

# 人と豊かに関わり、生活をよりよくしようとする児童の育成

－小規模校における「1食分の献立を考えよう」の実践を通して－

上浮穴支部

## 1 研究の視点

- (1) 基礎的・基本的な知識や技能を習得させるための指導の工夫
- (2) 子どもの気付きを生かし、生活との関連を図った学習展開の工夫

## 2 実践事例

- (1) 題材名 「1食分の献立を考えよう」

- (2) 目標

- 招いた人に喜んでもらえるよう1食分の献立を考え、食事を作ろうとする。(5・6年)
- 栄養のバランスや好みなどを考えて、1食分の献立や調理計画を考えたり、自分なりに工夫したりする。(5・6年)
- 米飯とみそ汁の実習計画を立て、手順を考えて調理ができる。(5年)
- 身近な食品や地域の食材を用いて、簡単なおかずを作ることができる。(6年)
- 米飯やみそ汁の作り方が分かる。(5年)
- 栄養のバランスを考えた1食分の献立の立て方が分かる。(6年)

- (3) 題材設定の理由

- 本校は、全校児童12名の小規模校である。高学年は5年生2名、6年生4名の合計6名であり、AB年度方式で家庭科の授業を行っている。1年間家庭科学習を経験している6年生と家庭科学習の経験がない5年生が同時に学習を行っているため、知識や技能に差のある状態で、同じ内容を学習しなければならない。6年生にとっては既習事項でも、5年生にとっては初めて学ぶことばかりであり、発達段階に応じた学習指導を行っていかなければならない。

児童は、これまで継続して行った食育や健康教育の積み重ねにより、食に関する興味・関心は高い。栄養教諭との連携により、給食等の指導も充実してきており、残さず食べようとする意識も高い。また本年度は、地域の方と連携し、総合的な学習の時間に地域の郷土料理についての学習も行っている。しかし、食に関わる手伝いの経験は、食器の用意や片付け程度で、調理に関わることについては経験のない児童が多い。また、家庭での調理経験にも差があり、調理に対して器具や用具の取扱いに不安をもっている児童もいる。そのため、食に対する興味・関心をさらに高め、一人一人が自信をもって意欲的に調理できるように、基礎的な知識や技能を習得させる必要がある。

- 本題材は、内容「B 日常の食事と調理の基礎」の「(2)栄養を考えた食事」と「(3)調理の基礎」についての指導項目に重点を当てて取り組む。また、本校の地域の特性を考え、内容「A 家庭生活と家族」の指導項目「(3)家族や近隣の人々とのかかわり」についても関連させて題材を構成する。

食事は、健康な生活を送る上で、必要不可欠で、家族、地域との触れ合いを考えても、食事の果たす役割は大きい。また、日常の食事に関心を持ち、理想的な食事はどうあればよいか考える中で、栄養バランスのよい献立作りや簡単な調理実習を行うことにより、生活を振り返り、家庭生活をよりよくしていこうとする実践的な態度を育成することは、非常に意義深いと考える。

1食分の献立を立てたり調理したりすることを通して、旬の食べ物や地域の特産物など、身近な食材を活用することにも触れながら「食」への関心を深めていくのに適した題材でもあり、児童が将来にわたって食生活に関心を持ち、食生活をよりよく工夫して実践しようとする意欲を育てるために適している。

- 指導に当たっては、総合的な学習の時間において学んだ地域の郷土料理を導入に取り入れ、1食分の献立に必要な条件について考えさせたい。そして、日本に来たばかりのALTを招いた食事会での1食分の献立を考えさせることで意欲化を図りたい。

昨年1年間家庭科を学習している6年生と初めて家庭科を学ぶ5年生が共に学習するという

利点や、少人数指導の特性を生かし、児童一人一人に対しての実態把握や個に応じた指導の充実を図るとともに、栄養教諭や家庭と連携し、基礎的・基本的な知識や技能を身に付けさせたいと考えている。また、栄養教諭の専門的な話を聞くことにより、バランスよく食品を組み合わせること、食品の組合せや調理法によって多くの献立が考えられること、季節の食材や地場産物の活用、予算、衛生面などについても理解させたい。

A L Tを招いて食事会をすることで、食事がよいコミュニケーションの場になるということや多くの人からの愛情に支えられていることを理解させ、今まで周囲の人に任せていたことに気付かせるとともに、家庭生活・地域生活に進んで参加しようとする態度を育てたい。

