

# 実践的・体験的な学習活動を生かした食に関する指導の工夫—地域の食材を使って調理しよう—

## ＜新学習指導要領の趣旨を具体化するための指導方法の工夫と改善＞

内容B「食生活と自立」(3)アイウの関連を図り、「地域の食材」を生かして題材を構成。調べ学習、献立作成、調理実習の実践を繰り返し行う等、実践的・体験的な学習活動を通して、自分の住む地域の食文化に関心を持ち、自分の食生活をよりよくしようとする能力を育てることをめざしている。新学習指導要領の改訂を踏まえ、基礎的・基本的な知識及び技術の習得をめざした指導、言語活動の充実をめざした指導、家庭や地域との連携を図った指導をポイントに工夫を行った。

### 1. はじめに

新学習指導要領改訂の趣旨 (i) 改善の基本方針には、「食事の役割や栄養・調理に関する内容を一層充実する」ことを求めており、(ii) 具体的事項として、「食生活の自立をめざし、中学生の栄養と献立、調理や食文化などに関する内容を一層充実する」とある。本稿では、新学習指導要領における新しい指導内容「地域の食文化」の実践について紹介する。

### 2. 実践事例について

#### (1) ねらい

生徒は、小学校で栄養や食品に関する学習をしているが、学んだ知識が実際の自分たちの食生活で生かされていないという課題が見受けられる。そこでここでは、新学習指導要領の改訂を踏まえた題材構成や学習指導の工夫を図り、実践的・体験的な学習活動を充実させることにより、生徒が食生活の自立に必要な基礎的・基本的な知識及び技術を、実感をもって学び、確実に身に付けさせるようにすることをねらいとした。

#### (2) 指導計画

##### 【題材名：地域の食材を使って調理しよう】

第1次 地域の食材を使って料理しようⅠ (3時間)  
 ・地域の農産物を知ろう—生産者を招いて—  
 ・地域でとれる野菜を用いて、具沢山のみそ汁を作ろう **実習1**



第2次 地域の食文化を知ろう (1時間)

※ 調べ学習は、長期休業中の課題とする  
 ・郷土料理について調べよう (図1)  
 ・地域の食文化、地域の食材を生かすことの意義について考えよう (学校での発表・相互評価)



第3次 地域の食材を生かした日常食の調理計画を立てよう (2時間)  
 ・地産地消クッキングを考えよう  
 ※ 夕食の献立を考える。主食はごはん、主菜は肉のしょうが焼きとする。



第4次 地域の食材を生かして料理しようⅡ (2時間)  
 ・地産地消クッキングに挑戦しよう **実習2**



第5次 **生活の課題と実践**  
 地域や季節の食材を生かした家庭での調理実践レポート (学校での発表・相互評価)

#### (3) 本取組の特徴

①基礎的・基本的な知識及び技術の習得をめざした指導  
 実際に地域の食材、季節の食材に触れる**実習1**から日常食の調理**実習2**へ向けて、小学校段階の学習を踏まえ、基礎的なものから応用的なものへ、簡単なものから難しいものへ献立の内容を発展させており、無理なく日常食の献立作成や調理などに関する実践的・体験的な学習活動が進められるよう配慮した。また、実際に地域の食材、季節の食材に触れ

ることで、実感を伴って、自分の住む地域の食文化に関心をもつことができるようにした。

## ②言語活動の充実をめざした指導

言語活動として、調べ学習やグループ学習により、話し合ったことや感じたことを自分の言葉で表現し、まとめる活動を取り入れている。

図1

郷土料理について調べよう！郷土料理を作ろう！		2年( )組 名前( )
料理名	完成の様子 (イラスト又は写真)	用いられている地域の特色ある食材、よく作る地域、食文化と生産とのかわり
材 料		作り手の思い・料理の由来、食べる季節、関係する行事など生活文化とのかわり
作り方		伝承の技：大切においしく食べる工夫を学ぶ (下ごしらえの工夫、加工法・保存法・調理法などの工夫、栄養バランスなど)
		感想 (わかったことや疑問に思ったこと、もっと知りたいこと、感じたことを書きましょう)

ワークシート(図1)には、生徒が地域の伝統的な郷土料理や郷土料理を調べてまとめるという言語活動を行うことにより、地域の食文化に関心を持ち、地域の食文化、地域の食材を生かすことの意義について理解し、他者に的確にわかりやすく伝えられるようにするために、次のような工夫を施している。

- ・郷土料理や行事食の調査に当たって、明確な目的や意図、視点をもたせること
- ・設定した目的や意図、視点に応じて情報を適切に取り出せること
- ・目的や意図、視点に応じて、調べた事実等を整理できるようにすること

郷土料理は、地域の食文化(地域の人々の暮らしの中から生まれ、地域の気候風土にはぐくまれた食材、食習慣、歴史、生活文化、地域の食料生産など)を背景として、長く地域に受け継がれてきた料理である。

地域の食材、季節の旬の食材を使うため、地産地消の観点から地球環境に配慮した料理になるだけで

なく多くの地域の特産物(特に野菜)を多く摂取できることなど、郷土料理は栄養面でも優れた内容になっている。また、食品の下処理、加工・調理にも工夫を凝らしており、安全に配慮した調理法、保存法など伝統的な調理方法から学べることは大変多い。

調べ学習の際に、以上のような郷土料理や行事食がもつ地域の食文化の良さについて、全ての生徒が様々な角度から考え、思考を深めることができるように、長期休業中の課題に用いるワークシートの中に予め、項目立てて取り入れている。

## ③家庭や地域との連携を図った指導

インタビュー等による家庭での調べ学習、ゲストティーチャーの招聘など、家庭や地域社会との連携を積極的に図り、効果的に学習が進められるよう配慮している。本実践事例学習後に、「生活の課題と実践」として「地域や季節の食材を生かした家庭での調理実践とレポート」を設定する。生徒が学習した内容を生活の中に生かし継続的に実践を行うことにより、知識や技術などの定着を図り、学習した内容を深化・発展させたり、生活の価値に気付かせたり、生活の自立や将来の生活への展望をもたせたい。スパイラルに学習を積み上げて、習得から活用、探究へとつなげる。

## 3. おわりに ー成果と今後の課題ー

今回、食に関する指導の工夫について、3つの重点ポイントを置き、実践を進めてきた。特に、調べたことをもとに献立を考え、自分たちが選んだ食材を用いて調理するなど、生徒が主体的に取り組める学習展開になるよう配慮したこと、実践的・体験的な学習活動を取り入れたことで、生徒の取組みがより活発になったと考える。また、調理体験の積み重ねにより、確実に生徒の調理技術は向上した。

しかし一方で、「生活の課題と実践」や思考力・判断力・表現力等をはぐくむ言語活動の在り方、特に課題設定の工夫や評価について、今後さらなる研究を進めていかなければならない。

### 参考文献・参考Webページなど

- ・中学校学習指導要領解説 技術・家庭編(平成20年9月)
- ・言語活動の充実について [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/genngo/1300990.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/genngo/1300990.htm)