

令和4年度 家庭科「フードデザイン」シラバス	単位数	2単位
	年次	4年次

1 学習の到達目標等

沖縄県立泊高等学校(夜間部)

学習の到達目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・年齢別、性別、身体活動レベル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。</li> <li>・年中行事における食事を理解し、日本の伝統食についての知識と技術を習得し、後世へ伝承できるようにする。</li> <li>・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。</li> <li>・輸入食品によって支えられている食料事情を理解し、食物を大切にすることを養う。</li> </ul>
使用教科書・副教材等	教科書「フードデザイン」(実教出版)

2 学習計画及び評価方法等

(1) 学習計画等

学期	学習内容	月	学習のねらい・目標	備考 学習活動の特記事項	考查範囲
前期	第2章 栄養素のはたらきと食事計画 1節 からだのしくみと食べ物 2節 栄養素の役割 3節 栄養素の種類とはたらき 4節 消化と吸収 第4章 調理の基本 1節 調理の目的 2節 食べ物のおいしさ 3節 調理器具と調理操作	4 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品の摂取により、人間は栄養をどのように取り入れていくか、食物は体内でどのように消化・吸収され、活用されていくかを把握させる。</li> <li>・各種栄養素の特徴と、体内ではたらきについて理解させる。</li> <li>・各種栄養素の体内での消化・吸収の過程を理解させる。</li> <li>・だし、味覚効果、料理の触感や温度、素材の持ち味等おいしさに関わる要素を理解し、調理に生かせる。</li> </ul>	<p>&lt;調理実習&gt; 和風献立 洋風献立 中国風献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理上の基本的事項を習得し、調理実習や家庭生活の向上に生かせる。</li> <li>・自分及び家族の健康を考えた日常料理を知り、それらが調理できる。</li> </ul>	期末 考查
	第2章 栄養素のはたらきと食事計画 5節 食事摂取基準と食事計画 6節 ライフステージと栄養計画	6 7 9	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスのよい食事とはどのようなものか、年齢別、性別、身体活動レベル別の栄養摂取量の範囲を把握させる。</li> <li>・各自及び家族の生活を健康増進のための食生活の視点から考えさせる。</li> <li>・栄養に偏りのある食事について改善計画を考えさせ、各自の食生活を向上できる。</li> </ul>	<p>&lt;調理実習&gt; 和風献立 洋風献立 琉球風献立</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者のための調理について、調理上の配慮事項、調理方法、調味について学び、体験的に習得する。</li> <li>・病人食の特徴と調理上の注意点を理解し、調理できる。</li> </ul>	
後期	第1章 食事の意義と役割 1節 食事の役割 2節 食生活の現状とこれからの食生活	10 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家族・友人等集団での食事を共にすることの意義を再確認し、実践する。</li> <li>・市場にあふれる食材の背景にあるものに基づき、食料の価値を考える。地球環境の保全、生物連鎖と食生活との関わりについて理解し、環境保全、資源の有効活用の意識を高め、日常の生活行動を見直す。</li> <li>・健康維持のために食事がどのように大切かを理解する。</li> </ul>	<p>&lt;調理実習&gt; アジアの料理 ベントウ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なアジア料理の種類や特徴を知り、香辛料を使った料理をつくることができる。</li> <li>・調理上の要点を学び、日常料理をつくることができる。</li> <li>・弁当に適する料理の要点を知り、用途別、対象別に、栄養のバランスや味の調和がとれた弁当料理をつくることができる。</li> </ul>	期末 考查
	第3章 食品の特徴 2節 食品の生産と流通 第5章 料理様式とテーブルコーディネート 1節 料理様式と献立 2節 テーブルコーディネート 第6章 フードデザイン実習 1節 食品の選択と調理	12 1 2 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・多様で多量の輸入食材と日本の食料事情の現状と将来について考える。</li> <li>・食料自給率の低下と日本の気候風土を生かした特色ある食材の生産、生産者と消費者が直接繋がる流通経路等、食料供給と消費について考える。</li> <li>・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る。</li> <li>・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ができる。</li> <li>・和風、洋風、中国風等それぞれの様式に応じた食卓構成と作法について理解し、料理を引き立てるようなテーブルセッティングができる。</li> <li>・テーブルクロス、食器、装飾花、料理の配膳について、配色、照明に配慮するなど食事の目的に適した雰囲気づくりができる。</li> </ul>	<p>&lt;調理実習&gt; 中国料理の供応食 クリスマス料理 正月料理</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・接客接待用料理の特徴を理解し、調理上の要点に基づいて料理をつくることができる。</li> <li>・クリスマス料理実習で、料理をつくる喜びやつくった料理を皆で食べる喜びを知る。</li> <li>・おせち料理実習で、料理ができることはもちろん、日本の伝統行事の継承や和風料理を伝承する能力を培う。</li> </ul>	