大竹　成美

主題「生活や社会を見つめ、理想とする姿に向けて工夫し創造する生徒」の育成

1　主題設定の理由

少子高齢化の進展や家族形態・ライフスタイルの多様化など、生活を取り巻く社会が大きく変化する昨今、社会の変化に対応しながら生き抜く力が必要となる。

家庭分野では、生活の営みに係る見方・考え方を働かせ、衣食住などに関する実践的・体験的な活動を通して、よりよい生活の実現に向けて、生活を工夫し創造する資質・能力を育成することを目指す。現代の生活や社会の中から問題を見いだし、「理想とする姿」に向けた探究的な学びを通して課題解決を行うことで、課題を解決できた達成感や実践する喜びを味わうことができる。また、学習した内容を自らの生活や社会と関連付けて考え、生活をよりよくするために実践することで、主体的に生活を工夫し創造する資質・能力が育まれると考える。一方、昨年度の課題として、学んだことを生活や社会に生かし、よりよい生活の実現に向けて具体的に考えたり、実践したりすることに困難さが見られたことが挙げられる。このことから、学習したことを生活や社会と結び付け、よりよい生活の実現に向けて具体的に考え、実践へとつなげるための手立てが必要であると考えた。そこで今年度は、「家庭とつながる活動と実践」を組み入れた学習過程を行うとともに、生活の営みに係る見方・考え方を具体化した「4 Points for Daily Life」を活用することで、学習したことを生活や社会と関連付けながら、「理想とする姿」に向けて生活を工夫し創造する力を育むことを目指し、実践研究を行っていく。本研究で取り入れた探究的な学びを通して、家庭分野の目標の達成を目指すとともに、よりよい生活の実現に向けて生活を工夫し創造する資質・能力を育成し、その資質・能力を生活や社会の中で生かすことで、多様化する社会を生き抜く力を養いたい。

以上のことから、今年度も継続して研究主題を「生活や社会を見つめ、理想とする姿に向けて工夫し創造する生徒」の育成とし、探究的な学びを深めるための具体的な手立てを通して実践研究を進める。

2　生徒がエージェンシーを発揮し、振り返りをもとに探究的な学びを深めるための手立て

(1)「家庭とつながる活動と実践」を組み入れた学習過程

学習したことを生活や社会に生かすためには、学習内容と生活や社会との結び付きについての理解を深め、自らの生活と関連付けながら家庭で実践し、その結果を振り返って改善につなげる力が重要であると考える。昨年度の研究では、学習過程を「課題の設定」「計画」「実践」「振り返り」の 4 つの過程として整理し、生徒と共有した。学習の流れを示すことはできたものの、振り返りでは分かったことや考えたことを記述できても、学習したことを生活や社会でどのように生かすかを具体的に考えたり、実践したりする力は十分ではなかった。



図 1「家庭とつながる活動と実践」を組み入れた学習過程＞

注）図の内容および構成は筆者が作成し、視覚的デザインの生成には ChatGPT（5.5）を使用した。

そこで今年度は、学校での学びと家庭での学びをつなぐ視点を重視し、4 つの学習過程の中に「家庭とつながる活動と実践」を、特定の一過程ではなく全ての学習過程に関わる横断的な活動として位置付け、生徒と共有した（図 1）。学習指導要領に示される「家庭・地域での実践」が改善策の実践に重点を

置いているのに対し、本研究では、実践場面に限定せず、全ての学習過程に関わる活動として位置付けている点に特徴がある。例えば、「課題の設定」では、家族へのインタビューや家庭の観察を通して生活の中から問題を見いだし課題を設定する。「計画」では、家族と相談しながら家庭生活を踏まえた実行可能な方法を考える。「実践」では、家族と協力して学習内容を家庭で実践し、その様子を記録・発信する。「振り返り」では、実践の記録や家庭での経験、家族からの感想や意見を基に学習を振り返り、次の生活へとつなげる。

このように、「家庭とつながる活動と実践」を 4 つの学習過程の中で往還させることで、家庭科の授業と家庭生活を往還しながら学ぶ学習過程を構築した。これにより、生徒が学習内容と生活や社会との結び付きを深く理解し、学習したことを主体的に生活の中で活用するとともに、生活を工夫し創造する資質・能力の育成につながると考える。

(2)生活の営みに係る見方・考え方を具体化した「4 Points for Daily Life」の活用

昨年度の研究では、学んだことを生活や社会にどのように生かすかを考えたり、実践したりすることに困難さが見られた。また、生徒は生活の営みに係る見方・考え方として「協力・協働」「健康・快適・安全」「生活文化の継承・創造」「持続可能な社会の構築」の 4 つの視点を理解しているものの、それらが各題材とどのように関わるかを具体的に考えることは難しかった。見方・考え方を働かせることは、学習したことを生活や社会に生かす力を高め、生活や社会との結び付きを強めることにつながると考える。「家庭とつながる活動と実践」を学習過程に位置付けたが、家庭で何に着目し、どのような視点で考えればよいかが明確でなければ、活動が単なる体験に留まり、学びの深まりにつながりにくい。そこで今年度は、その活動をより充実させる手立てとして、「4 Points for Daily Life」を活用する（図 2）。



