

群 教 セ	G07 - 02
	平16.222集

これからの学校に求められる 食に関する指導プロジェクト



■主 題 調和のよい食事のとり方を身に付けさせる
小学校家庭科指導の工夫
— 学校給食の時間の活用を通して —

■特別研修員 米山 直美（中之条町立第二小学校）

■研究の概要 毎日全校児童が食べている給食を家庭科の食の指導の教材として活用した。栄養士により考えられた学校給食は正に調和のよい食事であり、毎日食べていることから身近に感じ、児童には共通の教材として取り上げられる。一日一回確保されている給食時間を食の指導の場面として設定すれば、家庭科の授業の学習内容も実践を伴い、より定着し、家庭での実践化が図れることと考えた。

■キーワード 【小学校 家庭科 食生活 学校給食 調理実習 食育】

I 本県児童の食生活の現状

社会の変化に伴い、食生活の在り方が大きく変化する中で食生活の乱れが深刻になってきている。児童に調和のよい食事のとり方を確実に身に付けさせることは、今日、国民的課題ともいわれている。

平成 15 年度の「群馬県児童生徒の食生活等実態調査」によると、小学校 5 年生について、図 1 に示すように食べ物の好き嫌いがある児童が多い。また、好き嫌いのある児童に



図 1 好き嫌いの有無

嫌いな食べ物を食事のときに食べるかをきいたところ、図 2 に示すとおりの結果であった。特に注目したいのは、学校では嫌いな食べ物でも食べるが家では食べないという児童が 14.4 % いることである（群馬県教育委員会スポーツ健康課調べ）。



図 2 児童が食事のとき嫌いな食べ物を食べるか

家族の生活リズムの違いから、個食や朝食の欠食がみられる家庭もあり、学校における食に関する指導の充実がこれまで以上に求められているといえる。

II 家庭科を核にした 食に関する指導の重要性

小学校家庭科では、全ての児童に自らが生涯にわたり望ましい食生活を送ることができるよう、基礎的な知識や技能を身に付けさせる必要がある。学習したことを確かな学力とするには、児童の実態からも家庭科の学習に学校給食を組み込み、食に関する指導を展開することが効果的であると考えます。

本研究では、学校給食の教材化を行い、家

庭科を中心に学校給食を生かした指導を行う。

III 研究のねらい

毎日食べている学校給食を教材化することで、児童に調和のよい食事のとり方が身に付くことを実践を通して明らかにする。

IV 研究の基本的な考え

1 教材化の視点

学校給食を、直接授業に取り入れる題材化と日常的に継続して指導に生かす活用の仕方と大きく二つに分け教材化を進める。

(1) 題材の見直しと学校給食との関連

調和のよい食事のとり方を理解させるために学校給食の「お楽しみ献立の日」を活用し、食に対する関心を高め献立作成学習に役立てる。

(2) 日常的・継続的指導のための教材

ア 学校給食献立表の活用

献立表に記述されている食品の体内での働きを「たべものクイズ」として定期的に出題し、授業後も知識理解の定着を図る。

イ 学校給食の果物ナイフの利用

児童が楽しみながら、調理技能を習得するための教材「あっぷるまる」を導入する。これにより、学校給食で果物が出される際に利用することができる果物ナイフの活用を積極的に進める。

2 学校給食を活用することの利点

(1) 日常の食事に関心をもつために

児童にとって共通の食事の場面である学校給食を取り入れることで家庭のプライバシーに配慮することなく指導が可能であり、学級で楽しく食べている経験を生かし食事への関心を高めることができる。

(2) 給食の献立

給食は児童の一日の所用栄養量の34～55%に設定され、成長期に必要な栄養素のうち、特に不足しがちな微量栄養素を補っているのので、給食の献立を教材化することは調和のよ

い食事のとり方を理解させるうえで役立つ。

(3) 献立表と一食分の概量

献立表から食品の体内での働きを読み取ることができ、実際に一人分の配膳された献立から一食分の概量を視覚的にとらえることができる。

V 学校給食の教材化

1 「なかに」の給食

本校、中之条町立第二小学校（通称「なかに」）の給食を次のようなキャッチフレーズを作り、食への関心を高め、調和のよい食事のとり方を理解させるための指導の目安とする。

