

## 技術・家庭科 学習指導案

日 時：平成22年9月30日(木) 第2校時  
場 所：佐賀市立大和中学校 被服室  
学 級：2年6組 男子17名、女子17名  
指導者：佐賀県教育センター 所員 松尾 由美

### 1 題材名 「実生活で活用しよう」

—我が家の食生活の問題点を改善しよう— 〈 B食生活と自立 (3)ウ 〉

### 2 題材の指導目標

これまでの「食生活と自立」の学習を踏まえ、自分や家族の食生活の問題点を見付け、それを改善するための方法を考え家庭で実践し、発表をするといった学習過程を通して、自らの食生活を主体的に営む能力や実践的な態度を育てる。

### 3 題材設定の理由

現代人の食生活は、必要な食べ物がいつでもどこでも簡単に手に入る一方で、朝食の欠食や、食事時間の偏り、食事を菓子類で済ませるなどの食環境の乱れが生じてきている。その結果、食生活にも偏りがみられ、成長期である中学生の時期に、栄養バランスの偏った食事をしたり、肥満傾向の生徒が増加したり、痩身になるための不必要な食事制限による健康問題の増加も見られるようになってきている。増大している生活習慣病と食生活の関連が指摘をされ、望ましい食生活の形成は国民全体の課題ともいえる。その一方で、食に対する関心は高く、料理に関する雑誌や漫画も数多く出版され、テレビの料理番組も多数放映されている。中学生は、バランスの取れた食事をする事の大切さは分かっているのだが、実際に自分の食生活と関連させて考えたり、家庭での実践には結び付いていなかったりするものが現実のようである。活動的で食べることについての興味・関心が高い、中学生のこの時期は、生涯にわたる食生活の基礎的・基本的な知識や技術を身に付けるのに適する時期だと考えられる。そこで、これまでの学習で得た知識や技術を活用し、自分や家族の食生活を見直し問題点を改善するための方法を考え、家庭で実践させることで、自らの食生活を主体的に考えることのできる生徒の育成をねらい、本題材を設定した。

授業を行う学級の生徒は、明るく素直な生徒が多い。「食生活と自立」の授業で行った事前アンケートでは、家庭科は普段の生活や将来の生活に役に立つと考えている生徒は90%近くを占め、自分で考えたり工夫をしたりすることが好きな生徒は50%ほどいた。また、食事に使われる食材を気にする生徒は55%、食材が体に及ぼす影響を気にする生徒は70%という食に関する意識の高さが伺えた。その反面、分からないことや興味をもったことを自分から調べる生徒は20%で、食事の手伝いも約半数の生徒は何も行っていない状況であった。このような結果から、家庭科の必要性を感じ、食生活への興味・関心は高いものの、自分から何か課題を見付けたり、そのための解決方法を考えることはあまり行っておらず、学習した内容の家庭実践とのつながりも少ないように感じた。そこで「食生活と自立」の中で学習した内容を踏まえ、自分や家族の食生活を見直し、よりよい食生活を送るための方法を考え、家庭での実践につなぐことのできるような学習を進めることで、より主体的に自分の食生活について考え実践しようとする意識をもたせることは大変重要であると考えた。

新学習指導要領の家庭分野においては、社会の変化に対応して、「心身ともに健康で安全な食生活のための食育の推進を図るため、食事の役割や栄養・調理に関する内容を一層充実する」と、これまで以

上に食に関する指導の充実が求められている。食環境の乱れが社会的課題となっている今日、中学生が食生活の自立を目指した学習をすることは大切なことであるので、本時は、自分や家族の食生活の中で見付けた問題点の改善に自主的に取り組むことができるように、指導を進めることにした。

