

福岡市教育センター G 研研究主題

家庭生活を豊かにするための実践力をはぐくむ学習活動の在り方
— 目標設定力が身に付く指導と評価の工夫 —

中学校 第1学年2組 家庭科学習指導案

1. 題材名「料理オリンピック」 ～めざそう、金メダル！～ (8時間)

2. 指導観

- 現代の豊かになった食生活においては、食文化、食産業ともに発展し、多様な食品や食サービスが出回っている。そのため、消費者は簡単に、安く、おいしい食べ物が手に入るようになった。その一方で、食品添加物や農薬、遺伝子組み換え食品、BSE等の問題があらわれて食の安全に注目が集まり、スローフードや手作り志向といったライフスタイルの在り方も問われるようになってきた。また、男女が共に働き、家事も平等に行うという社会の流れも見え始めている。このような社会の中で、楽しく豊かで自立した生活を送っていくためには、正しい食の知識をもって食品や食サービスを選ぶことやおいしい物を効率よく、無駄なく作ることできる知識や技術を身に付けることが大切であると考え。

そこで、本題材では日常食の調理が確実に手際よくできるための基礎的な知識と技術を習得させ、日常生活の中で進んで簡単な食事をととのえようとする実践的な態度を養うことをねらいとしている。

また、本題材で取り上げる調理実習の中で、素材については、野菜や肉、魚の中でも生徒が日常食の中でよく食べている種類を選び、調理方法については、加熱調理の中でも基礎的な「炒める」「煮る」「焼く」方法を中心にして構成することとした。これは、生徒達にとって調理実習が「とにかく何か作って食べられたらいい」といった「お楽しみ」活動ではなく、調理の裏付けとなる科学的知識をふまえながら実習に結びつけやすい食材と調理方法だからである。そして、調理の知識や技術というものは、何度も経験し、練習を重ね、実践していく中でコツをつかみ、上達していくという特性をもっているため、前述のような基本的な題材を繰り返し家庭科授業の中にも組み入れていくことが効果的であると考え。

- 本学級の生徒の調理に関する実態調査から、週に1回以上料理やその手伝いをする生徒が3分の1以上で、8割が「料理が好き」と答えており、小学校でも米飯・みそ汁・卵やジャガイモを使った簡単な料理などを作った経験があり、調理には親しんでいて体験度や関心は高い。一方、料理が嫌いな生徒に理由を聞くと、半数が「面倒だから」と答え、2割が「上手くできないから」と答えた。また、過去の失敗経験から「包丁がこわい」という生徒も14%いた。自分の腕前については「自信あり」が3割、「自信なし」が4割だが、「料理上手になりたい」生徒は94%で、苦手克服をしたい様子が伺えた。調理技能については、身近なのは「切る」や「炒める」だが、「煮る」や「蒸す」操作は馴染みが薄かった。また、これまでの失敗例を聞くと、味付けや加熱具合でのつまずきが多かった。

中学校では、この題材の前に、「健康に食べる」の学習内容として食事の役割、食品の栄養素、献立作成、食材（生鮮食品・加工食品）の選び方について学習している。また、調理に関しては、調理室の安全な使い方、計量の仕方、包丁の使い方などの学習としてオリエンテーリング形式の「調理室クイズ」と調理実習で「ピザとコンソメスープ」を調理している。

食生活に関する学習は生徒にとって身近な内容であり、特に調理実習は自分で作って食べられることもあって興味や関心が高く、意欲的に取り組んでいる。しかし、調理を毎日、しかも自分が中心になって、継続して繰り返し行っている生徒はごく一部であり、料理のポイントやコツがつかめないまま失敗する生徒も見られる。また、1回目の調理実習は班単位で実施したが、調理が得意な生徒や積極的な生徒に作業が集中して、全員が等しく体験できない場面も見られた。班で協力できた所も、調理の手順や能率を総合的に考えて一人で最初から最後まで作りあげるといふ力を付けることは難しく、実践力を養う視点からは好ましくない面もある。