(4) 指導と評価の計画 (全 11 時間)

過程	時間	学習活動	評価規準・評価方法			
			関心・意欲・態度	創意工夫	技能	知識・理解
つかむ	2	提示した写真の中から選択して1食分の献立を立て、選んだ理由を話し合う。 献立を比較し合い、課題を見つける。 こんにやく道場で食べた献立と自分が考えた献立を比較し、よい献立の条件を考える。	1 食分の食事に関心を持ち、栄養のバランスを考えた食事のとり方をしようとしている。(観察・ワークシート)			栄養のバランスや好み、組合せ、旬の食材などを考えた1食分の献立の立て方が分かっている。(ワークシート)
わかる・やってみる・生かす	9	こんにやく道場で学んだことを基に、日本に来たばかりのALTを招いた食事会に向けて1食分の献立を考える。 米飯、みそ汁(5年)、おかず(6年)の調理実習を行い、食事会を開く。 学習を振り返る。	調和のとれた食事の仕方に関心をもっている。(観察・ワークシート) 計画を基に進んで調理しようとしている。(観察)	栄養のバランス、材料、好みなどを考え、自分なりに工夫して献立や調理計画を立てている。(観察・ワークシート)	衛生、安全、エコに留意し、手際よく調理することができる。(観察)	米飯とみそ汁の作り方を理解している。(観察・小テスト) 楽しく食事をするためのマナーや盛り付け、配膳の仕方を理解している。(小テスト)

(5) 活動の実際

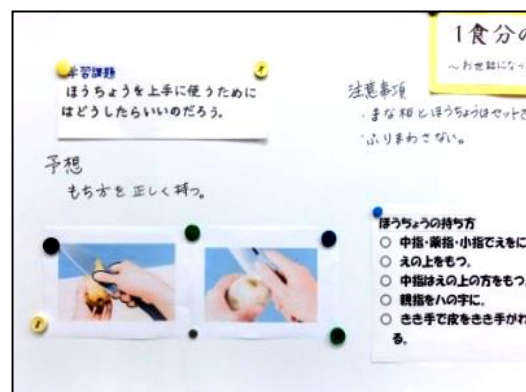
ア 基礎的・基本的な知識や技能を習得させるための指導の工夫

(ア) グループ編成の工夫

学習活動においては、1年間家庭科の学習経験のある6年生と経験のない5年生を同じグループにし、関わり合う時間を設定することで、基礎的な知識や技能を確認し合うようにした。調理実習では、調理経験を積んでいる6年生が中心となり、計画を立てたり、作業を分担したりした。

(イ) 家庭との連携

調理に対する不安をもっている児童の割合が多かったため、基礎的な技能の習得のためのポイントを丁寧に指導した(写真1)。さらに、学校で指導した内容を基に、それらを家庭で実践できるように家庭学習用のプリントを作成した。プリントを基に家庭と連携し、休日に保護者とともに調理器具に触れる機会を設けるようにした。基礎的な技能向上のためのポイントをワークシートにまとめ、家庭でも実践できるようにした。特に包丁の扱い、火の扱いについては、指導のポイントを明確化し、保護者と



<写真1 技能習得のポイント>

ともに自分でチェックできるようにした。

(ウ) スキルアップタイムの設定

調理に関わる技能の習得を目指し、業間や昼休みに包丁の取扱いを個別に指導した(写真2)。家庭で練習した成果を試したり、技能に不安を抱えている児童が野菜の切り方や皮むきの個別指導を受けたりする時間を設定した。カードによる評価を行い、自分の課題を振り返ることで、次のスキルアップにつなげさせた。

(エ) 栄養教諭の専門性を生かした効果的な指導

本校は定期的に栄養教諭が訪問し、給食指導や栄養指導を行っており、栄養教諭と連携しやすい環境にある。普段から給食時に献立や栄養について話を聞く機会があるので、児童たちも給食の献立表などに興味をもっている。食品の栄養的な特徴や体内での働き、食品のグループ分けなどについて、栄養教諭から専門的な話を聞いたり、献立についてアドバイスをを受けたりすることで、知識の習得を図った(写真3)。

