

10 家庭

科目名	フードデザイン	単位数	2 単位	学年	第1 学年	科	総合生活科
							コース
使用教科書	教育図書「フードデザイン」 Cooking&arrangement			副教材	ワークノート(教育図書) わくわくクッキング (栃木県高等学校教育研究会、家庭部会編) トータルデータ家庭科ガイドブック (教育図書)		

学習の到達目標

1. 栄養、食品、献立、調理、テーブルコーディネートなどに関する知識と技術を習得する。
2. 食事を総合的にデザインする能力を身につける。

学習計画

	月	単元	学習内容及びねらい
一 学 期	4	第1章 健康と食生活 ①食事の意義と役割 1 なぜ食べるのだろうか	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食べることは生きるための意味合いだけでなく、さまざまな意味があることを理解し、食事と団らんの重要性を知る。 ・ 私たちの栄養の摂取状況について知る。また、食の外部化や食料自給率の低下などの諸問題について正しい理解を身につけ、自分なりの考えを確立する。 ・ 食物摂取の必要性や、健康を維持するために必要な栄養摂取量、ライフステージごとの栄養摂取の特徴を学習する。 ・ 各栄養素の種類と栄養的な意義、それらの栄養素を含む食品について知り、各栄養素の代謝経路と役割を学習する。 ・ 炭水化物の働きとその重要性について学習する。 ※食物検定4級を全員が受検
	5	②食を取り巻く現状 第2章 栄養素・食品の特徴	
	6	①栄養素のはたらき 1 からだの仕組み、栄養素の役割	
	7	②健康に必要な栄養素 1 炭水化物	
二 学 期	9	2 脂質	<ul style="list-style-type: none"> ・ 脂質のさまざまな働きについて学習し、脂質の摂りかたについて学習する。 ・ 生命活動の鍵を握るたんぱく質の働きについて学習する。 ・ ビタミンの役割と種類について学習する。 ・ 無機質の種類と働きを知り、日本人に不足しがちな無機質を考える。 ・ 各栄養素の必要性を理解し、バランスよく摂取する重要性を理解する。
		3 たんぱく質	
	10	4 ビタミン	
	11	5 無機質 (ミネラル)	
	12	6 水、その他	
三 学 期	1	③消化・吸収の仕組み	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食品に含まれる栄養素が体内で消化吸収される過程を理解する。 ・ 各食品の特性とその調理性・加工について理解する。 ・ 乳製品の特性と調理性・加工品について理解する。 ・ 卵の特性と調理性について実験を行いながら理解する。また、加工品について理解する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 年間を通して、12 回程度の調理実習を行い、調理の基礎技術の習得と班員との協調性を育てていく。 </div>
	2	④食品の特徴 1 牛乳・乳製品	
	3	2 卵	

学習評価

1. 定期試験・課題の提出状況・実習点・授業態度などを総合的に評価する