

令和6年度  
シラバス

|       |             |     |   |
|-------|-------------|-----|---|
| 教科・科目 | 家庭科・フードデザイン | 単位数 | 3 |
|-------|-------------|-----|---|

|        |                                 |     |         |
|--------|---------------------------------|-----|---------|
| 学年・クラス | 3 学年（必修・ <b>選択</b> ）            | 担当者 | 神 蘭 岳 志 |
| 使用教科書  | フードデザイン Food Changes LIFE（教育図書） |     |         |
| 使用副教材  | フードデザイン ワークノート（教育図書）            |     |         |

## 目 標

家庭の生活に関わる産業の見方・考え方を働かせ、実践的・体験的な学習活動を行うことなどを通して、食生活を総合的にデザインするとともに食育を推進し、食生活の充実向上を担う職業人として必要な資質・能力を次の通り育成することを目指す。

(1) 栄養、食品、献立、調理、テーブルコーディネートなどについて体系的・系統的に理解するとともに、関連する技術を身に付けるようにする。

(2) 食生活の現状から食生活全般に関する課題を発見し、食生活の充実向上を担う職業人として合理的かつ創造的に解決する力を養う。

(3) 食生活の充実向上を目指して自ら学び、食生活の総合的なデザインと食育の推進に主体的かつ協働的に取り組む態度を養う。

## 授業の内容・進め方

授業内容：(1) 健康と食生活、(2) フードデザインの構成要素、(3) フードデザイン実習、(4) 食育と食育推進活動

進め方：教科書を中心としながら、調理実習も並行して実施する。また、必要に応じて実技実習やレポート小テストを実施。

考查：授業で学習した内容を中心に、知識や思考・判断を問う問題を出題する。また、技能を問う問題として、実技も評価する。

## 評価規準（観点別達成目標・評価項目）

| 評価の観点   | ① 知識・技能                                                          | ② 思考・判断・表現                                                  | ③主体的に学習に取り組む態度                                           |
|---------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 観点別達成目標 | 栄養、食品、献立、調理、テーブルコーディネートなどについて体系的・系統的に理解するとともに、関連する技術を身に付けるようにする。 | 食生活の現状から食生活全般に関する課題を発見し、食生活の充実向上を担う職業人として合理的かつ創造的に解決する力を養う。 | 食生活の充実向上を目指して自ら学び、食生活の総合的なデザインと食育の推進に主体的かつ協働的に取り組む態度を養う。 |
| 評価の割合   | 1                                                                | 1                                                           | 1                                                        |

|      | 評価の観点                    | ①知識・技能 | ②思考・判断・表現 | ③主体的に学習に取り組む態度 |
|------|--------------------------|--------|-----------|----------------|
| 評価項目 | 定期考查（年2回）                | ◎      | ○         | △              |
|      | 小テスト・実技テスト（いずれかを単元ごとに実施） | ◎      | ○         | △              |
|      | 実技実習                     | ○      | ◎         | ◎              |
|      | 課題提出（適宜実施）               | ○      | △         | ◎              |
|      | 授業への参加（通年）               | △      | △         | ◎              |

