

弁当作りに挑戦しよう

1 単元について

(1) 生徒観

(2) 単元観

本単元は、学習指導要領の「B 衣食住の生活 イ 中学生の1日分の献立について考え、工夫すること (3) 日常食の調理と地域の食文化 イ 日常の1食分の調理について、食品の選択や調理の仕方、調理計画を考え、工夫すること。」「A 家族・家庭生活 (1) 自分の成長と家族・家庭生活 ア 家族や地域の人々と協力・協働して家庭生活を営む必要があることに気付くこと。」を受けて設定した。

弁当作りは、1食分の献立として栄養バランスや分量、献立の組み合わせなど、多面的、総合的に考えていく必要がある。日常食の調理に関する学習を通して習得した基礎的・基本的な知識及び技術を活用させる場として弁当作りは効果的である。また、家庭生活の課題と関連付けて、家庭でお互いの気持ちを考え、自らの食生活を主体的に考え、実践する意欲を高めることをねらいとする。

(3) 指導観

日常の自分や家族の食生活を振り返らせ、課題をもって学習活動に取り組ませたい。弁当を題材に献立作成や調理をより適切に行うことができるようにすることで、自分や家族の食生活を見直し、現在や将来にわたって、食生活を営んでいくための工夫や意欲向上が図れると考えた。食材の栄養的な特性を理解させるだけでなく、食事1食分を実際に整えるために、多面的、総合的に考え、知識を活用させることで、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、今後の食生活に生かせるような手立てを工夫していきたい。また、日々の弁当作りを気持ちよく行えるようにするために、家庭での家事分担についての課題を考える機会にしていきたい。

2 人権教育の視点

本単元では、食生活の日常食の調理としての弁当作りにおいて、調理計画を考え工夫する学習活動を通して、個別の人権課題の一つである「女性」に関連する内容を取り扱う。また、家族・家庭生活の単元における、家族や地域の人々と協力・協働して家庭生活を営む必要があるという内容にも触れ、男女が協力して、家族の一員としての役割を果たし家庭を築くことの大切さについて考えるきっかけとする。また、男女は互いに人格をもつ平等な存在であることに気付き、性別を問わず、一人一人が自己の幸福を実現できる家庭や社会の実現につながることに理解させる。

「人権教育を通じて育てたい資質・能力」（3つの側面）を次のように設定した。

知 識 的 側 面	家事分担の現状に関する知識
価値的・態度的側面	自他の価値を尊重しようとする意欲や態度
技 能 的 側 面	他者の痛みや感情を共感的に受容できるための想像力や感受性

3 単元の目標

日常の1食分の弁当作りを通して、調理に関する知識及び技能を身に付け、これからの生活を展望し、食生活の課題を解決する力を養い、食生活を工夫し創造しようとする実践的な態度を育成する。

4 単元の評価規準

ア 生活や技術への関心・意欲・態度	イ 生活を工夫し創造する能力	ウ 生活の技能	エ 生活や技術についての知識・理解
① 弁当の調理に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ている。	① 日常の1食分の献立について、条件を満たした献立を立てることができる。 ② 弁当作りについての課題を見つけ、その解決をめざして工夫し、調理計画を考える。	① 食材の調理上の性質を理解し、安全と衛生に留意して適切に調理する。 ② グループで協力・協働して、お互いに気持ちよく作業する。	① 日常の1食分の献立について、栄養バランスや献立の組み合わせ、食べる人に適した量、彩りなどを考える必要があることを知る。

5 本単元において育成しようとする資質・能力とのかかわり

※ 別紙「授業研究のための見とりの観点シート」を参照。

6 指導と評価の計画（全6時間 本時は3/6）

次	時	学 習 内 容	評 価	
			評 価 規 準・【評価方法】	資質・能力の 評価
1	1	<p style="text-align: center;">グループのみんなにばっちりな手作り弁当を作ろう</p> <p>課題の設定</p> <p>○グループの人の性別や年齢、好みを考え、献立1食分として、栄養バランス、献立の組み合わせ、彩り、季節感、地域の食材を取り入れるなどの条件を知る。（エキスパート活動）</p> <p>情報の収集・整理・分析</p> <p>○弁当の献立（1食分の献立）を立てる条件からその条件をすべて満たしたお弁当をイメージする。</p> <p>○条件を満たしたお弁当のモデルを作る。（ジグソー活動）</p> <p>表現</p>	<p>○日常の1食分の献立について、栄養バランスや献立の組み合わせ、食べる人に適した量、彩りなどを考える必要があることを知る。（エ①）【行動観察】</p> <p>○弁当作りについての課題を見つけ、その解決をめざして工夫し、調理計画を考える。（イ②）【記述内容・作品】</p>	<p>情報活用能力</p>

