

家庭の見方・考え方を働かせた実践的・体験的な指導方法
～求められる資質・能力を見据えた3観点ごとの評価規準の作成を通して～

1 はじめに

平成30年告示の学習指導要領で専門教科「家庭」における見方・考え方は、生活産業に関する事象を協力・協働、健康・快適・安全、生活文化の伝承・創造、持続可能な社会の構築等の視点で捉え、生活の質の向上や社会の発展と関連付けることを意味している。この見方・考え方を働かせ、実践的・体験的な学習活動を行う等を通して、生活の質の向上と社会の発展を担う職業人としての必要な資質・能力を育成することが専門教科「家庭」の目標とされている。

本校では管理栄養士や栄養士、調理師、製菓衛生師等の食のスペシャリストを目指す生徒が多く選択するフードコースがある。このコースでは食を通して、人々の生活の質の向上と社会の発展を担う職業人としての必要な資質・能力を育成することを目標に学習している。

そこで本研究では、フードコース選択者を対象に科目「栄養」を通して、近年の生活習慣病の増加など、国民の栄養上の課題の解決に向けて、栄養に関する専門的な知識や関連する技術を習得し、栄養面で健康の保持増進を担う職業人としての意識を高め、栄養状態の改善や生活の質の向上に寄与することができる資質・能力を育成することを学習のねらいとした。

2 単元の概要

- (1) 科目名 栄養
- (2) 実施時期 2学期（9月中旬～11月末まで）
- (3) 対象生徒 生活文化科 第3学年フードコース選択者（男子2名、女子22名）
- (4) 使用教材 栄養（実教出版）、プレゼンテーション教材、ICT機器（教員用タブレット、生徒用タブレット、プロジェクター）、Microsoft Teams(以下「Teams」と表記)
- (5) 副教材 生活学N a v i（実況出版）
- (6) 単元名 「病態と栄養」

3 単元の目標

- (1) 栄養障害の食事や病態時の栄養について理解し、関連する技術を身に付けている。
【知識・技術】
- (2) 栄養障害の食事や病態時の栄養における課題を発見し、その解決に向けて考察する。
【思考力・判断力・表現力】
- (3) 栄養障害の食事や病態時の栄養について、自ら学び、健康の保持増進に主体的かつ協働的に取り組むことができる。
【主体的に学習に取り組む態度】

4 単元の評価規準

知識・技術	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
栄養障害の食事や病態時の栄養について理解し、病態栄養を踏まえた食事を調理することができる。	対象者の健康状態を踏まえ、食事や栄養面における課題を発見し、その解決に向けて考察し、その結果を資料にまとめ、分かりやすく説明している。	栄養障害の食事や病態時の栄養について、自ら学び、健康の保持増進に主体的かつ協働的に取り組もうとしている。

5 指導と評価の計画（全 21 時間）

1 節 栄養障害	2 時間
①栄養の不足による障害	(1 時間)
②栄養素の過剰による障害	(1 時間)
2 節 病態時の栄養	5 時間
①代謝性疾患と栄養	
②循環器の疾患と栄養	
③血液その他の疾患と栄養	
④肝臓・膵臓の疾患と栄養	
⑤腎臓の疾患と栄養	
⑥消化器の疾患と栄養	
3 節 食事療法	14 時間
①食事療法とは *調理実習：鉄欠乏性貧血時の食事	(3 時間)
②栄養補給法と食品交換表	
③各対象者に合った資料及び講習会内容の作成及び発表	(11 時間)

時間	学習活動	評価		備考 (・は評価規準、*は指導上の留意点を示す)
		観点	記録	
1 節 栄養障害 ①栄養の不足による障害 ②栄養素の過剰による障害 【ねらい】 栄養の過不足による障害(病気)について理解する。				
1 ・ 2	理解しよう1 ・病気と栄養障害の違いを理解し、エネルギーや栄養の過不足によって生じる病気について整理する。	知 ①	○	・エネルギーや栄養素の過不足によって生じる病気の原因と症状について理解している。 定期考査 *発展途上国だけではなく、日本で起こりうる栄養障害にも触れ、身近な問題であることを自覚させ、理解できるようにする。