- 指導にあたっては、生徒が意欲をもって取り組めるように「料理オリンピック」と名付けた題材にした。料理課題を設け、調理技能によって金・銀・銅の賞が与えられるようにし、各段階はステップ化して自己評価が行いやすい工夫をし、自分の目標レベルに向かって調理のための知識や技術を身に付けられるように構成した。

評価基準が生徒にわかりやすい形で示されることによって、生徒自身が現時点での自分の力を振り返り、知ることができる。その上で自分にあった目標を立て、それを達成するための手だてを考える一助となると考える。また、その目標レベルは少し練習すればクリアできる内容にし、それを階段状にステップ化して構成する。それによって、明確になった目標を一つずつ達成することが可能になり、これを繰り返すことによって、調理技能が少しずつ上達していき、最終的には習得した知識と技術を家庭生活の中でも生かすことができるようになる。と考える。

また、取り上げる技術内容としては、生徒に身近な「切る」「炒める」に加え、基礎的な内容である、「煮る」「焼く」「蒸す」についても触れた。そして、生徒が自己評価する際に単に味が悪い、煮えていないというだけでなく、何が違っていたのか、過程の中のどこで間違っていたのか、明確に判定できるような評価基準づくりと、評価の記入方法を工夫して、次の成功への対策が立てやすいようにした。

そこでまず、「気付く」過程では、自分の現在の調理知識と技術の能力を知るための活動として「料理番付一覧表」を用いて客観的に自己評価を行う。その上で《予選》の課題「ベーコンポテト」の作り方とポイントをおさえ、生徒が各自で自己評価の結果をもとに目標と練習計画を立てられるようにする。また、導入として夏休みの課題で「切り方練習」レポートを実施しておき、練習時の失敗経験から生徒が自分の課題を明確にしたり、調理への興味や関心を高めたりするための準備段階として位置づけた。

「見通す」過程では、実際に「ベーコンポテト」を作ってみることで、自分の現在の調理能力を確認できるようにする。同時に友達の様子も評価し、友達からも評価を受け取ることになる。これにより、自分の能力を客観的に見取る力を付ける。

そして「さぐる」過程で、次への目標を設定する際に自分にあった適切な目標設定が可能になると考える。このとき、調理の技術を段階ごとにまとめた「ステップ表」と「評価表」を活用する。また、ここでは、《本選》としてさらに複雑な課題を3つ準備した。この3つは難易度別に3コースとし、スーパークラス：(アジのムニエルと酢の物) ハイクラス：(茶碗蒸し) ベーシッククラス：(豚汁) とした。生徒は実力に合わせて課題を選択できるようにし、自分の目標に向かって意欲をもって取り組めるように仕組んだ。この時にも「ステップ表」と「評価表」を活用する。このようにスパイラル的に同じ形式で難度を上げながら進めることで、目標設定力とひいては調理技術の向上につながっていくと考える。

「まとめる」過程では、より複雑になった自己評価に挑戦することで、さらに自分の到達度を見つめ直し、実践へつなげるために必要なことについて考えられるようにする。この時、最初につけた「料理番付一覧表」に戻り、自分の伸びにも注目させ到達した喜びも実感させたい。

「生かす」過程では、冬休み、春休みを利用して家庭で実践させる。それを料理レポートにまとめる。夏休みの事前のレポートとも比較して自分の伸びを確認させたい。

3. 目標

- 自分の技能にあった料理課題を選択することで、最適な目標を設定し、簡単な日常の食事を整えることができるようになる。
- 家族の一員として日常生活に役立つ調理の実践内容を考え、自分なりに食生活を工夫する。
- 日常食の調理に必要な基礎的な技術を身に付けることができる。
- 基礎的な「切り方」「加熱方法」「味付け」「盛りつけ」のポイントを説明することができる。