		○お弁当モデルを作った考え方を交流する。(クロストーク)		
1		○1食分の献立を立てるときの条件を考えて弁当の献立を立てる。 ○調理の作業分担をする。	○日常の1食分の献立について、条件を満たした献立を立てることができる。(イ①)【記述内容】	情報活用能力 主体性
1	(本時)	グループのみんなにばっちりな手作り弁当を作ろう 計画, 作る, 食べる, 片付けまでばっちりに…		
		課題の設定 ○献立作りをするときに考えてきた条件に加えて, 計画・作業段階から片づけまで「ばっちり」といえる弁当にするための条件を考えることを課題とする。		
		情報の収集 ○「お弁当作りの実態」「家事分担の意識」「平等な家事分担」について知る。(エキスパート活動)	○弁当の調理に関心を持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ている。 (ア①)【行動観察】	情報活用能力
		整理・分析 ○グループでお互いに気持ちよく弁当作りができるための条件を考える。(ジグソー活動)	○弁当作りについての課題を見つけ, その解決をめざして工夫し, 調理計画を考える。 (イ②)【行動観察】	主体性
		表現 ○グループでお互いに気持ちよく弁当作りができるための条件を交流し, 深める。(クロストーク) ○調理の作業分担を見直す。		
2	2	○今まで学習した知識や考え方を生かして弁当作りをする。	○食材の調理上の性質を理解し, 安全と衛生に留意して適切に調理する。 (ウ①)【行動観察・作品】 ○グループで協力・協働して, お互いに気持ちよく作業する。 (ウ②)【行動観察】	主体性
3	1	○弁当作りの振り返りをする。	○弁当の調理に関心を持って学習活動を取り組み, 食生活をよりよくするための実践について考えている。 (ア①)【行動観察】	主体性

学校名： 広島県安芸太田町安芸太田中学校 授業者： 武山 亮子

授業日時	令和元年	教科・科目	家庭
学年・年次	第2学年	児童生徒数	
実施内容	グループのみんなに ばっちりな手作り お弁当を考えよう	本時/この内容 を扱う全時数	3/6
教科書及び 教科書会社	東京書籍「新しい技術・家庭 家庭分野」 P82, 83		

<p>授業のねらい (本時の授業を通じて児童生徒に何を身につけてほしいかこの後どんな学習につなげるために行うか)</p> <p>弁当作りの条件を考えることを通して、1食の献立を整えるために大切なことを身につける。具体的には、弁当を食べる人にとって適切な量や栄養バランス、献立の組み合わせや彩り、好み、作業効率などを考える必要があることを理解する。また、自分の家庭を振り返り、食事作り、弁当づくりを普段、だれがやっているのかを意識し、お互いに気持ちよくできる家事分担について考える。</p>
<p>メインの課題 (授業の柱となる、シグソー活動で取り組む課題)</p> <p>グループのみんなにばっちりな手作りお弁当を考えよう</p>
<p>児童生徒の既有知識・学習の予想 (対象とする児童生徒が、授業の前の段階で上記の課題に対してどの程度の答えを出すことができそうか。また、どの点で困難でありそうか。)</p> <p>これまでの家庭科の授業では、5つの栄養素やそのはたらき、中学生の適切な摂取量について学習した。また、調理実習をする際、初めは1つの作業をするのにも時間がかかっていたが、回数を重ねるごとに、徐々に効率がよくなっている。</p> <p>よい弁当を作る条件として、栄養素や量、彩り、衛生面、詰め方などは出ると思う。自分が作ることを考えれば、手間がかからないものを提案することも考えられる。弁当の中身としての条件を満たしながら、それを気持ちよく作るためにはどうしたらよいか、エキスパート資料や話し合いから気づいてほしい。</p>
<p>期待する解答の要素 (本時の最後に児童生徒が上記の課題に答えるときに、話せるようになってほしいストーリー、答えに含まれてほしい要素。本時の学習内容の理解を評価するための規準)</p> <p>弁当を作るとき、負担が偏らないように時間内に効率よく作るにはどのように計画したらよいかを考え、話せるようになる。</p> <p>「家事はお互いの気持ちを考え、納得できるようにコミュニケーションを取ることが大事だと思った。」</p> <p>「現在は家の家事は〇〇にまかせっきりだが、自分もできるところをやってみようと思う。」</p>