<p>2節 病態時の栄養</p> <p>①代謝性疾患と栄養 ②循環器の疾病と栄養 ③血液その他の疾患と栄養</p> <p>④肝臓・膵臓の疾患と栄養 ⑤腎臓の疾患と栄養 ⑥消化器の疾患と栄養</p> <p>【ねらい】病態に応じた栄養の特徴と食事構成について理解し、栄養上の配慮事項について学びを深める。</p>				
3 7	<p>理解しよう2</p> <p>・病気の種類や発症するしくみ、原因となる事柄について理解をする。</p> <p>学びを深めよう1</p> <p>・病態に応じた栄養の特徴と食事構成について理解し、栄養上の配慮事項について主体的にまとめ、学びを深める。</p>	<p>知 ②</p> <p>態 ①</p> <p>知 ③</p>	<p>○</p> <p>○</p> <p>○</p>	<p>・病気が発症するしくみや原因物質、栄養上の問題点等について理解している。</p> <p style="text-align: right;">定期考査</p> <p>*プレゼンテーション教材を活用しながら身近な事例と関連させて取り上げ、栄養上の配慮事項にも触れて説明する。</p> <p>・病態に応じた栄養の特徴と栄養上の配慮事項について、学びを深めようと主体的に取り組んでいる。</p> <p style="text-align: center;">学習ノート(ポートフォリオ評価)</p> <p>*復習として、授業内容を学習ノートに毎時間まとめさせ、提出させる。その際、まとめ方や学びを深めるためのポイント等を説明し、自らの学習を調整しながら学ぼうとしているかどうか、意欲的な側面を評価する。</p> <p>・病態に応じた栄養上の配慮事項についてより深い知識が定着している。 定期考査</p> <p>*定期考査では事実的な知識の習得を問う問題と知識の概念的な理解を問う問題を出題し、より深い知識が定着しているかを評価する。</p>
<p>3節 食事療法</p> <p>①食事療法と栄養補給法 ②調理実習～病態食～</p> <p>【ねらい】食事療法を理解し、栄養上の配慮事項を踏まえて病態食を調理する。</p>				
8	<p>理解しよう3</p> <p>・栄養障害の治療を目指す食事療法と栄養補給法について理解する。</p>	<p>知 ④</p>	<p>○</p>	<p>・栄養障害の治療を目指す食事療法と栄養補給法について理解している。 定期考査</p>

9 10	<ul style="list-style-type: none"> ・鉄欠乏性貧血の栄養上の配慮事項 ・踏まえた病態食を調理する。 	知 ⑤	<ul style="list-style-type: none"> ・病態食にどのような栄養上の配慮がされているのか考え、調理法に気を配りながら正しく調理できている。 調理ノート * 栄養上の注意だけではなく、調理による栄養成分の変化にも触れつつ調理させる。
<p>3節 食事療法</p> <p>③対象者別、講習会内容及び資料の作成</p> <p>【ねらい】健康の保持増進のための課題を見だし、その解決に協働的に取り組む。</p>			
11	<p>考えよう1</p> <p>ワークシート①-1 (プリント)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者の健康保持増進のための課題を見つける。 	態 ②	<p>○</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者の健康保持増進について考え、疾病の特徴を考慮した上で栄養量や調理法、食品選択等、食事や栄養面における課題を見だし、その解決に主体的に取り組もうとしている。 ワークシート * 対象者は 40～50 歳代の男女で、「糖尿病」、「高血圧」、「脂質異常症（高脂血症）」の予備軍と設定する。この三つの疾病のうち、いずれか一つの疾病予防について取り組ませる。 * ワークシートを活用し、対象者への栄養上の配慮事項や疾病予防のための食事方針について伝えるべき事柄を考え、課題を見つけられるように促す。
12	<p>話し合おう1</p> <p>ワークシート①-2 (プリント)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者の健康保持増進のための食事や栄養面における課題の解決方法を考察し、まとめる。 ・対象者に疾病予防のための食事や栄養上の配慮事項についての伝達方法について検討する。 	思 ① 思 ②	<ul style="list-style-type: none"> ・疾病予防の食事や栄養面における課題解決方法について協働的に考え、まとめることができる。 ワークシート ・対象者へ配布する資料やプレゼンテーションについて内容を協働的に検討し、不足している情報はたくさんの資料の中から正しいデータを選択し、まとめている。 ワークシート * 1 グループ 4 人で取り組ませる。