＜図 2　「4 Points for Daily Life」のワークシート例＞

「4 Points for Daily Life」は、4 つの視点から各題材を多面的に捉えるためのものである。各題材の学習の始めに、生徒は 4 つの視点を基に問いを作成する。初めは教師が問いの例を示し、生徒が問いの立て方を身に付けられるようにする。例えば住生活の題材では、「家族みんなが安心して過ごせる間取りになっているか」「自分や家族にとって安全か」といった問いが挙げられる。設定した問いや気付きは授業を通して書き加え、全体で共有することで、生徒は視点を明確にしながら学習に取り組むことができる。また、問いを家庭でのインタビューや観察、実践活動と結び付けることで、4 つの視点を働かせながら学習内容を生活の中で具体化することができる。さらに、授業の最後や題材の終わりには、設定した問いや実践内容を 4 つの視点から見直し、次の課題設定や活動の改善につなげる。

このように、多面的な視点から考えを見直すことで、「自分の家ではどうだろう」「自分にできる行動は何か」といった、生活や社会に結び付く具体的な振り返りが生まれる。これにより、学習内容と生活や社会との結び付きが強まり、生活を工夫し創造する資質・能力を高めることができると考える。

3　授業実践例

(1)　題材　　私たちの食生活　バランスのよい献立作り

(2)　実施時期／学年／配当時間　　令和 8 年 4 月／第 1 学年／全 10 時間

(3)　題材の目標

食事の役割と中学生に必要な栄養の特徴を知り、バランスのよい中学生の 1 日分の献立について考えることができる。

(4)　実践の概要

本題材の学習の始めに、「4 Points for Daily Life」の 4 つの視点に基づき、生徒とともに各視点の内容を考えた。「協力・協働」の視点では「家族に献立作りのポイントをインタビューする」、「健康・快適・安全」の視点では「普段の食事はバランスのよい食事になっているか」、「生活文化の継承・創造」の視点では「和食のよさを生かしているか」などの問いが挙げられ、全体で共有した。

まず、生徒は「普段の食事は健康のことを考えたバランスのよい食事になっているか」という問いに

着目し、自身の食事内容を振り返り、主食・主菜・副菜の揃い方や栄養バランスについて考えた（図３）。「好き嫌いをしていたり、朝食を食べない日があったりして、バランスのよい食事とはいえなかった。成長期に必要な栄養は足りているのか知りたくなった。自分に必要な栄養を知り、バランスのよい献立を作成できるようにしたい。」といった振り返りから、自身の食生活の課題に気付き、栄養について更に学びたいという意識が見られた。

食生活の課題
・バランスよく食事できていない ・炭水化物をとりすぎている ・カルシウムが不足している
振り返り
自分の中では、「今の食生活は大丈夫だろう」と思っていたけれど、この授業を通し、炭水化物をとりすぎている、カルシウムが不足している、などの問題点があることに気づいた。中学生に合った栄養バランスはどれくらいかを知って自分の食生活を見直していきたい。

