ存在であるという有用感、家庭生活をよりよいものに変容させることができたという達成感等を実感したりすることができるようになることが肝要である。

(2) 目指す子供像

【知識・技能】

よりよい生活への思いや願いをもち、家族や家庭生活の大切さについての理解を深めるとともに、日常生活に必要な基礎的・基本的な知識と技能を身に付け、活用することができる子供

【思考・判断・表現】

よりよい生活をするために、日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し、その解決を目指して、身に付けた知識・技能を活用して自分ができる工夫を考える子供

【主体的に学習に取り組む態度】

よりよい生活について関心をもち、実践する喜びを味わいながら、自分や家族、地域の人々の生活をよりよくするための取り組みを主体的・継続的に実践する子供

副主題が意味するもの

「状況に応じた『判断する場』とは

現在の学習指導要領の中で小・中・高校を通して重点を置かれているのは「活用型」学習の導入であった。中教審答申においては、知識・技能の教科内での適用を「活用型」の学習、教科を越えた総合的な学習などや、発展的な学習場面設定での適応を「探究型」の学習として区別して用いている。家庭科教育の場合、「活用型」学習は、衣・食・住などの各分野の学習で習得した知識・技能を、家庭生活の個々の場面、あるいは、家庭生活全体においていかに有効に適用、活用できるかということを目指す。

本研究では、子供達の現状と指導の課題、そして、これまで蓄積してきた、「豊かな家庭生活を築く実践力を育てる家庭科教育」に関する授業研究の結果をふまえ、家庭科学習によって自らよりよい生活を創り出す子供の育成を目指し、授業実践を検討することとした。そこで、追求の概念として「状況に応じた判断する場」に着目し、副主題を「状況に応じた『判断する場』のある学習指導を通して」とした。

4 研究の目標

自らよりよい生活を創り出す子供を育成するための家庭科学習指導法を究明する。

5 研究の仮説

家庭科学習指導において、以下のような問題解決的な学習や判断する場の設定された実践的・体験的な学習活動の工夫を行えば、自らよりよい生活を創り出す子供を育成することができるであろう。

(1) 朝食の大切さ、バランスのとれた食事の大切さについて、「朝食いきいきシート」

を活用した取り組み

- (2) 「問い」をもち、主体的に解決を図る実践的・体験的な学習活動
- (3) 授業で学んだことを実践する家庭との連携を取り入れた単元構成

6 研究の実際

(1) 単元名 「食べて元気に」

(2) 単元の目標及び指導計画

| 単元 | 食べて元気に | | 総時数 | 11時間 | 時期 | 11月 |
|-------|---|--|--|---|----|-----|
| 単元の目標 | <ul style="list-style-type: none"> ○ なぜ食べるのかを考え、日常の食事や使われている食品に関心をもち、栄養バランスを考えた食事を大切にしようとする。 (家庭生活への関心・意欲・態度) ○ おいしいご飯の炊き方やみそ汁の調理の仕方について考えたり、自分なりに工夫したりしている。(生活を創意工夫する能力) ○ 安全に気を付けて、計画に沿ってご飯とみそ汁を作ることができる。(生活の技能) ○ 五大栄養素、食品に含まれる栄養素の体内での働きが分かり、バランス良く食品をとることの大切さを理解することができる。 (家庭生活についての知識・理解) | | | | | |
| 次 | 時 | 具体的な目標 | 学習活動・内容 | 指導上の留意点(援助・支援) | | |
| 1 | | なぜ食べるのか考えよう ○ 毎日いろいろな食品を食べていることに関心をもつとともに、学習内容を知る。 | ○ 昨日の夕食、今朝の朝食、給食の食品について振り返り、なぜ食べるのかを話し合い、単元の見通しをもつ。 | ○ 家庭へ配慮し、夕食、朝食は、家庭での献立を思い起こさせだけにとどめ、給食の献立を中心に取り上げる。 | | |
| 2 | ① | 五大栄養素のはららき ○ 毎日食べている食事に関心をもち、栄養を考えた食事のとり方をしようとしている。 ○ 食事の栄養的な特徴に関心をもち、五大栄養素の種類と体内での主な働きが分かる。 | ○ 給食に使われた食品を5つに仲間分けし、五大栄養素とそれらの働きについて知る。 ○ 五大栄養素をバランス良くとる大切さに気付く。 | ○ どの食品にどの栄養素が主に含まれているのか確認しながら、五大栄養素とその働きを押さえていく。 ○ 五大栄養素が不足すると、体や心にどのような変化が起こるか具体的な統計などを見せながら話をする。 | | |
| 3 | ① | 3つの食品グループとそのはたらき ○ 食品に含まれている | ○ ワークシートを使って食品を3つのグループに仲間分けする。 | ○ 自分で分類させた後に、教科書の分類表で確認させ、全体で交流させる。 | | |

