学校番号	1009

令和８年度　家庭科

教科	(専)家庭	科目	フードデザイン	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「フードデザイン　Food Changes Life」（教育図書）						
副教材等	「フードデザイン　Food Changes Life」準拠ノート（教育図書）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

〈このような人に向いています〉
- 管理栄養士や調理師など食に関わる進路をめざす人。
- 食について興味関心があり，やる気・好奇心・実践力のある人。
- 実習や調べ学習をする機会が多くあるため，グループワークや発表が苦ではない人。

〈授業について〉
- 座学と実習を通して，専門的な知識を身に着けることをめざします。そのため，遅刻や欠席が多いと単位習得は大変難しくなります。

2　学習の到達目標

- 栄養素の種類とはたらきについて理解し，それらの消化吸収過程を把握する。
- 栄養バランスのよい食事計画が作成でき，それらを調理するための知識と技術を養う。
- 年齢別，性別での食事摂取基準の違いを理解して，家族の食事計画が作成できる
- 日本の食生活の現状と課題を把握し，食事作りの喜びや集団での食事の楽しみを知る。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技術	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・食事の意義と役割について理解するとともに，豊かな食事を構成する要素として栄養，食品，料理様式と献立，調理，テーブルコーディネートなどに関する知識を習得することができる。 ・調理，テーブルコーディネートなどに関する技術を習得することができる。	・自分自身の食生活や，食環境が大きく変化している現状に課題を見つけ，思考を深める。また，考えをまとめて判断ができる。	・食の役割に関心を持ち，作ることから食べるところまでを総合的にとらえて計画する意欲と実践的な態度を身につけようとする。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元（題材）の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	2章　栄養素と食品	1栄養素と消化・吸収 ①からだは何でできている ②消化吸収のしくみ ③栄養素の役割	a: 炭水化物，脂質，たんぱく質，ビタミン，ミネラルなどの種類とはたらきについての知識を習得することができる。 食品ごとのアミノ酸スコアを計算することができる。 b: からだの中でそれぞれの栄養素がどのようなはたらきをしているのかを考えることができる。 c: 炭水化物，脂質，たんぱく質，ビタミン，ミネラルなどの種類とはたらき，栄養素の消化のしくみに関心を持とうとしている。	定期考査 ワークシート	定期考査 ワークシート	提出課題 授業観察
		2各栄養素のはたらき ①炭水化物 ②脂質 ③たんぱく質 ④ビタミン ⑤ミネラル ⑥水とその他の栄養素				
	4章　調理してみよう	1なぜ調理するのか ①安全性の向上 ②栄養性の向上 ③おいしさの向上	a: 調味，加熱やその他の調理操作が，料理のできあがりに大きく影響することを実習を通して観察し，考察することができる。 主な加熱操作と非加熱操作について，食品の調理性や栄養的特徴などとかかわらせて理解できる。 b: 食物のおいしさは，味・におい・色・テクスチャー・温度などと関わっており，調味，加熱やその他の調理操作が料理のできあがりに与える影響について思考を深めることができる。 c: 調理の目的について，安全性，栄養，嗜好，心身の健康などの面から関心を持ち，学ぼうとする意欲が感じられる。	定期考査 実習 ワークシート	定期考査 実習レポート	提出課題 授業観察
		2調理操作と調理器具 ①非加熱操作 ②非加熱調理 ③加熱操作・加熱調理				
		調理実習				

2学期	3章 食品の選択と取り扱い	1食品選択のコツ 2食品の衛生と安全 3食の安全を考えて選ぼう	a: 食中毒や衛生についての知識を深め，衛生と安全に配慮した調理方法を理解する。安全や健康の観点から，食品を適切に選択したり保存したりする方法について理解する。 b: 食品の特徴や調理操作によって変化する食品の成分に関心を持とうとしている。食品の生産･流通･加工等の現状に関心を持とうとしている。 c: 冷凍食品，レトルト食品，調理済惣菜等様々な食品の現状を知り，それらをどのように各自の食生活にとり入れていくかを考え，日常生活に生かすことができる。	定期考査 実習 ワークシート	定期考査 実習レポート	提出課題 授業観察
	2章 栄養素と食品	4何をどれだけ食べる ①日本人の食事摂取基準 ②食品群別摂取量のめやす ③ライフステージと栄養 調理実習	a: 「食事摂取基準」の考え方を理解する。各ライフステージの栄養上の注意点を把握する。 b: 食事計画にあたっては，「食品群別摂取量のめやす」を利用できるようにする。 c: 栄養に偏りのある食事内容について改善計画を考えさせ，食生活を向上させる。			
3学期	6章 食育と食育推進活動	2 食文化を見つめる ①食と文化のかかわり ②日本の食文化 調理実習	a: 日本の伝統行事の継承や和風料理を知るとともに，無形文化遺産に登録された和食の特徴を理解する。 b: 日本の伝統料理について理解し，他者に伝えることができる。 c: これまで身につけた知識を調理にいかし，手際よくつくることができる。	発表 実習 ワークシート	発表 実習レポート	提出課題 授業観察

※ 表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度