

# 中学校家庭科における活用力を育むための パフォーマンス課題を取り入れた授業実践研究

英保 樹那  
教科領域コース

## I. はじめに

近年の複雑で激しく変化する社会を生きるためには知識や技能の習得に留まることなく、状況や課題に応じてそれらを活用する力や、他者とコミュニケーションをとりながら協働的に問題解決にあたる資質や能力が必要である。これからの学校教育では、基礎力、思考力、実践力からなる「21世紀型能力」を育成することが求められており、実生活において知識や技能を活用した問題解決への重要性が増しているといえる。2016年の中央教育審議会答申においても、学びの過程の見直しによって「主体的・対話的で深い学び」の実現を目指したアクティブラーニングの視点からの授業改善が求められている（中央教育審議会，2016）。また、平成29年告示中学校学習指導要領解説の技術・家庭編（家庭分野）における授業改善の視点では、知識及び技能などを実生活で活用できるようにするための内容の充実として、「生活の課題と実践」のより一層の充実が目標されている。このことから、育成する資質・能力を明確化して学習活動を工夫し、活用力に着目した実践力を育むカリキュラムが必要だといえる。西岡（2016）によると、実生活の課題解決能力を養うためには、リアルな文脈の中で獲得した知識や技能を応用・統合して活用できる場を設定したパフォーマンス課題が有効であることが示されている。

そこで、本研究では中学校家庭科の食生活分野の学習において、食生活の課題と実践のパフォーマンス課題を取り入れて活用力の育成を目指したカリキュラムを開発し、授業実践をして、授業効果を立証することを目的とする。

## II. カリキュラム開発と授業実践

### 1. 食生活の課題と実践

中学校家庭科の食生活分野の学習において、活用力の育成を目指して全23時間のカリキュラムを開発した。

第2次にあたる食生活の課題と実践の授業の流れを表1に示す。「食生活の課題と実践」はカリキュラムの第2次に夏休みの実践を入れるため、夏休み前後の計4時間とし、「自分の生活を振り返って、より良い食生活の実現を目指そう」という学習課題を設定した。

1時間目では、課題発見に向けた3つのテーマ「健康的な食生活に向けた取り組み」「環境に配慮した食生活に向けた取り組み」「自分の食生活スキルを向上させる取り組み」を提示することで、自らの食生活に応じた課題を見つけられるようにする。

2・3時間目では、課題の絞り方を提示し、食生活の課題を1つに絞った後、生徒が設定した課題を教師が3つのテーマごとに1班4人程度になるように班分けすることで、テーマが同じ生徒同士

表1 食生活の課題と実践の流れと手立て

	生徒の活動内容	学習指導上の手立て
課題発見 1 時間目	自分の食生活を振り返って、よりよい食生活の実現を目指そう。	
2 3 計画 時間目	<p><b>【自分の食生活の課題を見つける】</b> 自分の食生活を振り返り、『解決したいこと』または『研究したいこと』を考える。</p> <p><b>【課題を1つに絞り、実践計画を立てる(個人)】</b> ○課題を1つに絞る。 ○課題設定の理由を具体的に考える。 ○課題解決に必要な事前調査をまとめる。 ○実践に必要な以下の①~④の事項を考える。 ①準備物 ②期間 ③場所 ④協力者の有無</p> <p><b>【実践計画を深める(班活動)】</b> ○課題解決のテーマが共通する4人班で集まり、実践計画を練り上げる。</p>	<p><b>【課題発見に向けた3つのテーマを提示する】</b> A 健康的な食生活 B 環境に配慮した食生活 C 食生活スキルの向上</p> <p><b>【課題の絞り方を提示する】</b> ◇実践した効果が期待できるか ◇自分や家族の実態に合っているか ◇自分の具体的な行動として実践可能か ◇実践に対する客観的な評価ができるか</p> <p><b>【班活動の目的を説明する】</b> ○実践に向けた具体的な取り組みに対する分からないことや迷っていることを共有し、アドバイスし合うことで、実践計画を練り上げる。</p> <p><b>【実践上の留意点を提示する】</b> 再度、自分ができる範囲の無理のない実践が見直す</p> <p><b>【夏休み前に実践レポートのまとめ方を提示する】実践レポート</b> (1) 設定した課題と理由 (2) 実践した様子、記録(写真やデータは3つ以上入れる) (3) 実践全体の振り返り 1) 実践して得られた効果 2) 苦労したこと 3) 気付いたこと ※ 4) 実践した成果と課題 5) 今後に生かしたいと思ったこと</p> <p><b>○まとめ方のポイント</b> ・実践レポートはスライド5枚以上12枚以内にとまとめる ・発表時間(3~5分間)を考慮して作成する ・誰もが見やすい工夫をする(要点をまとめて、文字を少なくする)</p>
<b>実践(夏休み期間中)</b> 自分が立てた計画に沿って実践し、実践レポート(※)をまとめる。		
発表・振り返り 4 時間目	<p><b>【実践レポートを発表後、振り返る(班活動)】</b> ○課題解決のテーマが共通する4人班で、実践レポートを発表する。 ○全員の発表後、以下の視点で振り返りを行う。</p> <p><b>振り返りワークシート</b> ※ 1) 実践全体に対しての感想 2) 発表して新たに気付いたこと 友達の発表を聞いて思ったこと</p>	<p><b>【発表の仕方を提示する】</b> ○出席番号が早い順から発表する。 ○発表3分、質疑応答2分とする。 ○聞き手は2回以上質問をすることとする。 ○質問が思いつかない場合は感想を伝えることとする。</p> <p><b>【発表後の振り返りの視点を提示する】</b></p>