なんでもたべよう

（偏食、少食の改善）

からだのために

（自己管理能力の育成）

にこにこえがおで

（賞賛の場としての食の指導）

中二（なかに）のきゅうしょく

(1) なかに「お楽しみ献立（自分で作るお弁当の日）」

本校の給食センターでは、毎月1回児童生徒により献立をリクエストできる「お楽しみ献立」の日が設定されている。同一の給食センターを利用している学校または幼稚園で順番に希望の献立を提出し、栄養士が調整を行い、その献立を給食センターで調理し、給食に出す。

本校のお楽しみ献立の月に、6年の題材「楽しい食事を工夫しよう」と関連させ、調和のよい1食分の食事を考え、給食センターに「お楽しみ献立」として提出する。その際に献立作成の能力を高めるため献立発表会を行い、栄養士にも同席してもらう。さらに児童には同様の献立を自作のお弁当にし、持参し給食の時間に試食することで家庭での実践化を図る。

(2) なかに「たべものクイズの日」

毎月一回発行されている献立表には、その日の献立名と食品名が記入されている。さら

に食品名についてはたんぱく質やビタミンといった食品群別に食品を分け、「体をつくるもとになる食品」など体内での働きとの関連を表にし示してある。この献立表の中で月に一度は「たべものクイズ」の日を設定し、その日の給食で使われていた食品は体内でどのような働きをしているのかクイズを出題する。そのため栄養士に協力依頼し、「たべものクイズ」の日は献立表に献立名と食品名のみ記述したものにしてもらう。

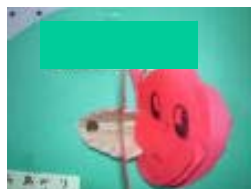
継続的に「たべものクイズ」をすることで赤、黄、緑に色分けされた給食黒板を見たり、日頃から献立表を読み取ろうとしたりするなど食に対する関心を高めることを目指す。

(3) なかに「あっぷるまる」

給食にりんごなど果物が出される日には5～6人に1本給食センターから果物ナイフが配られ利用することができる。果物ナイフの利用は自由であるが、「あっぷるまる」を導入し積極的に果物ナイフを使うようにする。

調理の際には包丁を使うが、児童にとってまな板においた野菜などを切ることより果物などを手に取り薄く皮をむくことは技術的に難しい。包丁を上手に使うためには、日頃から包丁を使う機会を増やし、練習する必要がある。しかし、包丁の扱いに慣れない児童は恐怖心や劣等感をもつことがある。そこで包丁より比較的扱いやすい果物ナイフを利用し、給食時間に果物の皮むきをする。

「あっぷるまる」はりんごの形をしたイラスト入りの赤いシートで果物の皮むきができたときに一枚ずつ配布する。継続的にシートを集めることで半円形の立体的な掲示物となるようにする。



(4) 指導の方法

本校は、全校一斉の食堂給食である。そのため日頃から食事時間に、教師が全校児童に話をする場面がある。

「お楽しみ献立」や「お弁当作りの日」の

実践は、6年生の取り組みではあるが、給食時間に全校児童に紹介する。

「たべものクイズ」は5・6年生は家庭科の授業を中心に行うが、全学年にもクイズプリントを配布する。月に一度解答や特徴のある食品については食事時間中（ほとんどの児童が食事が終わった頃）5分程度話をする。

果物ナイフは3年生以上から使用し、「あっぷるまる」も3年生以上を対象とする。継続的な指導により、調理の技能を確実に習得することができ食に対する関心も高まると考える。既に皮むきができる児童には、飾り包丁の仕方を紹介し挑戦させるようにする。果物の皮むきは、給食の配膳時間や食事時間に各自が自由に行う。皮むきや飾り包丁ができた児童には「あっぷるまる」のシートを休み時間に配布し、各自が所定の場所に掲示する。折を見てナイフの使い方や飾り包丁について一斉指導や個別指導を行う。