<p>13 ・ 14 ・ 15 ・ 16</p>	<p><u>話し合おう2</u> ワークシート①-3,4・Teams ・対象者に疾病予防のための食事や 栄養面における配慮事項(食事方針) ・について資料とプレゼンテーション にまとめる。</p>	<p>思 ③</p>	<p>・資料やプレゼンテーションのスライドが 対象者に分かりやすく表現できている。 <u>資料・プレゼンテーション</u> *資料やプレゼンテーションはタブレッ トを使用して各自で作成させ,Teams にて グループ共有できるようにする。 *タブレット操作に慣れていない生徒に は,操作方法など個別に対応する。</p>
<p>17 ・ 18 ・ 19</p>	<p><u>学びを深めよう2</u> 発表I, 評価, 改善 ワークシート②③ (プリント) ・プレゼンテーションの実践 ・自己評価と他者評価 ・評価を踏まえて,資料や発表(説明) 内容の問題点を見だし,改善する。</p>	<p>態 ③ 態 ④</p>	<p>○ ・発表を聞き,対象者にとって健康の保持 増進に繋がるより良い資料やプレゼンテ ーションになっているか考え,自己評価と 他者評価を行っている。<u>ワークシート</u> ○ ・評価を踏まえて見いだした問題点を試行 錯誤しながら協働的に改善しようとして いる。<u>ワークシート</u> *ジグソー法に基づき,プレゼンテーショ ン内容と資料を各グループで説明をし,各 自評価を行う。 *作成した資料やプレゼンテーションは Teams で共有してみられるようする。 *傍聴者は患者になった気持ちで聴くよ うに指示し,評価を別のワークシートに記 入させる。 *一人ずつ担当を決め,グループで見いだ した課題の解決方法をもとに自らに与え られた課題に主体的に取り組ませる。</p>

20	考えよう2 発表II, 振り返り ワークシート④⑤ (プリント) ・プレゼンテーションの実施 ・学習内容を振り返る。	思 ④	○	・食事や栄養面における課題を見だし、対象者に合わせて分かりやすく説明している。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">資料・プレゼンテーション</div>
21				

6 評価例

【知識・技術】 5割

	「おおむね満足できる」 状況B	「十分満足できる」 状況A	「努力を要する」 状況Cと判断した生徒への 指導の手立て
1節	・エネルギーや栄養素の過不足によって生じる病気を概ね理解している。	・エネルギーや栄養素の過不足によって生じる病気の原因と症状について十分に理解している。	・教科書やプリントを活用して再度確認をさせる。
2節	・病気についての栄養上の問題点を理解している。	・病気が発症するしくみや原因物質、栄養上の問題点等について理解している。	・教科書を活用して再度確認をさせるとともに、ノートをしっかりまとめさせる。
	・病態に応じた栄養上の配慮事項について知識が定着している。	・病態に応じた栄養上の配慮事項についてより深い知識が定着している。	・教科書を活用して再度確認をさせるとともに、ノートをしっかりまとめさせる。
3節	・栄養障害の治療を目指す食事療法と栄養補給法について概ね理解している。	・栄養障害の治療を目指す食事療法と栄養補給法について十分に理解している。	・教科書を活用して再度確認させる。
	・病態食を栄養上の配慮を考へながら正しく調理できている。	・病態食にどのような栄養上の配慮がされているのか考へ、調理法に気を配りながら正しく調理できている。	・作り方と栄養上の配慮する要点を再確認させる。

【思考・判断・表現】 2割

	「おおむね満足できる」 状況B	「十分満足できる」 状況A	「努力を要する」 状況Cと判断した生徒への 指導の手立て
3節	・疾病予防の食事や栄養面における課題方法について考えている。	・疾病予防の食事や栄養面における課題解決方法について協働的に考え、まとめることができる。	・不十分な点を示し、考える手立てを与え、グループで再度話し合わせ、まとめさせる。
	・対象者へ配布する資料やプレゼンテーションについて内容を検討し、まとめている。	・対象者へ配布する資料やプレゼンテーションについて内容を協働的に検討し、不足している情報は調べ、まとめている。	・検討が不十分な点を示し、再度検討させる。
	・資料やプレゼンテーションのスライドが表現できている。	・資料やプレゼンテーションのスライドが対象者に分かりやすく表現できている。	・不十分な点を示し、訂正させる。
	・食事や栄養面における課題を見だし、対象者に説明している。	・食事や栄養面における課題を見だし、対象者に合わせて分かりやすく説明している。	・課題をもう一度見直させ、訂正させる。