4. 学習計画（全8時間）

関：生活や技術への関心・意欲・態度
 技：生活の技能

工：生活を工夫し創造する能力
 知：生活や技術についての知識・理解

過程	配時	学習活動・内容	教師の支援と留意点	評価規準<評価方法>
	課外	1. 夏休みの課題を行う。 (1) 調理材料の切り方の練習とそれを使って料理をし，レポートにまとめる。 ・切り方練習と料理課題 ・レポートのまとめ		
気 付 く	2	1. 調理に関する知識と技術の確認をする。 (1) 料理の知識と技術の自己評価をする。 ・「料理番付一覧表」	・「料理番付一覧表」を解説しながら，これまでの学習内容を復習させるとともに，必要な料理知識を確認させる。 ・夏休みのレポートも一緒に振り返らせ，参考にさせる。	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 予選に向けて，重点目標を決め，練習計画を立てよう。 </div>				
		2. 「料理オリンピック」のオリエンテーションIを受ける。 (1) 「料理オリンピック」の目的と内容を知る。 (2) 《予選》の料理課題「ベーコンポテト」の内容と方法などについて知る。 ・料理課題の作り方・ポイント ・予選の進行方法・手順 ・予選での評価の仕方 (評価基準の理解) ○自己評価の方法 ○相互評価の方法 (3) 自己目標を設定し，練習計画を立てる。 ・自己重点目標の決定 ・練習計画	・パネルシアターを使って作り方とそのポイントを説明する。 ・ステップ表と評価プリントに沿って，具体例を示しながら評価の方法を説明する。 ・目標設定が難しい生徒には「料理番付一覧表」をもう一度振り返らせ，自分の課題を見つけれられるように促す。	知：ベーコンポテトの作り方とそのポイントをまとめている。 〈様相チェック〉 〈学習プリント分析〉 関：自分にあった目標を設定し，それに対する練習計画を立てようとしている。 〈学習プリント分析〉
		3. 「料理オリンピック」予選を行う。		

見 通 す	2	自分の目標を目指して、「ベーコンポテト」を作ろう。		
		(1) 《予選》料理課題の実習を行い試食する。 ・1人実習「ベーコンポテト」 ・待機生徒による実習内容の評価 ※1回14人ずつ実習 ※3回に分けて行う ※一人20分間 ・試食 ・調理室の片づけ (2) 自分の実習内容を振り返って自己評価を行う。 ・自己評価	・実習に必要な材料と道具を各実習台に準備しておく。 ・手順と重点目標を確認させておく。 ・振り返り学習に備えて活動の様子とできあがりをビデオで記録しておく。 ・ステップ表と評価プリントを使って、評価のポイントを再度押さえておく。 ・机間指導して、評価にとまどっている生徒にはステップ表により評価基準を再確認させる。 ・ステップ表と評価プリントに沿って評価を進めさせる。 ・教師による評価も色ペンで記入しておく。	技：調理のポイントをおさえて、手際よく実習することができる。 〈実習チェック〉 〈他者評価プリント分析〉 関：評価ポイントに沿って客観的に実習内容を評価している。 〈学習プリント分析〉
さ ぐ る	1	《本選》料理課題のポイントをマスターしよう。		
		4. 「料理オリンピック」オリエンテーションⅡを受ける。 (1) 《本選》料理課題の内容と方法などについて知る。 ・料理課題の作り方・ポイント ・本選の進行方法・手順 ・本選での評価の仕方（評価基準の理解） ○自己評価の方法 ○相互評価の方法	・パネルシアターや師範ビデオを使って作り方とそのポイントを説明する。 ・ステップ表と評価プリントに沿って、予選での方法も振り返らせながら評価の方法を説明する。	知：本選の料理課題の作り方とそのポイントをまとめている。 〈様相チェック〉 〈学習プリント分析〉
さ ぐ る	1	5. 「料理オリンピック」本選での自分の目標を設定する。		
	本時	自分の重点目標を決め、金メダルに向けて練習計画を立てよう。		
		(1) 予選を振り返る。 ・ビデオ視聴による実習内容の振り返り	・予選で撮影したビデオ「ここ見て！ビデオ」	