※は分析した箇所を示す。

で実践計画を練り上げられるようにする。さらに、班活動では、実践に向けた具体的な取り組み方や迷っていることを共有し、アドバイスし合うようにする。また、実践レポートにまとめる内容項目やレポート枚数、挿入する写真やデータの数を具体的に提示して説明することで、全ての生徒にとって実践の様子や成果をまとめやすい工夫を施した。

夏休みの実践後における4時間目では、3時間目と同様の班において、実践レポートの発表と振り返りを行う。発表にあたり、発表・質疑応答の時間や方法など発表の仕方を具体的に提示して説明することで、円滑に発表が進むようにする。また、生徒全員の発表後に振り返りの時間を設け、振り返りの視点「実践全体に対しての感想、発表して新たに気付いたこと」「友達の発表を聞いて思ったこと」を提示することで、「実践して終わり」ではなく、自分の実践を評価・改善しようとする態度へつなぎ、実生活における更なる活用力の育成を目指す。

## 2. 授業実践と授業分析

開発した授業は、令和5年4月~11月にK高校附属中学校第1学年の技術・家庭の家庭分野の時間において、1クラス(N=40)を対象に実践した。

授業分析にあたっては、開発したカリキュラムにおける授業効果を検証するため、食生活の課題と実践における実践レポートの記述内容と、実践後の発表を踏まえたワークシートにおける振り返りの記述内容を分析した。実践レポートと振り返りの分析箇所は、表4の食生活の課題と実践の流れと手立てに示している。記述内容の分析にあたっては、生徒の記述内容を意味のあるまとまりで分類してカテゴリーを生成した。

さらに、開発したカリキュラムの授業効果を検証するため、全23時間の授業の前後に食生活分野

の学習内容に関するアンケートを実施した。なお、事前事後アンケートの分析にあたっては、食生活分野の学習内容における「知識」「技能」「活用力」に関する質問項目を4件法で尋ね、得点化し平均点を算出して、授業の事前事後で比較した。

#### IV. 結果

##### 1. 食生活の課題と実践

###### (1) 生徒の実践レポートにおける記述内容の分析

###### 1) 課題設定の内訳と調理実践の有無

生徒が選んだ3つのテーマ【A 健康的な食生活】【B 環境に配慮した食生活】【C 食生活スキルの向上】に沿って、個人の課題を分類し、課題設定の理由に関する具体的な記述を分析した結果を表2に示す。

表2 『課題設定の内容と理由』に対する生徒の記述内容 N=40

テーマ	課題	課題設定の理由に関する具体的な記述例
A 健康的な食生活 (20)	栄養バランスの良い献立作成(9)	食と生活習慣病の関係を知り、健康的な食事を作りたいから。
	野菜を多く取り入れる(5)	普段の食事は野菜が少なく、改善したいから。
B 環境に配慮した食生活(15)	食品ロス削減の料理作り(9)	自分の家庭は食品ロスが多いことに気付き、改善したいから。
	地産地消の料理作り (2)	地元の食材を使って、どんな料理を作ることができるか気になったから。
C 食生活スキルの向上(5)	ひとりで1食分作る (4)	料理経験もなく、栄養素のことも考えたことが無かったが、せっかく家庭科で習ったため挑戦してみたいから。

テーマ設定の内訳は、【A 健康的な食生活】20名、【B 環境に配慮した食生活】15名、【C 食生活スキルの向上】5名であり、特に健康的な食生活を選んだ生徒が多く、第1次「健康的な食習慣と栄養」の学習で自分の食生活を振り返ったことが影響していると考えられる。調理実践の内訳は【A 健康的な食生活】では13名、【B 環境に配慮した食生活】では12名、【C 食生活スキルの向上】では4名で、合わせて29名(72.5%)の生徒が調理をしていることから、多くの生徒が自身の課題と実生活における調理場面を結び付けて取り組んでいたといえる。なお、生徒の実践レポートにおける1人当たりのレポート枚数を分析したところ、平均枚数は8.45枚で、ほとんどの生徒が十分な枚数のレポートを作成できていることから、レポートのまとめ方を提示したことが効果的だったといえる。