【主体的に学習に取り組む態度】 3割

	「おおむね満足できる」 状況B	「十分満足できる」 状況A	「努力を要する」 状況Cと判断した生徒への 指導の手立て
2節	・病態に応じた栄養の特徴と栄養上の配慮事項について、学ぼうとしている。	・病態に応じた栄養の特徴と栄養上の配慮事項について、学びを深めようと主体的に取り組もうとしている。	・学習した内容について不足している部分をノートにまとめさせる。
3節	・対象者の健康保持増進について考え、食事や栄養面における課題を見だし、その解決に取り組もうとしている。	・対象者の健康保持増進について考え、疾病の特徴を考慮した上で栄養量や調理法、食品選択等、食事や栄養面における課題を見だし、その解決に主体的に取り組もうとしている。	・単元を復習させ、再度課題とその解決方法について考えさせる。
	・発表を聞き、自己評価と他者評価をしている。	・発表を聞き、対象者にとって健康の保持増進に繋がるより良い資料やプレゼンテーションになっているか考え、自己評価と他者評価をしようとしている。	・評価の意義を伝え、評価をやり直しさせる。
	・評価を踏まえて見いだした問題点を改善しようとしている。	・評価を踏まえて見いだした問題点を試行錯誤しながら協働的に改善しようとしている。	・問題点の抽出と改善方法について考え直させる。
	・学習を振り返り、食事療法や栄養面での予防法において配慮すべき点を考えている。	・学習を振り返り、食事療法や栄養面での予防法において配慮すべき点を考え、栄養面で健康の保持増進を担う職業人としての意識を高め、栄養状態の改善に寄与しようとしている。	・不十分な点を示し、書き直しをさせる。

7 授業の取組の様子

(1) 主体的に学習に取り組む態度

① 評価②について

ワークシート等には評価の観点表記していないが、授業の際に必ず主体的に取り組めるように具体例を挙げ、説明を加えた。例えば評価②では、「対象者の立場に立ち、栄養の知識がない中で疾病予防をしようと意識を変え、実践できるようにするためにはどうしたらよいただろう」と課題定義を明確にし、取り組みやすいように工夫した。しかし、漠然とした課題やその解決方法を挙げている生徒（おおむね満足できる）が多く、深く食事や栄養面について考えて課題定義できた生徒（十分満足できる）は少なかった。（参照A）

参照A：【評価②の生徒記入例】

課題の発見：対象者に「脂質異常症」の栄養と食事として伝えるべき事柄を考えよう。

《B：おおむね満足できる》を付けた生徒の記入

- 脂質異常症とは
- 原因
- 症状について（症状チェックができたらやる）
- 脂質異常症によっておこされる病気について

* 疾病の特徴や大まかな栄養・食事面での課題を記入している。

《A：十分満足できる》を付けた生徒の記入

- 魚に多く含まれる n-3 系脂肪酸の摂取を増やすとよい。
- どの脂質が異常かによって食事療法が変わる
- 過食や運動不足でエネルギーを過剰にとると中性脂肪がたまって脂質異常症になる危険性が高まる

* 栄養・食事面で対象者に伝えるべきことが明確に記入されており、課題解決へ向けてより具体化されている。

【評価②：評価規準】

「十分満足できる」 状況A	「おおむね満足できる」 状況B	「努力を要する」 状況C
対象者の健康保持増進について考え、疾病の特徴を考慮した上で栄養量や調理法、食品選択等、食事や栄養面における課題を見だし、その解決に主体的に取り組もうとしている。	対象者の健康保持増進について考え、食事や栄養面における課題を見だし、その解決に取り組もうとしている。	対象者の健康保持増進については考えているが、食事や栄養面における課題解決への取り組みが不十分である。

② 評価③について

自己評価だけでなく、他者評価を行うことで対象者の健康の保持増進に主体的かつ協働的に取り組むことができるようにした。生徒は他者の努力を認め、高評価をする傾向にあった。しかし、自己評価を見てみると厳しく、より良くなるように評価されていた。これらのことより、主体的に取り組むことはできるが、協働的となると遠慮をしてしまう傾向にあると感じた。対象者にとって健康の保持増進につながるより良い資料やプレゼンテーションになっているか考え、共により資料を完成させようとする協働的な態度を養うためにも更なる声かけが必要だと痛感した。(参照B)