(5) 家庭科を中心とした食の指導

学習の定着を図るため本研究では、図3のように学校給食を教材化し実践する。

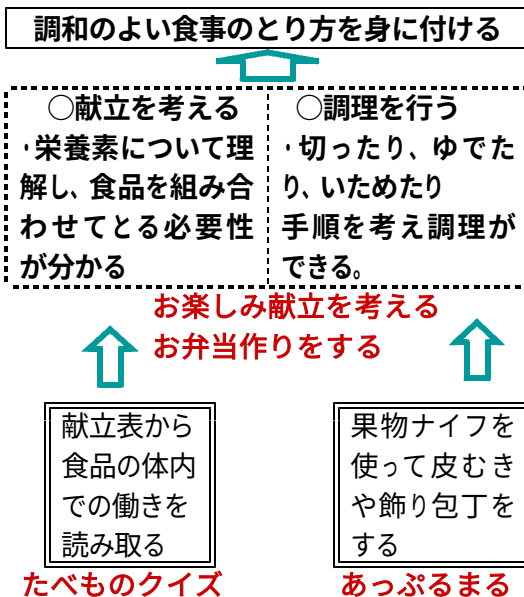
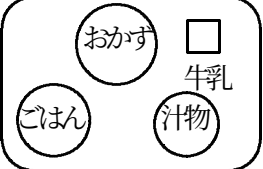


図3 学校給食との関連

VI 指導の実際

題材名「楽しい食事を工夫しよう」
6年A組 38名 10月～11月実施

1 自分でつくる「お弁当の日」

欄	学 習 活 動	児童の反応	学校給食との関連
1	○オリエンテーション (学習のめあてを知り、お弁当作りをすることやお楽しみ献立を考えることなど学習の内容を理解する。) ○食事調べ (お弁当作りや献立作りで役立てられるようにまず、自分の食生活をふり返る)	食事調べをしてみると ・朝食の食品数 ・昼食(給食)の食品数 ・夕食の食品数 「朝食は納豆、夕食はカレーだから給食が一番食品数が多い」 「今日の給食は17食品もあったんだ。」	 毎月1回のお楽しみ献立を11月は6年生が担当! お楽しみ献立の主食はごはんです。6年生はごはんのメニューを考えます。 (牛乳もです。)
2	○第1回お楽しみ献立作り (各自が1食分の食事、お楽しみ献立を作り、どういう観点でその献立を作成したか工夫したことを話し合う。) ○食事を作っている人へのインタビュー(インタビューは課題とする)	「牛丼が好きだから牛丼でいいや!」 「給食に牛丼だけなんて少ない!!」 「じゃ、あとは野菜とみそ汁とそれから・・・」 「それじゃ、どんなことに気を付けて献立を立てればいいのか、考えたり調べたりしてみよう。」	 給食のときの配膳の仕方を参考にすると、献立を考えやすいです。おかずはいつも何品かのせられています。
3	○食事作りで気を付けることの話し合い(前時の食事を作っている人へのインタビューを発表し合い、自分が作った献立をふり返る) ○給食献立表を読み取り(食事調べから食品数の多いことや給食センターの献立作成上の配慮事項を読み取る)	「家の人へのインタビュー」から ・栄養のバランスを考える ・野菜を多くする ・畑でとれた野菜を使う ・家族全員が食べられるもの など	 毎月の給食センターだより「すこやか」と献立表を読み、「すこやか」には献立作りのヒントがありました。献立表には毎日その日の給食のエネルギー、脂質、塩分量が書いてあります。
4	○第2回お楽しみ献立作り (グループで話し合い、お楽しみ献立を考え、もりつけ図、工夫したこと、気をつけること等学習ノートに記入する) (グループで話し合い、1食分の食品の分類、作る手順、おすすめポイントを学習ノートに記入する) (グループで協力し合い、もりつけ図、食品の分類、作る手順、おすすめポイントなどを発表用に模造紙や画用紙に記入する) (グループで分担し合い、お楽しみ献立について発表の練習をする)	グループ編成は生活班を活用 各班 6～7人で6グループに構成  (分担を決め掲示物作り) 発表時間は5分とし発表の練習 (司会・持ち手は1名とし、発表の役割決めや模造紙の掲示方法も各班で工夫)	家庭科の教科書はもちろん、給食献立表も児童にとってよい教材です。 発表は ○画用紙にもりつけ図 ○青い模造紙に食品の体内での働き ○黄色い模造紙に作り方 ○ピンクの模造紙におすすめポイント としたので給食もりつけ図や食品の色分けをみるために献立表が役立ちました。