| | | | |
|---|--|---|--|
| | 主な栄養素の体内での働きにより、3つのグループに分ける分け方が分かる。 | | |
| | ② ○給食の献立に使われている食品を3つのグループに分けることができる。 | ○給食に使われている食品を教科書の表を参考にして仲間分けをする。 | ○仲間分けした後で、給食の食品の使い方について感想を出させ、給食がバランスを考えたものであること再確認させる。 |
| | ③ ○「朝食いきいきシート」において、朝食でのバランスや不足している傾向のグループを上げたりしながら、子供自身の課題を見つけることができる。 | ○「朝食いきいきシート」を振り返りながら、子供自身の課題を見つける。 | ○朝食においての子供自身の課題を明確にし、課題を解決するための手立てを確認する。 |
| 4 | ① ご飯とみそ汁をつくらう ○ご飯とみそ汁に関心をもち、米や味噌の特徴が分かる。 | ○米と味噌について調べ、ご飯とみそ汁で五大栄養素がとれることに気付く。 | ○ご飯とみそ汁が日本の伝統食であることを押さえる。 ○味噌以外の大豆の加工食品も確認させる。 |
| | ② ○おいしいご飯の炊き方が分かる。 | ○吸水させると、よりおいしいご飯が炊けるということを理解し、炊き方を確認する。 | ○おいしいご飯の炊き方の要点「計量」「吸水時間」「火加減と加熱時間」「蒸らし」に気を付けて炊くことを確認させる。 |
| | ③ ○おいしくご飯を炊くことができる。 | ○ご飯を炊くときのおいしさの要点を確認しながら、炊ける様子を観察し、試食する。 | ○示範でおいしさの要点を確認しながら炊き、観察させる。 |
| | ④ ○だしや実の組み合わせが分かり、みそ汁の作り方が分かる。 | ○家庭でのみそ汁の作り方をとにみそ汁の作り方の要点を話し合い、確認する。 | ○みそ汁をおいしく作るためのポイントを確認させる。 |
| | ⑤ ○友達と協力して、みそ汁を設定時間内に調理することができる。 | ○班で時間内にみそ汁を作り、試食、評価し合う。 | ○評価の観点を確認させてから、調理実習をさせる。 ○調理器具等の安全な取り扱いについて確認させる。 |
| | ⑥ ○学習したことを生か | ○ワークシートを | ○「朝食いきいきシート」で不足し |