	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の実習内容の振り返り ・友達からのアドバイスシートの受け取り ・自己評価のまとめ (2)自己評価と他者評価からみえた自分の課題に気付く。 ・自分の課題記入 ・自分の課題発表 (3)自己目標と練習計画を立てる。 ・本選での挑戦課題と自己重点目標 ・練習計画 (4)目標の交流を行う。 ・友達の立てた目標・練習計画 (5)自己目標と練習計画の再考を行う。 ・友達の発表内容を参考にした目標設定と練習計画の再確認 ・料理本を使った調べ学習 	<ul style="list-style-type: none"> で予選を客観的に振り返らせ、良い点に気付かせて参考にさせる。 ・自分の課題が見えている生徒の例を発表させ、参考にさせる。 ・各課題とその目標を前面黒板に示し、より自分にあった課題を選択しやすくする。 ・プロジェクターを利用して、見本となる生徒の例を発表させる。 ・友達の発表例や料理本を参考にして効果的な練習計画につなげさせる。 	<p>関：自分にあつた目標を設定し、それに対する練習計画を立てようとしている。 〈学習プリント分析〉</p>
<p>さぐる</p>	<p>2</p> <p>6.「料理オリンピック」の本選を行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;"> <p>金メダルをめざして、手際よく、おいしい料理を作ろう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> (1)《本選》料理課題の実習を行い試食する。 ・課題料理の1人実習 ・待機生徒による実習内容の評価 <li style="padding-left: 20px;">※1回14人ずつ実習 <li style="padding-left: 20px;">※3回に分けて行う <li style="padding-left: 20px;">※一人25分間 ・試食 ・調理室の片づけ 	<ul style="list-style-type: none"> ・実習に必要な材料と道具を各実習台に準備しておく。 ・手順と重点目標を確認させておく。 ・評価に備えてできあがりカメラ記録しておく。 ・ステップ表と評価プリントを使って、評価のポイントを再度押さえておく ・机間指導して、評価にとまどっている生徒にはステップ表により評価基準を再確認させる。 	<p>技：調理のポイントをおさえて、手際よく実習することができる。 〈実習チェック〉 〈他者評価プリント分析〉</p>
<p>まとめる</p>	<ul style="list-style-type: none"> (2)本選を振り返る。 ・自分の実習内容の振り返りと自己評価 ・友達からのアドバイスシートの受け取り 	<ul style="list-style-type: none"> ・ステップ表と評価プリントに沿って評価を進めさせる。 	<p>関：評価ポイントに沿って客観的に実習内容を評価している。 〈学習プリント分析〉</p>

		(3) 自己評価と他者評価からみえた自分の課題に気付く。 ・「料理番付一覧表」への追加記入 (4) 「料理オリンピック」の感想と今後の家庭生活での目標を記入する。 ・感想と家庭での目標	・「料理番付一覧表」追加記入により，自分の伸びを意識させる。 ・実際の家庭での生活に役立つような目標を想起するように促す。	工：身に付けた知識・技術を生かした実践内容を考えることができる。 〈学習プリント分析〉
	事後	(3) 表彰を行う。 ・金メダル受賞者への表彰	・得点集計後，評価の返却と表彰を行う。	
	生 か す 課 外	1. 冬休み・春休みの課題を行う。 (1) 料理課題を実践する。 ・身に付けた知識と技術を生かした調理 ・レポートのまとめ	・「料理番付一覧表」で自分の到達度を見て，身に付けたものを確認させ，挑戦する料理の選択に役立たせる。	工：家族の一員として日常生活に役立つ実践ができた。 〈レポート分析〉

5. 本時 平成16年9月21日(火) 第5校時 計画(6/8) 1年2組教室にて

(1) 本時の主眼

○ 自分の技能に合った料理課題を選択し，自分に適した目標設定と練習計画を立てようとする事ができる。

(2) 本時指導の考え方

前時までに生徒は，「ベーコンポテト」の実習と「ステップ表」と「評価表」での評価活動を通して，自分の現在の調理能力について大まかにつかむことができている。

そこで本時では，友達からの他者評価の結果を受け取り，その内容も含めて自分の評価を修正する活動を行う。さらに，次の段階に進むために本選の課題を理解し，自分に合った目標の設定と目標達成のための練習計画を立てる。