8	○お楽しみ献立発表会	児童のワークシートの一例	
9	(グループごとに自分たちの献立について発表し合う) (グループごとの発表を受け、栄養士に助言してもらい、実際にお楽しみ献立やお弁当作りをするメニューを選ぶ)	・ハンバーグは作るのが難しそう ・献立の内容がおいしそうでよかった。でも作るのは難しそう。 ・油を使う料理が多い。油っこい。 ・ポテトサラダとフライドポテトは似ている。どちらかで・・・	栄養士さん登場 各グループの発表を聞いて質問をしてくれました。授業後にはお楽しみ献立を決定してくれます。
10	○お弁当作りのための話し合い (調理実習のグループ決めをする。なるべく少人数で、一人でも家庭で実習できることを想定する) (材料と持ち物の確認)	調理実習 決定したメニューは・ごはん ・卵焼き (スクランブルエッグや目玉焼きでも可) ・ポテトサラダ	※給食なしの日 (日曜学習参観日)を調理実習の日に設定。 他の学年の人は、お弁当持参ですが、6年生は自分が作ったお弁当を食べます。お弁当箱に作ったものを入れてみて分量を確認めます。それから「いただきます！」
11	○お弁当作り実習 (お楽しみ献立発表会で選んだメニューを調理実習する) (調理実習後お弁当箱にもりつけ、試食する)	 です。 後ろには保護者の方の姿も見えます。	
給食の時間	 6年生作成 お楽しみ献立の日 です。栄養士さんと相談し、この日の給食は かに玉丼 牛乳 ポテトサラダ なめこ汁 チーズクレープ です。		
	6年生は牛乳 なめこ汁 チーズクレープは  給食センターに用意してもらいました。 調理実習した献立と果物一品(自由)を持ってきて食べました。		
12	○まとめ(家庭生活での実践化への見直しを考える)	 「お弁当がおいしくできたから次は家の人にも作って食べてもらおう・・・」	実習の反省をします。お楽しみ献立の日にも栄養士さんが来校してお弁当を見てくれました。

2 「たべものクイズ」

題材名「作っておいしく食べよう」小題材名「なぜ食べるのだろう」

5年A組 21名 11月実施（2時間）

時間	学習内容	児童の反応	学校給食との関連
1	○食品を体内での主な働きにより3つのグループに分けてみる。 （グループは赤、黄色、緑の食品と色分け）	 「カードで練習したら、野菜はみんな体の調子を整える緑のグループってことが分かった。休み時間にも友達と問題を出し合って遊ぼう。」	 給食黒板にある食品カードを活用（一人ずつ黒板に貼りながらグループ分けを覚えました）
2	○今日の給食に使われている食品を調べて、体内での主な3つの働きのグループに分ける。	 「給食には赤、黄色、緑のどのグループにもたくさんの食品が使われていた。だから残さず食べなくちゃいけないんだ。」  「ぼくは、給食委員でいつも給食黒板を書く仕事をしているから得意だよ」	 その日の給食の食品をグループ分けしました。後で、献立表を見てグループ分けが正しかったか答え合わせもできました。



月に1回献立表に食品のグループ分けを自分でする日を設定。
繰り返し学習することで基礎・基本の定着を目指す。（5、6年生実施）

 赤 体をつくるもとになる食品		 緑 体の調子を整える食品		 黄 熱や力のもとになる食品	
1群 たんぱく質	2群 むきしつ	3群 カロチン	4群 ビタミン	5群 炭水化物	6群 脂肪
さば さつまあげ だいず あぶらあげ	牛乳 ひじき	にんじん ブロッコリー	きゅうり キャベツ コーン りんご	ごはん さとう さつまいも	あぶら