(オ) 学んだ知識を生かす場面の設定

高学年が家庭科で学んだ知識を生かし、校内の掲示(写真4)をしたり、給食時に献立について説明したりしている。旬の食材や献立表、給食について全校児童に伝えることで、改めて栄養や食事の大切さを実感したり、人に伝えることで知識が定着したりすることにつながたいと考えて行っている。



<写真2 スキルアップタイム>



<写真3 栄養教諭による栄養指導>



<写真4 食への関心を高める掲示>

イ 子どもの気付きを生かし、生活との関連を図った学習展開の工夫

(ア) 地域の食材を取り入れた学習展開の工夫

本校は地域と密着した関係にあり、児童は日頃から様々な場面で地域の方と関わる機会が多い。本校児童にとって、地域教材は馴染み深く、興味・関心を高める教材であると考え。

そこで、1学期に総合的な学習の時間で学んだ地域の郷土料理を導入に取り入れた。また、日本に来たばかりのALTを招いた食事会での1食分の献立を考えることとし、地域の人々との豊かな関わり合いを通して、学習への意欲を高めた。導入では、総合的な学習の時間に教えていただいた郷土料理の献立と自分が作った献立を比較させ、バランスのよい献立に必要な条件を考えさせた。調理に当たっては、郷土料理作りの中で児童が特に印象に残ったこんにゃくを献立の中に入れて考えることとした。



郷土料理についての学習



手作りこんにゃく



柳谷の食材を使った料理

(イ) 生活をよりよくするための学び合い活動

児童が互いの考えを交流し、学び合うことで、生活をよりよくしようとする力を高めたいと考え、①「自分で考える」、②「小グループで共有し考えを深める」、③「全体で考えを述

べる」という流れで、児童同士の学び合う時間を設定した。学び合い活動の中で、他者の考えを聞いて、自分の考えを深める、他者と自分を比べる、よりよい考えを見つけるなどの経験を積むことで、自分の生活を振り返り、よりよい生活について考えさせるために、題材の中で、繰り返し学び合い活動を取り入れた（写真6）。



個人の考えをグループで話し合う。

それぞれの考えの改善点や長所を見つけて伝える。

長所は赤の付箋紙に、改善点は緑の付箋紙に書き込み貼る。

<写真6 学び合い活動の様子>

(f) 実生活の課題追究につながる話し合い活動、体験活動の充実

地域の食材をどのように使うか、計画した実習にどれくらいの費用や時間がかかるかなど、実生活と結びつけて課題を追究させていくことで献立作りに必要な条件をもう一度考えさせた。また、自分たちの調理計画が実際に計画通りに実行できるか、シミュレーションし、それらを共有しながら話し合う中で、課題を追究させて、実習に取り組みさせた（写真6）。さらに、ゲストティーチャーに教えていただいた郷土料理を取り入れ、日本に来たばかりのALTに地域のことを知ってもらうための食事会を行うという明確な目標に向けて学習を行うことで、課題解決に向けての意欲化を図った（写真7）。



<写真6 課題解決のための話し合い活動>

<写真7 調理実習とALTを招いた食事会>

### 3 成果と課題

複式授業では、少人数で指導ができる、1年間家庭科の経験をしている上級生と初めての5年生が共に学ぶなどの利点を生かし、きめ細かな指導の体制を整えたことで、基礎的・基本的な知識や技能を高めることにつながった。6年生は5年生に教えるために、昨年学んだことを分かりやすく説明しようと思いを深めることができた。また5年生は、6年生に近付きたいという意欲をもつことができた。

スキルアップタイムや保護者との連携により、子どもたちの調理に対する不安が消え、意欲的に活動することができた。スキルアップタイムに積極的に参加する児童も多く、調理実習を楽しみにしている児童の数が増えた。

グループ活動や話し合い活動を充実したことにより、調理実習では、個々の役割が明確になり、スムーズに実習を行うことができた。少人数ということもあり、一人が行わなければならない役割も多かったが、役割が多いということは、一人が経験する内容も充実しているということである。児童にとっては確実に技能の定着につながったと考える。

今後は、「調理の基礎」及び「生活に役立つ物の製作」については、基礎的なものから応用的なものへ、簡単なものから難しいものへなど段階的に学べるよう、同内容異題材の学習を取り入れた本校独自のAB年度方式の年間計画を作成していきたい。