・ **観点別評価** 3つの 観点別に各評価項目の達成率でA・B・Cを決定する。

A：十分満足できる

B：おおむね満足できる

C：努力を要する

・ **評価・評定** 観点別評価から総合的に成績（評価・評定）を決定する。

年間指導計画及び中単元別評価基準

| 学<br>期 | 月 | 単元                   | 学習内容            | 評価規準                                                                                                                                            |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                       |
|--------|---|----------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |   |                      |                 | 知識・技能                                                                                                                                           | 思考・判断・表現                                                                                                                                                   | 主体的に学習に<br>取り組む態度                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                       |
| 前<br>期 | 4 | 第1章<br>健康と食生活        | ① 食事の意義と<br>役割  | ・毎日の食事にどのよ<br>うな役割があるか理解<br>している。                                                                                                               | ・食事の役割をふまえ<br>て、自らの食生活を正<br>しく評価している。                                                                                                                      | ・食事の役割を自分ご<br>ととしてとらえ、自分<br>の食生活を見直そうと<br>している。                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                       |
|        |   |                      | ②食を取り巻く現<br>状   | ・日本の食生活の現状<br>と、青年期の食生活の<br>課題を理解している。<br>・よくない食生活と、<br>それによって引き起こ<br>される生活習慣病につ<br>いて理解している。<br>・栄養素の摂取量や比<br>率は時代によって変化<br>していることを理解し<br>ている。 | ・日本の食生活の課題<br>を把握し、自身の食生<br>活について考察してい<br>る。<br>・生活習慣病の原因や<br>症状を調べ、話し合っ<br>たり発表したりするこ<br>とができている。<br>・栄養素の摂取量や比<br>率が変わることで、私<br>達にどのような影響が<br>あるか考察している。 | ・青年期の食生活の特<br>徴を自らの生活と比較<br>し、食生活を改善しよ<br>うとしている。<br>・生活習慣病を自分ご<br>ととして捉えようとし<br>ている。<br>・栄養素の適正な摂取<br>量や比率について考え<br>ようとしている。                                                                    |                                                                                                                                                                                       |
|        | 5 | 第2章<br>栄養素・食品の特<br>徴 | ① 栄養素と消<br>化・吸収 | ・からだの構成成分と<br>栄養素について基礎的<br>な知識を身に付けてい<br>る。<br>・食品の消化と吸収の<br>しくみについて理解し<br>ている。                                                                | ・からだの構成成分と<br>栄養素の働きから、食<br>事の大切さについて考<br>察している。                                                                                                           | ・からだの構成成分と<br>栄養素の学習を、自ら<br>の健康と関連づけて考<br>えようとしている。                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |
|        |   |                      | ② 各栄養素のは<br>たらき | ・栄養素の種類と役割<br>について、科学的に理<br>解している。<br>・水も体を維持するた<br>めに大切な要素である<br>ことを理解している。                                                                    | ・からだの中で、それ<br>ぞれの栄養素がどのよ<br>うな働きをしているの<br>かについてまとめた<br>り、発表したりするこ<br>とができている。                                                                              | ・炭水化物、脂質、た<br>んぱく質、ビタミン、<br>無機質等の種類、役割<br>について食生活と関連<br>づけて関心を持とうと<br>している。                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                       |
|        |   | 6                    | 前期中間考査          |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                       |
|        |   |                      | 7               | ③ 食品とその特<br>徴                                                                                                                                   | ・食品の特徴、調理上<br>の性質、調理の特徴や<br>加工などについて理解<br>している。<br>・身の回りの加工食品<br>と、加工の目的を理解<br>している。<br>・健康食品の種類と気<br>をつけるべき情報を取<br>集、整理している。                              | ・栄養素と食品の学習<br>を結びつけ、日常の食<br>事の改善点について考<br>えている。<br>・食品の加工について<br>身近な事例と結びつけ<br>て考察している。<br>・健康食品の情報や表<br>示を正しく判断できて<br>いる。                                                                       | ・食品の種類と特徴に<br>ついての知識を、自分<br>や家族の健康のために<br>活用しようとしてい<br>る。                                                                                                                             |
|        | 8 |                      |                 |                                                                                                                                                 | ④ 何をどれだけ<br>食べる？                                                                                                                                           | ・食事摂取基準が、健<br>康維持・増進、また生<br>活習慣病の予防を目的<br>としていることを理解<br>している。<br>・各ライフステージの<br>栄養について理解して<br>いる。<br>・「日本人の食事摂取<br>基準」や「4つの食品<br>群による摂取量のめや<br>す」などを活用し、ラ<br>イフステージに応じた<br>食事計画を立てる力を<br>身に付けている。 | ・食事バランスガイド<br>と自分の食生活を結び<br>つけて考察している。<br>・ライフステージによ<br>ってなぜ必要とされる<br>食事が異なるのかを考<br>えている。<br>・からだの中で栄養素<br>がどのような働きをす<br>るのかを考え、各ライ<br>フステージにおける食<br>事の課題を発見し、そ<br>の解決に向けて工夫し<br>ている。 |
|        |   | 9                    |                 |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                       |