指導に当たっては、これまでの学習を踏まえ、改善の方法をグループでアドバイスを出し合いながら、考えさせたい。

4 「(3) 日常食の調理と地域の食文化」の評価規準に盛り込むべき事項

生活や技術への 関心・意欲・態度	生活を工夫し 創造する能力	生活の技能	生活や技術について の知識・理解
日常食の調理と地域の食文化について関心をもって学習活動に取り組み、食生活をよりよくするために実践しようとしている。	日常食の調理と地域の食文化について課題を見付け、その解決を目指して自分なりに工夫し創造している。	日常食や地域の食材を生かした調理に関する基礎的・基本的な技術を身に付けている。	地域の食文化の意義について理解を深めるとともに、日常食や地域の食材を生かした調理に関する基礎的・基本的な知識を身に付けている。

5 題材の指導計画（全3時間）

○「実生活で活用しよう」

—我が家の食生活の問題点を改善しよう— 〈 B 食生活と自立 (3)ウ 〉

指導内容	時間	指導内容	指導項目
1 問題点の改善方法を計画しよう	1	・自分や家族の食生活の問題点の改善のための方法を考えさせる。(本時 1/1)	B (3)ウ
2 実践発表会をしよう	2	・自分が実践した成果をまとめて、発表させる。	B (3)ウ

6 題材の指導内容と評価計画

○「実生活で活用しよう」

—我が家の食生活の問題点を改善しよう— 〈 B 食生活と自立 (3)ウ 〉

指導内容	時間	具体の評価規準			
		関心・意欲・態度	工夫・創造	生活の技能	知識・理解
○食生活の問題点の改善方法を計画しよう	1	○自分や家族の食生活をよりよくすることに関心をもち、問題点を改善するための計画に取り組もうとしている。	○自分や家族の食生活の問題点を見付け、その改善を目指して計画を自分なりに工夫している。		
○実践発表会をしよう	2	○問題点の改善のための方法の実践発表から、自分の家庭での実践につなげようとする態度が見られる。	○問題点の改善のための実践成果と課題について、理解しやすいようにまとめたり、発表したりしている。		

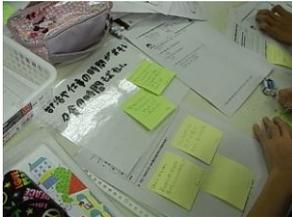
7 本時の指導計画

(1) 本時の指導目標

- 自分や家族の食生活をよりよくすることに関心をもち、問題点を改善するために、これまでに学習した事項を基に計画に取り組もうとしている。 **【関心・意欲・態度】**
- 自分や家族の食生活の問題点の改善を目指して、家庭での実践計画を自分なりに工夫している。 **【工夫・創造】**

(2) 本時の学習指導過程

	学習活動	教師の指導・支援	評価・資料
課題の把握	1 本時の課題を知る。		
	○我が家の食生活の問題点を改善するための計画を立てよう		
課題解決の準備	2 前時の学習を振り返り、学んだことを確認する。	・前時のワークシートを利用してよいことを伝える。	・前時のワークシート
	3 自分や家族の食生活で改善したい問題点を整理し、ワークシートに記入する。	・前時のワークシートを確認させる。 ・ワークシートの記入は、最も改善したいものから順に記入させるようにする。実践化の見通しや解決の難易度を考慮させる。	・ワークシート 
	4 最も改善したい問題点をグループ内で発表し、お互いの改善のためにアドバイスを伝え合う。	・自分が最も改善したい問題点をホワイトボードに書き、グループ内で発表させる。 ・発表を聞いて、友達が実践できることを計画できるように、改善のためのアドバイスを付せん（クリーム）に書き、相手に渡させる。 	
	5 友達のアドバイスを生かし、自分や家族の食生活の問題点の改善方法を考え、ワークシートに記入する。 	・問題点の改善につながるような具体的な手立ての方法を考えて、計画するように指示する。 ・ワークシートは、改善の手立てが記入しやすいように、項目を分けておく。 ・机間指導をし、計画が進むように言葉掛けをする。	<b>【関心・意欲・態度】</b> ・自分や家族の食生活をよりよくすることに関心をもち、問題点を改善するために、これまでに学習した事項を基に計画に取り組もうとしている。（観察）