| | | | | |
|---|----|---|---|---|
| | | して、「家族にご飯とみそ汁を作ろう」というめあてをつくり、調理計画を立てることができる。 | 使い、家族にご飯とみそ汁が作れるよう、材料や分量、調理過程を考えて計画を立てる。 | ていたグループを入れるように声かけをし、調理計画を立てられるようにする。 ○保護者への趣旨説明を行い、協力を得る。 |
| 5 | 課外 | ○冬休み中、学習したことを生かしてご飯とみそ汁作りができる。 | ○ご飯とみそ汁づくりを1人、またはお家の方に手伝ってもらいながら実践する。 | ○冬休みの調理実践の感想を発表し合わせ、みんなが頑張ったことを賞賛し、これからも実践してほしいことやバランスを考えた食事をしてほしいという願いを話す。 |
| | ① | 学習のまとめ ○学習したこと、冬休みの調理実践を振り返り、今後の家庭生活に生かそうとする意欲をもつことができる。 | ○学習を振り返って、自分ができるようになったことを確認したり、今後の家庭生活に生かしていきたいことを話し合ったりする。 | |

7 指導の実際

○ 本学級の児童は、1年生の頃から好き嫌いはあるものの、完食する児童が多い。事前のアンケートでは、平日に朝食を食べている児童は7名（100%）である一方、朝食を休みの日に食べていない児童は1名（14%）であり、さらに土日には朝食を抜いている児童は増えていた。また、家庭での調理に関しては、日頃から簡単なお手伝いをしている児童は5名（70%）いたが、実際に調理を手伝っている児童はほとんどいなかった。

家庭科の学習においては、1学期に卵と青菜を茹でる調理実習を行い、調理をすることに興味をもち始めている。

そこで、本単元では、研究の目標を達成するための3つの研究仮説において、特に「栄養バランスを考えた食事を大事にする」ことに重点をおき、児童自身が食に対する興味をもち、意識づけをもたせるために「朝食いきいきシート」を活用した授業づくりを行った。また、調理実習ではより実践的・体験的になるように、児童自身で計画を立て、実践をもとに振り返る授業づくりを行った。そして、授業で学んだことが家庭で実践される機会をもつことができるように、家庭で実践する家庭との連携を取り入れた単元構成とした。

(1) 2次第1時

○毎日食べている食事に関心をもち、栄養を考えた食事も取り方をしようとしている。

○食品の栄養的な特徴に関心をもち、五大栄養素の種類と体内での主な働きが分かる。

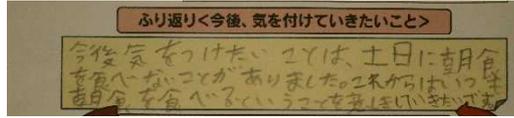
| | 学 習 活 動 | 指導上の留意点 |
|---|--------------|---------|
| 導 | 1 前時学習を振り返る。 | |

| | |
|---|---|
| <p>まとめ</p> <p>4 まとめ</p> <p>本時を振り返り、学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食べる時は何も考えないで食べていたので、バランスよく食べたい。 ・好き嫌いなく食べたい。 ・休みの日も朝食を食べられるようにしたい。 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 朝食の必要性や、食べたくなるような生活習慣を整えるためのポイントを話す。 ○ 本時で分かったことやこれから気を付けていきたいことをまとめる。 |
|---|---|

(2) 3次第3時

○「朝食いきいきシート」を振り返りながら、子供自身の課題を見つける。

| 学 習 活 動 | 指導上の留意点 |
|--|--|
| <p>1 前時を振り返り、五大栄養素にはどのようなものがあつたかを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンがある。 <p>2 めあてをつかむ。</p> <p>めあて</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>朝食で不足している栄養素を見つけよう。</p> </div> <p>3 「朝食いきいきシート」から、朝食時に足りていない栄養素を見つける。</p> <p>【資料1】 週ごとに、良い変化が見られた児童の振り返り</p> <p>【資料2】 朝食の栄養バランスに課題があつた児童の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「私は、野菜が少し足りなかった。」 ・「ぼくは、野菜や黄色のグループの食べ物が足りなかった。」 <p>4 まとめ</p> <p>本時を振り返り、学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足りていない栄養素が分かったので、お家で食べるように気を付けたい。 ・4週間取り組んで、栄養のことを考えて食べるようになったのでこれからも続けていきたい。 | <ul style="list-style-type: none"> ○ 前時学習「五大栄養素のはららき」を振り返えさせる。 ○ 「五大栄養素の中でどれが一番足りていないか」と問うことから、問いをもたせる。 ○ 朝食時に足りていない栄養素を見つけさせ、栄養素の偏りにどのような傾向があるのかを確認する。 ○ 本時で分かったことやこれから気をつけたいことをまとめさせる。 |