この時に，スムーズに最適な目標設定ができるように次のような手立てを仕組んだ。

<手立て(1)> 予選「ステップ表」と「アドバイスカード」の活用

予選用の「ステップ表」により，調理技術を難易度によってステップ化し，自分の到達度にあわせて目標が明確になるようにした。また，予選での友達からの「アドバイスカード」によって自己評価だけでなく多面的に評価できるようにした。

<手立て(2)> 「ここ見て！ビデオ」の活用

予選時の様子を振り返るために活動時のビデオを活用する。切る，ゆでる，炒める，片づける等の段階別に編集し，良い点や改善した方がよい点に気付かせる。

<手立て(3)> 立てた目標を相互に交流する

本選に向けた目標のうち優れたものを発表させることによって，目標設定につまずいている生徒の参考にさせる。また，お互いの練習計画を知ることにより，意欲を高める。

(3) 準備

学習プリント：「ステップ表」(予選)，「アドバイスカード」(予選)，
「評価表」(予選，本選) (→拡大図を黒板掲示用に準備)

予選の様子ビデオ「ここ見て！ビデオ」，本選課題の見本写真，プロジェクター，料理の本

(4) 展開

関：生活や技術への関心・意欲・態度
技：生活の技能

工：生活を工夫し創造する能力
知：生活や技術についての知識・理解

過程	配時	学習活動・内容	教師の支援と留意点	評価規準（評価方法）
さ ぐ る	5	<p>1. 前時の学習内容を振り返り，本時学習のめあてを確認する。</p> <p>(1) 「料理オリンピック」本選の料理課題を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・《本選》料理課題 <p>(2) 学習のめあてを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・本選の内容と方法を前時の板書を示して確認させる。 ・料理課題の写真を示してイメージをもちやすくする。 	
		<p>めあて</p> <p>自分の重点目標を決め，金メダルに向けて練習計画を立てよう。</p>		
	15	<p>2. 予選の実習内容を振り返り，自己評価を行う。</p> <p>(1) 予選を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビデオ視聴による実習内容の振り返り ・気付きの発表 ・実習内容の振り返り ・友達からのアドバイスシートの受け取り ・自己評価のまとめ <p>(2) 自己評価と他者評価からみえた自分の課題に気付く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の課題記入 ・自分の課題発表 	<ul style="list-style-type: none"> ・予選で撮影したビデオ「ここ見て！ビデオ」で予選を客観的に振り返らせ，良い点に気付かせて参考にさせる。 ・アドバイスカードを交換させ，友達からのアドバイスを参考に実習を振り返らせる。 ・自分の課題が見えている生徒の例を発表させ，参考にさせる。 	
25	<p>3. 「料理オリンピック」本選での自分の目標を設定する。</p> <p>(1) 自己目標と練習計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本選での挑戦課題と自己重点目標 ・練習計画 <p>(2) 目標の交流を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達の立てた目標・練習計画 <p>(3) 自己目標と練習計画の再考を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達の発表内容を参考にした目標設定と練習計画の再確認 ・料理本を使った調べ学習 	<ul style="list-style-type: none"> ・各料理課題とその目標が明確になる評価表を前面黒板に示し，より自分にあった課題を選択しやすくする。 ・プロジェクターを利用して，自分に適した目標設定とその練習計画ができている生徒の例を発表させる。 ・料理の本も参考にして，ポイントの理解を深め，効果的な練習計画につなげさせる 		
5	<p>4. 《本選》実習の確認をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実習内容と準備物等の確認 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題別に再確認させる。 	<p>関：自分にあった目標を設定し，それに対する練習計画を立てようとしている。</p> <p>〈学習プリント分析〉</p>	