	<p>6 グループで、自分の計画を紹介し合い、必要であれば修正をする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・改善方法が浮かばない生徒には、学習ノートなどを確認し、参考にするように言葉掛けをする。</li> <li>・発表を聞いて、友達が参考にできるように、アドバイスを付せん（グリーン）に書き相手に渡させる。</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の計画を修正する場合は、新たな内容を付せん（ピンク）に書いて貼り付けさせる。</li> </ul>	<p><b>【工夫・創造】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分や家族の食生活の問題点の改善を目指して、家庭での実践計画を自分なりに工夫している。（ワークシート）</li> </ul>
<p>評価・実践化</p>	<p>7 本時の内容をまとめる。</p> <p>8 次時の実践発表会のためのまとめ方の確認をする。</p> <p>9 次時の学習内容を知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシートを見ながら、本時の学習内容を確認させ、家庭実践へつながるように配慮する。</li> <li>・実践したことは、実践発表会までに、記録用ワークシートにまとめておくことを確認し、記録用ワークシートは、そのまま掲示することを伝えておく。</li> <li>・ワークシート記入のポイントをもとめた資料を配付する。</li> <li>・発表準備のために、発表ポイントをまとめた資料を配付する。</li> <li>・次時は、実践発表会なので、発表の準備をしておくことを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録用ワークシート</li> <li>・記入ポイントをまとめた配付資料</li> <li>・発表ポイントをまとめた配付資料</li> </ul>

# 我が家の食生活の問題点を改善する方法を考えよう

月 日

組 号 氏名 \_\_\_\_\_

**1 自分や家族の食生活で、改善したほうがよいと思う問題点を、整理して書いてみよう。**

早く改善したいものから順番に書こう！



**NO 1**

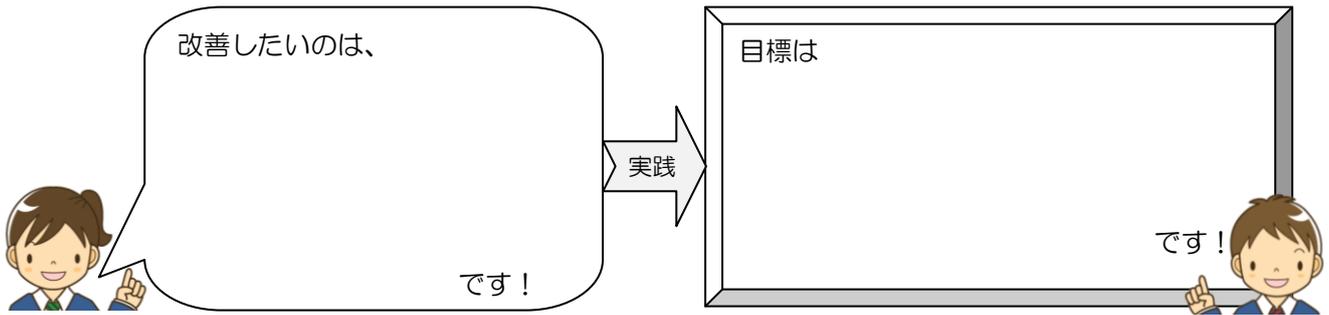
**NO 2**

**NO 3**

**※ グループのメンバーから渡されたアドバイスはこれだ！**

※グループのメンバーから渡された付せん紙（クリーム）を貼る

2 自分や家族の食生活の問題点の改善方法を考えよう。 号 氏名 \_\_\_\_\_



- 1 期日や期間（問題点に合わせていつ頃、いつからいつまで・・・など）
- 2 場所（家庭や学校、その他指定の場所など）
- 3 協力者（協力をしてもらおう相手など）
- 4 方法（何をどのように行うか、どのような方法で行うか・・・など）

※自分の計画の修正があれば、付せん紙（ピンク）に記入して貼る。

号 氏名 \_\_\_\_\_

わくが足りなかったら、  
ここにも書いていいよ！



※グループのメンバーから渡された付せん紙（グリーン）を貼る

**家庭での実践のために、意気込みを書いておこう。**



月 日