月に一日分栄養士に依頼し、
欄の枠組みをはずしたものを作成してもらう。

別紙、プリントを作成し
授業や給食時間に指導

「たべものクイズ」

ごはん ぎゅうにゅう さば ひじき あぶらあげ さつまあげ にんじん だいず
あぶら さとう きゅうり キャベツ コーン りんご さつまいも ブロッコリー

何色の食べ物になるか
分けてみましょう。



3 「あっぷるまる」を集めよう

なかに「あっぷるまる」

1 目的

- 果物ナイフを使う機会を積極的に設け、調理技術の向上を図る。
- 給食での地場産業食品の活用をもとに食に対する関心を高める。
- カードや掲示物を活用し、児童相互の評価や賞賛の場面を設ける。

2 期間及び時間

- ・2学期（8月～12月）果物（りんご、なし、キーウィ、柿）が給食に出される日
- ・月3回平均 のべ10回～15回予定
- ・給食の時間（配膳時間を含む）に皮むきをし、昼休み等にカードの記入を各自行う。

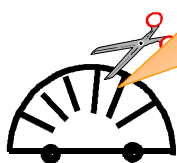
3 内容及び方法 対象学年

果物ナイフ使用学年（3、4、5、6年生）

- （1）果物の皮むきまたは飾り包丁を行う。
- （2）皮むきをグループの人や先生に見てもらう
- （3）上手に皮むきができたらカードに記入する。
（別紙参照「くだものの皮むきをしよう」）
- （4）「あっぷるまる」をもらう。
（りんご4分の1の形 赤いシート）
- （5）掲示板に「あっぷるまる」をはさむ。

あっぷるまるのひみつ

シートは赤い八つ切り色画用紙を16分の1の大きさに折りりんご型に切る。台座は段ボール使用。セロテープ大の円の大きさに切り、これをまず半分に。



円の外側から中心に向かいはさみで切り込みを入れる（8本位）内側から画鋸で壁面に貼る



- ①まず、カードに記入する。



- ②あっぷるまるシートをもらうので自分の場所にシートをはさむ。



食堂入り口には学年ごとにあっぷるまるの木コーナー。なんとりんごは立体的になります！

4 「あっぷるまる」について

- ・中之条町の特産物であり児童になじみのあるりんごと上手に出来たことの賞賛の○印を合せりんご型のシートを「あっぷるまる」と呼ぶ。
- ・「あっぷるまる」のイラスト描きは給食委員会の児童や高学年児童が行う。
- ・食堂内にコーナーを設け、対象学年の児童一人ひとりに「あっぷるまる」掲示場所を確保して継続し「あっぷるまる」を集められるようにする。

5 その他

- ・果物ナイフの利用は自由とし強制はしないが、家庭との連携を図り、家でもナイフや包丁の扱い方について練習するよう呼びかける。
- ・ナイフの安全な使い方や飾り包丁の仕方など給食時間や学活等で折に触れ指導するようする。

Ⅶ 結果と考察

1 自分で作る「お弁当の日」(6年生)

家庭科の授業では調理実習を行うが学校給食の時間と重複し、どちらかを食べきれないことや食事時間が2回にわたることがある。

「お弁当の日」を設定することで、児童がより真剣に食について考え、調理実習で確実に技能を身に付けさせることにつながった。また、献立を作成し発表し合ったが、栄養士も参加し、給食を作る立場から調和のよい食事作りについて助言する場面を設けた。以下は、授業後の栄養士の感想である。