【資料3】 課題のある児童の振り返り

(3) 4次第5・6時

○友達と協力して、みそ汁を設定時間通りに調理することができる。

| | 学 習 活 動 | 指導上の留意点 |
|--|--|---|
| | <p>1 前時学習を振り返り、みそ汁の作り方を確かめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> 量る、だしの準備、実の準備、だしを取る、実を煮る、味噌を入れて火を消す。 <p>2 めあてを確認する。</p> <p>めあて</p> <div data-bbox="288 808 916 902" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>手順に沿って、おいしいみそ汁を作ろう</p> </div> <p>3 調理実習をする。</p> <div data-bbox="341 1066 536 1323" style="display: inline-block; margin-right: 20px;"> </div> <div data-bbox="719 913 924 1182" style="display: inline-block; margin-right: 20px;"> </div> <p style="text-align: center;">【写真3】 実を切る児童</p> <div data-bbox="719 1281 924 1550" style="display: inline-block;"> </div> <p style="text-align: center;">【写真5】 出汁でといたみそを入れる児童</p> <div data-bbox="264 1444 675 1655" style="display: inline-block; margin-right: 20px;"> </div> <p>【資料4】 児童の振り返り</p> <p>4 まとめる</p> <p>本時を振り返り、学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 初めて自分で作ったみそ汁だったから、おいしかった。家でも作ってみたい。 大根がかたかったけれど、おいしかった。 | <p>○ みそ汁の作り方を確認させる。</p> <p>○ めあては手順に沿って作るという目標をもたせる。</p> <p>○ 調理実習の手順を説明する。</p> <p>○ 調理器具等の安全な取り扱いについて確認させる。</p> <p>○ 各グループの調理の様子を見て、適宜支援する。</p> <p>大根の厚さ、ネギの切り方、火加減、調理器具の置き方、使わない物の始末等</p> <p>○ 後片付けは、最後にチェックを受けるようにする。</p> <p>○ 学習を振り返り、まとめさせる。</p> |

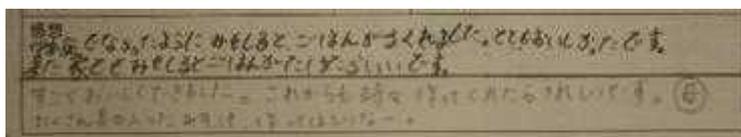
(4) 5次課外

○ 冬休み中、学習したことを生かして米の仕込みとみそ汁づくりをすることがで

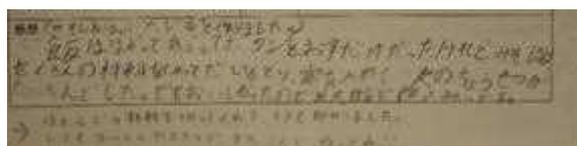
きる。

※ 留意点

- ・担任から学期末懇談会の時に、冬休み中に家庭科で学んだことを家族の一員として取り組む機会を保護者に願います。
- ・保護者の方から頂いた感想、児童の感想等は、通信でお知らせする。【資料5参照】



【資料5】通信でお知らせした冬休みに実践した児童と保護者の感想



8 研究のまとめ

仮説（1）「朝食の大切さ、バランスのとれた食事の大切さについて、「朝食いきいきシート」を活用した取り組み」

本単元「食べて元気に」に入る前に、児童自身の朝食に対する意識を見取るために「朝食いきいきシート」を活用した。実施期間は9月4日から10月1日までの4週間である。児童は1週間、2週間と経過していくうちに、どの色が塗れていないのか、視覚的に分かり、意欲的に取り組んでいる様子が見られた。【資料6、7参照】

