

家庭科「家庭基礎」授業実践紹介

授業者：西田 幸美

学 年：普通科1年

単元名：生活の自立及び消費と環境～食事と健康～

単元のねらい（7つのチカラ：自分を理解する力、考える力、行動する力、コミュニケーション力、チームワーク力、自立する力）

- ・健康で安全な食生活を営むために必要な栄養、食品、調理及び食品衛生などの基礎的・基本的な知識と技術を習得する。
- ・生涯を見通した食生活を営むことができる。

単元の流れ

- ① 家族の栄養と食事について、各自の食生活を振り返り、課題を見つけよう。【3時間】
- ② 安全・食品衛生に留意した食品を選ぶときの注意点について考えよう。【1時間】
- ③ 調理実習を実施するうえで、安全・食品衛生について注意することを考えよう。【1時間】
- ④ 安全・食品衛生に留意しながら、昼食献立を調理しよう。【2時間】
- ⑤ 家族の食事計画を考えよう。【2時間】
- ⑥ 持続可能な食生活を目指して、各自の食生活を振り返り、課題を見つけよう。【1時間】
- ⑦ 日本の伝統的な食文化について、海外の高校生に紹介しよう。【2時間】
- ⑧ 和気町の栄養士さんと一緒に、朝食について考えよう。【2時間】
- ⑨ パフォーマンス課題の実施状況について、クラスで発表しよう。【2時間】

- ③ iPadで実習内容を確認しながら注意点を考え、話し合っている様子



- ③ iPadを使い、班で話し合った結果を発表している様子



パフォーマンス課題

あなたは海外姉妹校の生徒をホームステイで受け入れることになりました。その時、家族と一緒に食べる食事の献立を考え、安全と食品衛生に注意して、実際に朝食と夕食を調理してみよう。

【条件1】ホームステイする生徒は年齢・性別・活動量はあなたと同じです。

【条件2】中食（なかしょく）・外食はせず、朝食・昼食・夕食を内食（うちしょく）します。

【条件3】家族の人ではなく、主にあなたが調理します。

【条件4】昼食献立は実習2の献立と同じとします。

【手順1】考えた朝食・夕食献立は冬休み中に家庭で調理し、盛り付け・配膳した写真（今回は位置情報を付ける）と家族の感想を提出する。

【手順2】一日分のレシピをまとめ、3学期の授業でプレゼンする。

単元を通して身につけてほしいこと

- ・栄養、食品、調理の学習を通して身につけた知識・技術を生かして、食に関わる情報を適切に判断し、生涯を見通した、健康で安全な食生活を営むことができるようになってほしいと願っています。

実践の背景

- 高校生になると、給食がなくなり、自分で昼食をコンビニや食堂で選んで食べる機会が増えてくる。選び方は、栄養や活動量のことは考えず、食欲を満たすだけの食事内容になっている生徒が多い。また、食に関する情報は雑誌やTV、ネットで氾濫しており、その中から正しい情報を適切に判断することが難しくなっている。学習を通して身につけた知識や技術を生かして、生涯を見通した、健康で安全な食生活を営むことができるようになってほしいと思い、授業を組み立てた。
- 本校は、国際交流の機会があり、ホームステイをお願いすることもあるが、生徒が受け入れを希望しても、保護者の同意が得られないことがある。「何を食べさせてあげればいいのか分からない。」とされている保護者がおり、そのような時に生徒自身が「食事は自分が料理するから大丈夫だよ。」と言えるようになって欲しいと思い、このパフォーマンス課題を設定した。

授業改善のアプローチ

- 単元の最初に、パフォーマンス課題について説明し、ゴールを明確に意識できるようにした。また、パフォーマンス課題に取り組む時に学習内容が振り返りやすいよう、OPPシートには「自分の生活で改善できることや気をつけること」を意識させながら記入させている。
- パフォーマンス課題に取り組む時に役立ちそうな資料や学習内容のまとめはできるだけiPadに保存させ、手軽に再確認できるようにしている。
- 授業では班活動も取り入れ、自分の考えを伝えたり、人の意見を聞いて自分の考えと比べたりできる機会を取り入れている。また、班で話し合ったことを発表する時にはiPadを使用して、パフォーマンス課題の発表時にiPad(Keynote)でまとめ・発表する練習もできるようにしている。

生徒の変容

- ・ 最初は授業の振り返りが「○○について、分かった」という内容だった生徒が「朝食を食べないことが多かったけれど、今日の授業で朝食の大切さを知ったので、しっかり食べようと思った」、「部活動の練習後には、筋肉を修復できる食べ物を考えて食べようと思った」、「サッカーの試合の日の朝は炭水化物を意識して食べたい」と、自分の生活を振り返りながら記入できるようになった。
- ・ 今までは、食品衛生について学習した後に調理実習を行っても、調理途中の手洗いや生肉を扱った後の器具の洗浄及び手洗いは教師が実習中に何度も注意して、やっとできる程度であったが、実習前に自分たちで作業内容を確認し、注意点を考えたことで、教師が注意しなくても、自分たちでしっかりと食品衛生を意識して、調理実習に取り組んでいた。

パフォーマンス課題の評価

	2	1	0
家族の献立計画	課題設定内容と学習内容を十分に考慮している。	学習内容を考慮している。	学習内容を考慮していない、または不十分である。
献立の調理	課題設定内容と学習内容を十分に考慮し、実施している。	学習内容を考慮し、実施している。	家庭で調理を一部しか実施していない。
まとめと発表	まとめに工夫があり、実施内容を分かりやすくまとめている。	実施内容をまとめている。	実施内容のまとめが分かりにくく、不十分である。
		写真と家族の感想がある。	写真または家族の感想の一方がない。
	スライドを効果的に利用している。	スライドを利用している。	スライドを利用していない。
	聞き手の反応を見ながら、伝わる大きさの声で発表できる。	伝わる大きさの声で発表できる。	声が小さく、発表が聞き取りにくい。

なお、学期の評価は定期テスト50%、OPPシート・学習ノートの取組み10%、パフォーマンス課題の取組み・発表40%で行います。