先日は大変お世話になりました。少し感想を書かせていただきます。

栄養専門員 ○○ ○○

- 児童が示した献立について 内容 お弁当作り 発表等も含めて
 - ・各班とも自主的な取り組みがみられ、工夫された発表となっていました。
 - ・発表後には、活発な質問や意見交換がされ、ねらいへの理解に効果的でした
 - ・栄養のバランスのみでなく、効率さ(手順)、嗜好、彩りなどが献立作成にいかされたことは事前指導の成果と感じました。
 - ・自分で作るお弁当と給食のお楽しみ献立の作成を重ねた点は、児童の献立作成能力では、条件が多くなり、少し大変だったように思います。
 - ・学校給食の献立や学校栄養職員を授業に活用していただいたことは、給食への関心の高につながり、大変感謝しています。
- 今後、児童の食生活について 特に指導を必要と感ずること等について
 - ・児童の献立作成なので、嗜好や調理のしやすさが優先する内容だったのですが、この授業中で、児童の嗜好や家庭での食事の様子を少し感じることができました。例えば肉類や脂の多い献立を好み、魚類や緑黄色野菜の使用が少なく、調理法も、揚げる、炒めるなどの洋や中華が中心で、和える、煮るなどの脂質の摂取が少ない和食の献立がなかったことです。また、調理技能にも個人差があるように感じました。「調和のよい食事のとり方について、ここから指導が大切であり、また、具体的な実践への意欲づけも必要だと思いました。

献立発表会をもとに、お楽しみ献立として最も適した班の献立の一つを選ぶこと予定していた。しかし、児童の作成した献立の中には、ハンバーグやからあげなど生肉を扱い調理が難しいものも含まれていた。そこで、栄養士と話し合い比較的、どの班でも献立の一品として含まれている料理を組み合わせた。そこで6年生手作り弁当は次のように決定した。

- ・ごはん(ふりかけ、のりなど加えても構わない)
 - ・卵焼き(具は自由、目玉焼き、いり卵なども可)
 - ・ポテトサラダ(具は自由)
 - ・果物一種(りんご、みかんなど自由)
- ※果物はうさぎりんごやみかんのカットなど飾り包丁やお弁当に合う大きさに切るなど工夫が生かされるとよい。(なめこ汁 牛乳 クレープは給食センターで用意)



図4 6年生が作ったお弁当と給食

図4のお弁当には、お弁当箱の中に仕切りのカップを入れたり、しそふりかけをかけたたりして彩りを意識したものとなった。また、果物のりんごはうさぎりんごにし見栄えを考えて創意工夫したことが感じられる。

2 たべものクイズ

食品は体内での働きにより「体をつくるものになる（赤）」「体の調子を整える（緑）」「熱や力になる（黄）」の3つのグループに分けられる。これらの食品を組み合わせてとることが大切であり、献立作りでも栄養のバランスを考える際に食品のグループ分けを利用することは有効である。

しかし、6年生の児童は既習の学習事項である食品のグループ分けについて知識が定着していないと感じた。栄養士との話し合いの中からも「トマトは赤の食品」、「卵は黄色」などを見かけの色で判断しようとする傾向が見られがちであるということが分かった。

反面5年生では、理解が早く食品の働きを正確に分けることができている。小題材「なぜ食べるのだろう」の学習はけして児童にとって難しい内容ではないが、1度きりの学習であると、食品の体内での働きについて覚えたことを忘れてしまい、見た目の色で食品を色分けしがちである。

献立表から考えさせることや図5に示した給食黒板を見る習慣をつけることなど食についての関心が高まり、偏食改善の意義の理解にも役立った。

月に一度の指導を行うことで学習したことを実生活にも生かして、今日の「朝食は緑の食品がなかった。」という声も聞かれるようになった。栄養士と連携し、今後も献立表を活用を継続していくよう計画している。



図5 食堂前の給食黒板
(赤、緑、黄色に色分けされている)

3 あっぷるまる

現在、ほとんどの児童が果物ナイフを活用し、皮むきや飾り包丁に取り組んでいる。(皮むきをしない児童2名 その理由「皮ごと果物を食べたい」「食べるのに時間がかかり皮むきができない」) また、3・4年生の担任からは、果物ナイフの活用について次のような意見がよせられた。