###### 2) 今後の生活に生かしたいと思ったこと

生徒がまとめた実践レポートにおける『今後に生かしたいと思ったこと』への記述内容を分析した結果を表3に示す。

表3 『今後に生かしたいと思ったこと』に対する生徒の記述内容

カテゴリー	具体的な記述例
調理実践の継続(21)	○今回は夏野菜を使った献立を立てたが、今度は秋や冬の食材を使った献立を作成し、つくってみたい。 ○自分の料理スキルを上げて朝ご飯を1人で作れるようになりたい。
栄養バランスの良い食事づくり(12)	○食品の栄養をきちんと考えていくことと、料理の腕を少しずつ上げたり、栄養のことを考えられるようになりたい。 ○普段から偏りのない食事をとるために、1週間分の献立を作成してみるのもいいなと思った。
調理方法の活用(7)	○他の嫌いな食材はカレーのように味が消せる料理に取り入れていきたい。そして味が消せないものは他の方法で試したい。
健康に良い食習慣の継続(7)	○いつもより少なめにドレッシングをかけたり、もう少し濃い方が良いと思ってもドレッシングをかけすぎずに食べ切るようにするなど、塩分を摂りすぎないようにしたい。
食品ロス削減の継続(5)	○捨てるのではなく別のものに再利用するという意識は食生活以外でも大切だと思うので、意識して生活したい。

「調理実践の継続」が最も多く 21 名で、次いで「栄養バランスの良い食事づくり」12 名、「調理方法の活用」7 名と多かった。特に、「調理実践の継続」で「今回は夏野菜を使った献立を立てたが、今度は秋や冬の食材を使った献立を作成し、つくってみたい。」や、「栄養バランスの良い食事づくり」で「食品の栄養をきちんと考えていくことと、料理の腕を少しずつ上げたり、栄養のことを考えられるようになりたい。」など、ほとんどの生徒が実践で身につけた調理技能を今後の実生活で活用しようとしている。さらに、「健康に良い食習慣の継続」は 7 名、「食品ロスの継続」は 5 名であり、どちらも実践を今後の生活で継続していこうとする様子が推察される。

## (2) 事前事後における生徒の変容

全授業実践の事前事後アンケートにおける食生活に関する知識・技能・活用力を分析し、有意差がみられた質問項目を抽出した結果を表 4 に示す。

表 4 食生活分野の学習に関する知識・技能・活用力の事前事後比較（一部抜粋）N=40

	項目	事前アンケート		事後アンケート		t検定
		AV	SD	AV	SD	
知識	中学生に必要なエネルギーや栄養素の量が分かる。	2.05	0.805	3.03	0.821	***
	自分の地域の食文化が分かる。	2.63	0.886	3.10	0.889	*
	食中毒を予防するための衛生的な食品の取り扱いが分かる。	3.15	0.882	3.55	0.589	*
技能	バランスの良い 1 日の献立を立てることができる。	2.80	0.927	3.30	0.812	*
活用力	積極的に食事作りをしている。	2.30	1.005	2.80	0.678	**

\* p < 0.05 \*\* p < 0.01 \*\*\* p < 0.001

「知識」では「中学生に必要なエネルギーや栄養素が分かる」で有意差が大きく、「自分の地域の食文化が分かる」や「食中毒を予防するための衛生的な食品の取り扱いが分かる。」においても有意差がみられた。また、「技能」では「バランスの良い 1 日の献立を立てることができる。」で有意差がみられたことから、開発したカリキュラムによって、知識・技能の向上に一定の授業効果があったといえる。

「活用力」では、「積極的に食事作りをしている」が 2.30 から 2.80 に向上していることから、今回第 2 次で導入した食生活の課題と実践による実践的・体験的な学習によって、実生活での活用力を育むことにつながったと考えられる。

## V. まとめと今後の課題

本カリキュラム開発によって、パフォーマンス課題として設定した「食生活の課題と実践」が活用力の育成を目指す上で一定の効果があることが明らかになった。また、実践による達成感や食生活への意識の向上がみられただけでなく、実践レポートを作成し、発表することで表現力も育むことができたといえる。今後の課題は、家庭科の授業を通して食生活分野のみならず、衣生活分野や住生活分野、消費生活・環境分野など他分野における生活の課題と実践をはじめとしたパフォーマンス課題を設定し、活用力の育成を目指したカリキュラム開発をして実証研究していくことである。

### 引用文献

西岡加名恵編著, 2016『資質・能力を育てるパフォーマンス評価 アクティビティをどう充実させるか』(明治図書).  
中央教育審議会, 2016『幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について(答申)』.