参照B：【評価③の生徒記入例】

自己評価・他者評価：

プレゼンテーションや資料は対象者にとって健康保持増進につながるか、考えて評価しよう。

《A：十分満足できる》を付けた生徒の他者評価

②-2 なぜ②-1のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

たんぱく質の20%がどのくらい分からないから、献立例をつけるといいと思った。

例えば、食物繊維を1食でどれくらい摂るの？

→「野菜だったら1食分でこの程度」と例を挙げてイラストや写真付きで説明するとよい。

③-2 なぜ③-1のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

食事例だけでは伝わりにくいので、代用品など調味料の工夫を入れた方が気をつけようと思えると思う。

④-2 なぜ④-1のように思われましたか？アドバイスをしてあげてください。

対策までは分かりやすいけど、最後の2ページがインターネットの資料に頼っている感じがするので、自分たちのかみくだいた言葉で表現した方がより分かりやすいと思う。

*資料やプレゼンテーションの内容が、対象者が食事方針を理解し、健康の保持増進のための食事を継続できるように説明を加えてアドバイスをを行っている生徒にAを付けた。

【評価③】

「十分満足できる」 状況A	「おおむね満足できる」 状況B	「努力を要する」 状況C
発表を聞き、対象者にとって健康の保持増進につながるより良い資料やプレゼンテーションになっているか考え、自己評価と他者評価を行っている。	発表を聞き、自己評価と他者評価を行っている。	自己評価もしくは他者評価ができていない。

③ 評価⑤について

評価⑤については説明不足だったこともあり、栄養面での予防法ではなく、疾病の配慮すべき点を記入している生徒(努力を要する)が多く見られた。主体的に学習に取り組む態度を育成するためにはその都度、適切な問いかけが必要であると感じた。さらにこの問いに関しては職業人としての意識を高められているかを問うものとして評価を行ったが、傾向として管理栄養士を目指している生徒は職業人としての意識が高く見られた。(参照C)

参照C：【評価⑤の生徒記入例】

学習を振り返る：今後、あなたは栄養面で健康の保持増進を担う者としてどのような栄養改善を周囲の人に呼びかけていきますか。

《A：十分満足できる》を付けた生徒の記入

食べているもの+普段の生活について把握（話をきく）⇒問題点を見つける⇒改善方法
相手のし好（好きな食べ物とか、性格とか）にも合わせた無理なくできる改善を提案する。

病気にかかってしまうとどんな症状になってしまうのか伝え、それを予防・改善するためにはどのような食生活をすればいいのか、実際のレシピを用いて呼びかけていきたいです。聞く人の気持ちを一番に考えたいです。

*栄養面で健康の保持増進を担う職業人として、対象者の立場に立つことの大切さに気づき、それを踏まえて、栄養状態の改善に働きかけようとしている生徒にAを付けた。

【評価⑤】

「十分満足できる」 状況A	「おおむね満足できる」 状況B	「努力を要する」 状況C
学習を振り返り、食事療法や栄養面での予防法において配慮すべき点を考え、栄養面で健康の保持増進を担う職業人としての意識を高め、栄養状態の改善に寄与しようとしている。	学習を振り返り、食事療法や栄養面での予防法において配慮すべき点を考えている。	食事療法や栄養面での予防法において配慮すべき点を考えられていない。

8 成果と反省

本研究では令和4年度より施行される3観点の観点別評価規準について研究を行った。特に「主体的に学習に取り組む態度」の評価方法についての研究を中心に進めた。ポートフォリオや生徒の考え方の変化を問うワークシート等、さまざまな方法で評価できることが分かったと同時に、現行以上により詳細で計画的な指導計画を作成する必要があると改めて痛感した。本研究でも指導計画を見直ししながら改善していったが、生徒の実態に合わせて評価基準や評価方法の見直しをその都度行っていくことが大切であると改めて感じた。

また、本研究では、生徒の主体的に取り組むことを重視し、生徒に委譲しすぎたこともあり、生徒の発表内容が単元の目標から離れていってしまっていたことに気づくことが遅くなってしまった。また、教科書以外の主たる教科用図書だけでは単元の目標に達成することができない。しかし、生徒は教科用図書に基づいて資料製作を行っていたため、疾病の特徴が重要視させた発表になったと考察できる。そこで、当たり前ではあるが学習指導要領に基づいた授業計画を立て、単元の目標や本時のねらいを達成するために教科用図書の枠を超えて学びを深めることと、評価に基づいたワークシートを作成することが重要であると考えた。また、グループワークが長時間に渡るものであっても毎時間提出させ、フィードバックを適切に行うことで、学びのズレを修正することができると思う。生徒に委譲しすぎず、ある程度導いていくことでより深い学びへとつなげていく必要があると感じた。

最後に、令和4年度より3観点の観点別評価を行っていくことになるが、教科や単元の目標に基づいた評価方法を設定し、それに基づいた単元計画やワークシートの作成を進めていかなければならない。そのため、現在の生徒の実態を把握し、今できる最大限の準備を徹底し、来年度に備えていきたい。