

第1学年B組 技術・家庭科授業案

日 時 平成28年2月8日3校時

場 所 被 服 室

授業者 伊奈 久美子

1 単 元 『食べる』ということ（食生活と自立Ⅱ）

2 単元の構想

(1) 本単元で目指す子どもの姿

食べることを通して、人が生きるために欠くことのできない食の大切さと、栄養面だけでなく道徳的な観点からも食文化について考え、これからの生活に主体的に実践できる子ども

(2) 本単元における研究仮説

子どもが食べることの意味を振り返り、食文化を考える授業を展開すれば、自分の食生活を見直し、自分や周りの人びとの食生活も考え、喜びを感じて食べることの価値に気づくだろう。

(3) 単元の設定期理

これからの家庭分野における課題はとて多い。少子高齢化による家族形態の変化、食生活の多様化、自然災害への対応や環境に配慮した住生活の充実、コストパフォーマンスの影響を受けやすい衣生活のこれからなど、子どもは生活の変化に対応していくだけでも大変な時代となっている。また、対応していくためには、自分の考えをいろいろな視点から捉えていくことが必要であると考え。そこで、これからの技術・家庭科では、子どもの情動的な部分を成長させることも大切なのではないかと考え、家庭分野に道徳的な要素を取り入れた単元を構想した。家庭分野の食生活の内容を軸に、道徳的な視点を取り入れた。また自分のことだけでなく、家族や地域の人びとなどの家族・家庭の分野や、また環境や遺伝子組み換えなどの消費生活の分野へも広げたいと考える。

子どもの給食での状況を見ると、嫌いなものは平気で残し、残菜が多いことが気になる。栄養士の方が子どもに必要な栄養素とバランスを考え、献立を決めてくれていることを把握できていないようである。また食べ方を見ても、骨付きの魚などは、骨のないところだけを食べ、後は残す、嫌いな食材だけよけて残すなど、作ってくれた人への配慮に欠けた言動が平気で行われているのが現状である。これは、普段から食にあまり興味がなく、そして好きなものだけを食べてきた生活がくみ取れる。また、世界へ目を向けると肥満を問題視している国もあれば、飢餓に苦しんでいる国もある。そこで、子どもに『食べる』ということを家庭分野と道徳から迫り、人が生きていくために欠くことのできない食生活のあり方だけでなく、『食べる』ということを多面的に捉えた考えを意見交流によってもつことができ、提案して実際に実践できる姿を期待したい。

(4) 具体的な支援の方法

子どもの心を揺さぶる資料の提示や意図的指名

ア. 子どもの食の概念を揺さぶるために、肥満の人の増加で悩んでいるアメリカで監督が、自らの体を使って、一ヶ月間三食全てをファーストフードの食事にかえたらどうなるかを実録した映画の一部を視聴する。

イ. 子どもの食の概念を揺さぶるために、野菜を取ることが栄養のバランスにつながると考えている生徒に、地域がら野菜が作れず、野菜を食べない国の食事を紹介する。

ウ. 子どもの食の概念を揺さぶるために『食べる』ということは、栄養を取るためや、健康を維持するためだけではないと感じ取ることのできる資料や1人調べで道徳的な視点から捉えた子どもの意見を意図的に指名する。

| 教師の具体的な支援方法 | <input type="checkbox"/> 思い・考え <input checked="" type="checkbox"/> 生徒の学び | 家庭分野の内容や道徳との関係性 |
|---|---|---|
| <p>☆子どもの心を揺さぶる資料の提示と意図的指名 ア. 近年国民の肥満を危惧するアメリカの監督自らが実録映画として制作した「スーパーサイズ・ミー」の一部を視聴する</p> | <p>食べることは好き 好き嫌いはある</p> <hr/> <p>一ヶ月三食ハンバーガーを食べ続けたらどうなるだろう ①</p> <p>不健康で病気になる 栄養のバランスが悪くなる メニューが豊富で人気だから耐えられる</p> <p>栄養のバランスが崩れないか。好き嫌いが多かったり野菜を食べなかったりすると体によくないのではないかと、調べたい②～④</p> | |
| <p>☆子どもの心を揺さぶる資料の提示と意図的指名 イ. イヌイットの野菜の中心が、摂る野菜と和食の野菜の異なる点や、外国より少ない野菜の摂取量を生徒と取りあげる</p> | <p>[健康] [栄養] [食文化]</p> <p>栄養の偏りは体にとって致命的だ 野菜には人間に必要な栄養素が豊富だ 外国でも注目されている和食が体によい</p> <p>糖尿病や高血圧、心臓病などを引き起こす 野菜は見た目や苦み、渋みが不人気の原因だ 一汁三菜が基本で野菜が中心で栄養のバランスがとれている</p> <p>健康状態が不安定に心も不安定になる 野菜をスイーツにしたら人気が出る 日本人の長寿は和食に関係がある</p> | <p>○身近な消費生活 ・遺伝子組み換え食品や現代の食を取りまく環境のことも意識できる</p> |
| <p>☆子どもの心を揺さぶる資料の提示と意図的指名 ウ. 食べるのが健康や栄養面だけではないことに気づかせるために、世界では、飢餓で苦しむ人がいることがわかる資料と道徳的な考えをもった子どもの意見を意図的に指名する</p> | <p>野菜を食べない国や、日本も決して野菜を多く摂取していないことがわかった。食べることの本当の意味は何だろう ⑤～⑧ (本時7校時)</p> <p>[調理実習で検証]</p> <p>健康面と栄養面を考えると、野菜を取り入れる必要がある</p> <p>[健康] [栄養] [食文化]</p> <p>高血圧を薬ではなく食材で治す リコピンの豊富なトマト 長寿県となった長野県の取り組みや食材に食べることのヒントがある</p> <p>↓ ↓ ↓</p> <p>タマネギの成分は血液をサラサラにし、流れをよくする トマトの苦手な人の酸味を調理で減らす工夫をした ↓</p> <p>和食は健康に良いが弱点は塩分 カロチンの豊富なのににんじんとピーマン ↓</p> <p>↓ ↓ ↓</p> <p>減塩の味噌汁は、ダシをしっかり出すとよかった 切り方の工夫で、苦みを抑えることができた ↓</p> <p>ファーストフードの弱点は高カロリー 野菜を他種類・量を多く取り入れる ↓</p> <p>↓ ↓ ↓</p> <p>500kcalでハンバーガーセットを作ることができた 洋風煮込みのラタトゥユという調理法で工夫できた 旬や地産地消を大切にして、安心・安全な伝統料理を受け継ぐことが大事である</p> | <p>○家族・家庭生活 ・自分のことだけではなく、身近な家族の食生活も考えることができる</p> |
| | <p>『食べる』ということには、栄養面や健康面を自分ごとだけではなく、国や環境が違っても、人の思いが関わる行為であることがわかった</p> | <p>☆道徳 ・食べるということには人の思いが大切な役目をはたしていると考えられることができる</p> |