| 学<br>期 | 月  | 単元                  | 学習内容                                        | 評価規準                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                         |
|--------|----|---------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |    |                     |                                             | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                      | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                      | 主体的に学習に<br>取り組む態度                                                                                                                                                                                       |
| 後<br>期 | 10 | 第3章<br>食品の選択と取り扱い   | ① 食品選択のコツ<br>② 食品の衛生と安全<br>③ 食の安全を考えて選ぶ     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生鮮食品の選び方のコツを身に付けている。</li> <li>・加工食品の表示を読み解く技術を身に付けている。</li> <li>・食物アレルギーと表示について理解している。</li> <li>・食中毒の特徴を知り、リスクを減らす技術を身に付けている。</li> <li>・食品の安全を守るためにさまざまな制度があることを理解している。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食品を選ぶ際に、安全や衛生に配慮して適切に判断している。</li> <li>・食中毒が起こりうる状況を理解し、注意しなければならない場面について考えている。</li> <li>・食品の安全を守る制度について考察している。</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常生活で食品の表示をチェックし、食生活をより良くするために活用しようとしている。</li> <li>・食品の衛生に関心を持ち、生活に活かそうとしている。</li> <li>・身近な食品の表示について調べたり、インターネットを利用したりして、食に関するキーワードを調べようとしている。</li> </ul>       |
|        | 11 | 第4章<br>調理してみよう      | ① なぜ調理するのか<br>② 調理操作と調理器具                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・安全性、栄養性、おいしさなどの面から、調理の目的を理解している。</li> <li>・食べ物の味が影響を受けている要素を理解している。</li> <li>・非加熱調理と加熱操作の種類とそれぞれの特徴を理解している。</li> </ul>                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物のおいしさに関わる要因について考察している。</li> <li>・調理操作が料理の出来上がりに与える影響を、具体的に考え、工夫している。</li> </ul>                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・実際にさまざまな調理操作を試して、取り組もうとしている。</li> <li>・調理器具の特徴としくみを理解し、具体的に使ってみようとしている。</li> </ul>                                                                              |
|        | 12 | 第5章<br>各国料理とコーディネート | ① 料理の様式<br>② テーブルコーディネート                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・各様式別料理の特徴や献立構成について理解している。</li> <li>・各様式別料理の作法に関するマナーやサービスを身に付けている。</li> <li>・目的に応じたテーブルコーディネート技術を身に付けている。</li> </ul>                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食べる人に配慮した献立やサービスの方法について判断することができる。</li> <li>・食事のテーマに応じた色彩や照明、小物、食卓花など、食事空間の演出を判断し、工夫している。</li> </ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・各様式別料理の献立や作法について興味を持ち、具体的に取組もうとしている。</li> <li>・季節や食事の目的をふまえて、食卓を意欲的に演出しようとしている。</li> </ul>                                                                      |
|        | 1  | 第6章<br>食育と食育推進活動    | ① 食育推進の取り組み<br>② 食文化を見つける<br>③ 食と環境について考えよう | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育基本法、食育推進計画等の目的や概要を理解している。</li> <li>・家庭、学校、地域等の食育活動に関連する情報を収集・整理している。</li> <li>・日本の食料自給率の現状と課題について理解している。</li> <li>・食品ロスの原因を理解しているとともに、食品ロス削減に関する取り組みの情報を収集・整理している。</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食と生活の関わりを、郷土料理や季節などを意識しながら考察している。</li> <li>・和食の特徴や食文化の伝承について考え、課題を見出している。</li> <li>・食品ロスに関する課題を考察し、問題点をまとめたり発表したりすることができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食育を家庭、地域、企業はどのように推進しようとしているかに意識、関心を持ち、主体的に考えようとしている。</li> <li>・食育に関する活動を、ホームプロジェクトや学校家庭クラブにつなげて行おうとしている。</li> <li>・食と環境を関連づけて考え、具体的な取り組みにつなげようとしている。</li> </ul> |

【調理実習（通年）】

| 学<br>期      | 月      | 単元          | 学習内容                          | 評価規準                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                        |
|-------------|--------|-------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |        |             |                               | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                 | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                         | 主体的に学習に<br>取り組む態度                                                                                                      |
| 前<br>後<br>期 | 通<br>年 | 実習編<br>調理実習 | ① 献立を立てて<br>みよう<br><br>② 調理実習 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・献立の構成や栄養、嗜好、費用、食品、調理法、季節感などの要素を理解している。</li> <li>・食事のテーマに応じた献立作成、食材の選択と調理、テーブルコーディネートと各料理のサービス方法について理解している。</li> <li>・衛生面と安全に配慮した食品の取り扱いと、調理操作を身に付けている。</li> <li>・調理方法や工程などを理解し、効率よく環境面に配慮した調理ができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事テーマを具体的に設定し、それに適した献立を考え、適切に食材の選択することができる。</li> <li>・環境に配慮した食材の選択や調理方法を考え、工夫している。</li> <li>・調理実習で経験をもとに、自身や家族等の食生活を向上するための工夫・アイデアを考えることができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事のテーマに応じた献立作成、食材の選択と調理、テーブルコーディネートと各料理のサービス方法に意欲、関心を持って取り組もうとしている。</li> </ul> |