「現在の家の家事分担は〇〇の負担が大きいと思うので、家族で話ができたらいいと思う。」
 「工夫して家事を家族で楽しめるようにしていきたい。」
 「家庭によっては色々な状況があることがわかった。将来、お互いに満足できるようにやっていきたい。」など

各エキスパート（対象の児童生徒が授業の最後に期待する解答の要素を満たした解答を出すために、各エキスパートで抑えたいポイント、そのために扱う内容・活動を書いてください）

エキスパートA「お弁当作りの実態」

お弁当に関するアンケート調査から男女の家事分担の実態を知る。

エキスパートB「家事分担の意識」

洗剤のCMから、昔と今とで家事分担の意識がどのように変化したかを考える。

エキスパートC「平等な家事分担」

社会人アンケートの意見から、弁当作りなどの家事分担を考えると、どのように分担したらお互いに気持ちよく家事ができるか考える。

シグソー法でわかったことを踏まえて次に取り組む課題・学習内容

弁当作りの作業分担を見直し、お互いに意見が出せる。その後の調理実習ではグループ内で協力し、お互いに気持ちよく制限時間内に弁当を作ることができる。

本時の学習と前時のつながり

時間	取り扱う内容・学習活動	到達してほしい目安
これまで	弁当の献立（1食分の食事）の条件を知る	1食分の食事の栄養バランスや献立の組み合わせ、彩りなど、よりよい弁当の条件を知る。
前時	弁当の献立を立てる	今まで学習した弁当の献立の条件に加え、手順や衛生面も考慮して、弁当の献立を立てる。
本時	弁当作りの準備・計画	よりよいお弁当を気持ちよく作るために、グループでお互いの気持ちを考える必要があることを理解する。役割分担を見直す。
次時	弁当作り	食材の調理上の性質や作り方、弁当作りの条件を理解し、効率よく協力して弁当づくりができる。
この後	まとめ	弁当作りを通して、自分や家族の食生活についての課題や改善策を出す。

上記の一連の学習で目指すゴール

弁当作りを通して、食べる人の栄養バランスや量などを意識し、1食分の献立が立てられるようになる。また、家庭での食事作りを誰がしているかを意識し、食生活についての意識や家事分担について、課題や改善策を出すことができる。

本時の学習活動のデザイン

時間	学習活動	支援等
7分	<p>①導入</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「毎日お弁当が必要となったら…」を書く。 ・本日の学習課題を提示する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>課題：グループのみんなにばっちりな手作りお弁当を考えよう 計画，作る，食べる，片付けまでばっちりに…</p> </div>	<p>○前時までに学習したばっちりなお弁当の条件を確認する。</p> <p>○家庭でのお弁当作りに関わる家事を想定させて，ばっちりなお弁当にするために，大切にしたいことは何かを考えることを示す。</p>
13分	<p>②エキスパート活動</p> <p>A：「お弁当作りの実態」 B：「家事分担の意識」 C：「平等な家事分担」</p>	<p>○エキスパートそれぞれのポイントを押さえられるようにする。</p>
10分	<p>③ジグソー活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ばっちりなお弁当のもう1つの条件は何かを考える。 	<p>○エキスパート資料に関わる動画を見るようにする。</p> <p>○考えた理由も言えるように促す。</p>
15分	<p>④クロストーク</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各グループで話し合ったことを発表し，ばっちりなお弁当の最後の条件について全体で話し合い，1つにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>課題：お互いに気持ちよく弁当作りができるためにはどうしたらよいただろう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・弁当作りの作業分担を見直し，お互いに気持ちよく食事作りができるためにはどのようにしたらよいか話し合う。 	<p>○各グループに適した弁当になっているか，よい点，課題と理由，改善策も伝えるように支援する。</p>
5分	<p>⑤振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実際に家庭で食事を作るときの課題や解決策を考える。 	<p>○本時の問いを再確認し，自分の考えが書けるようにする。</p>

グループの組み方

ジグソー班	3人×2グループ，4人×1グループ
エキスパート活動	A：3人×1グループ B：3人×1グループ C：4人×1グループ