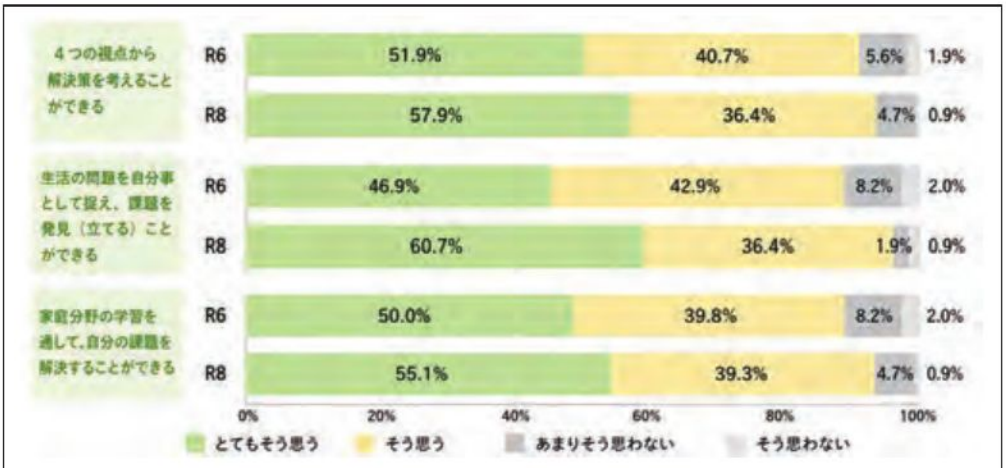
＜図３　食生活の課題と振り返り＞

その後、６つの食品群について学習し、「家庭とつながる活動と実践」として家庭で５日分の食事内容を記録し、各食品群をバランスよく摂取できているかを確認した。また、保護者からも「成長期なので、もう少したんぱく質を意識するとよい」といった意見をもらうことで、必要な栄養や改善点をより具体的に把握することができた。さらに、献立作成の前には、家庭での献立作成時の工夫や栄養面での配慮について家族にインタビューを行った。振り返りには「主食・主菜・副菜の組み合わせや、たんぱく質、炭水化物、脂質のバランスを考慮すること、家族の生活リズムや健康状態を踏まえることの重要性を実感した。」といった記述が見られた。ここから、栄養バランスだけでなく、生活リズムや健康状態も踏まえて献立を考えることの重要性に気付く様子が見られた。

これらの学習や家庭での活動を踏まえ、生徒は１日分の献立作成を行った。献立作成では、６つの食品群や主食・主菜・副菜のバランスに加え、「4 Points for Daily Life」の視点を基に、多面的に献立を捉えることを重視していた。例えば、「健康・快適・安全」の視点では、成長期に必要な栄養を十分に摂取できるかを考えた。作成した献立について家族から意見を得て改善を重ねることで、学校で習得した知識を家庭生活と関連付けながら、実生活に即した献立へと発展させようとする様子が見られた。

４　研究の成果と課題

成果として、「家庭とつながる活動と実践」を全ての学習過程に位置付けたことで、生徒が学校と家庭の学びを結び付けながら、学習内容を実生活の中で具体的に捉える姿が見られた。生徒の振り返りには、「5 日間の食事を記録してみると、自分ではバランスよく食べていると思っていたが、炭水化物やカルシウムが不足していることに気付いた」といった記述が見られ、自分の生活を客観的に見直し、課題を具体的に捉えることができた。また、「家族に献立作りについて聞いたことで、栄養だけでなく、家族の予定や好みに合わせて考えていることが分かった」という記述から、家庭での対話を通して生活の工夫に気付く姿も見られた。さらに、「4 Points for Daily Life」を活用したことで、生徒は生活の営みに関わる見方・考え方を具体化した４つの視点を基に、生活を多面的に捉えながら学習に取り組むことができた。振り返りには、「和食を取り入れることで、栄養面だけでなく、日本の食文化についても考えることができた」といった記述が見られた。このことから、生徒は生活の営みに係る見方・考え方を働かせながら、学習内容を自らの生活や社会と結び付けて考え、よりよい生活の実現に向けて生活を工夫しようとする姿が見られた。



＜図４　アンケート結果＞

実践前の令和６年度と実践後の令和８年度に３年生を対象としたアンケート調査を実施した（図４）。その結果、「４つの視点から解決策を考えることができていますか」の項目では、肯定的に回答した生徒

は 92.6%から 94.3%となり、高い割合を維持していた。また、「生活の問題を自分事として捉え、課題を発見（立てる）ことができていますか」の項目では、肯定的回答が 89.8%から 97.1%へと増加した。さらに、「家庭分野の学習を通して、自分の課題を解決することができていますか」の項目では、肯定的回答が 89.8%から 94.3%へと増加した。これらの結果から、３年間の実践を通して、「理想とする姿」に向けた課題設定、自分事化して課題解決するための学習過程、家庭とつながる活動と実践を取り入れたことで、学習内容と生活や社会との結び付きについての理解を深めながら、学習したことを生活や社会に生かそうとする姿が見られるようになった。このような生徒の姿は、生活や社会の中から問題を見いだし、課題を設定し、実践・改善を重ねながら課題解決を図る資質・能力を高め、「生活や社会を見つめ、理想とする姿に向けて工夫し創造する生徒」の育成につながったと考える。

課題として、生徒が学習内容を題材の中で実践し、自身の生活と結び付けて考える姿は見られたものの、学習したことを生活や社会の中で継続的に生かすことには難しさが見られた。また、「4 Points for Daily Life」においては、問いの設定に教師の支援を必要とする場面もあり、生徒が自ら問いを設定し、その問いを基に学習内容と生活や社会との結び付きを考えながら探究する力には個人差が見られた。

5　今後の展望

今後は、学習したことを生活や社会の中で継続的に生かすことができるよう、家庭とつながる実践の機会を充実させるとともに、その実践を振り返り、改善につなげる学習活動の充実を図っていきたい。また、生徒が自ら問いを設定し、その問いを基に生活や社会の中で実践と改善を繰り返すことができるよう、教師の支援の在り方や「4 Points for Daily Life」の効果的な活用方法について、実践を重ねながら考えていきたい。

＜参考文献＞
中央教育審議会（2026）家庭ワーキンググループ　「家庭 WG の取りまとめについて」
群馬県教育委員会（2019）『はばたく群馬の指導プランⅡ』.
文部科学省（2018）『中学校学習指導要領解説　技術・家庭編』,開隆堂.