とくに、朝食に課題のあった児童は「これからは、いつも朝食を食べるということを意識したい」【資料3参照】という振り返りをし、お家で作る時には、不足していた栄養素を実にしてみそ汁を作る意識づけにつながったのではないかと考える。

①



②



【資料6】①朝食に課題があった児童

【資料7】②バランスのよい朝食がとれていた児童

本学級の児童の実態からすると、「五大栄養素について」の学習に関連付けるためにも、「朝食いきいきシート」の活用した授業づくりは有効であったと考える。

仮説（2）「問い」をもち主体的に解決を図る実践的・体験的な学習活動

児童が「問い」をもち、解決を図りたいという意欲をもつように、最初の発問を児童に投げかけたり、食品に含まれる栄養素の割合の円グラフを提示したりしながら、「問い」をもつことができるようにした。「わたしたちはなぜ、いろいろな食べ物を食べるのか」「食べた物は体の中でどうなるのか」「いろいろな食品は、どのような栄養素を多く含んでいるのか」等、児童は「問い」をもつことによって集中し

て学習に取り組んだり、自分なりに経験等から考えたことを発言して解決を図ったりしようとする姿が見られた。

実践的・体験的な学習活動として、班によるみそ汁づくりを位置付けた。班で取り組むことで、一人一人の役割が増え、協力して調理をすることができた。児童の振り返りでは、「大根を切るのが難しかったので、また切ってみたい」「水の量が少し足りなかったので、家で作る時は失敗しないようにしたい」「次は一人でみそ汁を作りたい」など、上手に作るために体験していこうとする意欲が見られた児童もいた。また、「少ないいりこで、だしが取れたので、びっくりしました」など食材のもつ良さについて体験を通して実感することができた。【資料4参照】

仮説(3) 授業で学んだことを実践する家庭との連携を取り入れた単元構成

単元の途中では、おいしいご飯の炊き方を学んだその日に、お家で実践していた児童もいた。調理実習で学んだことを冬休みに家庭でも実践する計画をした。

ご飯づくりの感想では、「洗っている水が冷たかったけど、炊きあがったときはうれしかった。」や「調理実習の時よりもおいしく炊けた。」等があり、実践の成果があったことがうかがえる。

みそ汁づくりの感想では、「お母さんに手伝ってもらいながらだったけど、計画通りにできた。」や「不足していた野菜を実においしいみそ汁ができた。」等があり、こちらも実践することが有効であったと考える。

また、感想の中には、「また自分でご飯とみそ汁を作ってみたい。」などの感想もあり、今後も家庭で実践しようとする姿が見られた。【資料5参照】

9 成果と今後の課題

(1) 成果

- 「朝食いきいきシート」を活用したことで、児童自身の課題が分かり、「五大栄養素」を考えてバランスの取れた食事を心掛ける、好き嫌いをしないで残さず食べることをより意識させることができた。
- 「問い」をもつことで、授業に集中し、解決を図ろうと主体的に学習することができた。
- 調理実習の機会を多くもつことで、技能を高め、達成感や自信になったり、お家の人から褒められることによって自己有用感をもったりすることができた。

(2) 今後の課題

- この単元の学習だけでなく、食事の大切さを学ぶ機会がある時に継続的に声をかけ、指導をしていく必要がある。
- 6年生、中学校へと家庭科の学習がどのように関連しているのか、教材研究を積んだ上で、児童を指導していく必要があった。
- みそ汁づくりは、にぼし以外の出汁の比較が出来なかったため、より課題解決を図るような授業づくりをしていく必要がある。

◎ 参考文献

- 文部科学省 「小学校学習指導要領解説 家庭編」東洋館出版社 平成20年