3年生の担任より

・「夏休みに2学期から果物ナイフを使うので家で練習するようよびかけた。昨年担任した4年生より今年の3年生は断然上手に皮むきが できている。」

・「献立表を配ると子どもたちが一斉に果物でる日をチェックしていた。あっぷるまるをもうことをとても楽しみにしている。」

4年生の担任より

・「子どもたちがうさぎりんごや木の葉りんご作りたというので、見本を作って教えた。」

「あっぷるまる」掲示板隣には、うさぎりんごとを木の葉りんごの作り方や上手に皮むきできた児童の写真を掲示した(図6)。



図6 掲示資料の一部
うさぎりんごと木の葉りんご

VIII 研究の成果と今後の課題

1 家庭への実践化を図る

6年生が行ったお弁当作りは家庭での協力が大きい。調理実習でお弁当作りの実習を行ったが、当日は日曜授業参観で給食のない日に設定した。保護者の参観者が多く、時にはアドバイスをする場面もあり、「家でも先週子どもと一緒に作ってみた」という意見もあった。

また、本研究のお弁当作りの実習に備え、1学期から休日の朝食作りの課題を2回行

い、児童が家庭で調理する機会を設けていた。こういったことを繰り返すことで、よりスムーズに家庭でのお弁当作りが可能になったと考えられる。

2 児童の食生活の実態

児童が考えた献立にはやや驚かされる場面もあった。本校の地域性や児童の実態によるところもあるが、肉を使った調理が多いことや、油を多く摂取する調理方法が目立った。反面、海藻・小魚類など無機質の摂取はやや不足しておりお弁当という制限があったものの児童の嗜好が反映され、日頃の食生活がうかがえた。

2 班が考えた献立例

- ・ごはん ・ハンバーグ
- ・卵焼き ・みかん
- (野菜スープ 牛乳)
- (給食センターで用意)

また、これらの児童が考えた献立例を栄養計算ソフトを使い、レーダーチャートで視覚的に検証した。より具体的に栄養素の過不足を理解することができた。

3 創意工夫を生かして

お弁当作りを通し、地域素材を使ったり、家族の好みを生かしたりしようとする様子が見られたり、発表を聞き合う中で互いに食生活をよりよくする工夫が感じられた。また裏技と称し各家庭での食生活の工夫がそれぞれ披露されたりすることもあり、児童なりの創意工夫が生かされた授業となった。

調理実習でお弁当作りをしたときには、1時間の授業の中でポテトサラダのじゃがいもをゆでるのに時間がかかり、大変だということが分かった。そこで、多くの児童は前日にポテトサラダを作り、当日は忙しい朝の時間帯に作っておいた一品を入れていた。

実際のお弁当作りではお弁当箱に合わせ、果物をカットして入れているものや、仕切りトレイを入れきれいにもりつけているなど、同じメニューであっても個々のよさが発揮できていた。学習を通して、卵の調理、サラダ作りは確実に一人一人の児童が技能を習得す

ることができた。お弁当の日の当日、全員のお弁当箱にはふぞろいや焦げ目がついていても卵焼きや炒り卵がきちんとおさまっていた。果物に飾り包丁をしている児童もみられ、「あっぱるまる」により調理の技能にも関心がもてたようである。

4 日常的な食の指導から確かな学力を

本研究前には6年生でも、5年で既習した内容である食品の体内での働きについて十分な理解がされていなかった。献立作成をすることでその献立に必要な食品は体内でどのような働きをしているのかより定着することができたが、日々意識して食生活を見直していくためには、「たべものクイズ」を通し、給食献立表や給食黒板の活用が一層効果的であると思われる。

さらに「あっぱるまる」は立体的な掲示物で食堂入り口に置き全校が見やすいということもあり、特に3、4年生に好評であった。

3・4年生の果物の皮むきは直接的な評価が今できる分けではないが、果物ナイフから包丁やまな板の扱いへと日頃の実践が家庭科の学習に大いに役立つことは期待できる。

とはいえ、家庭科の学習は個々の児童の生活体験によるところが大きく、日頃から実践している児童は大人同様に調理技能が高いこともあるが、ごく簡単な作業を苦手とすることもある。全ての児童が確かな学力を身に付けるためには、学校生活の中でも学習したことを実践できる場を増やすことが必要であり、有効であるといえる。今後は、学校で行った実践について、家庭でも取り組むことができるようさらに改善を図りたい。

<参考文献>

- ・文部科学省「食に関する指導参考資料」(平成13年度)
- ・群馬県教育委員会スポーツ健康課「群馬県児童生徒の食生活等実態調査」(平成15年)