

東京都立東村山西高等学校 令和7年度 科目名 調理 年間授業計画

教科：（ 家庭 ） 科目：（ 調理 ） 対象：（ 第3学年1組～6組 ）

教科担当者：（ 1組～6組：木谷宣子[Ⓔ] ）

使用教科書：「フードデザイン」実教出版

使用教材：

	指導内容 【年間授業計画】	科目 調理の具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点方法	予定時数
4月	1 オリエンテーション 2 食文化「沖縄」	・調理を学ぶ心構えと態度を身につける ・日本の食文化、特に修学旅行の行き先である沖縄の食文化を理解し、楽しむ態度を身に付ける	・プリント ・出席 ・提出	4
5月	3 調理の基本 ・化学的要素 ・物理的要素 4 西洋料理 6 日本料理	・塩加減、火加減、水加減 ・包丁の使い方を知る。 調理実習1：西洋料理 調理実習2：日本料理	・プリント ・出席 ・提出 ・実習	8
6月	7 製パン	調理実習3 パン 小麦粉の調理特性を知る。 発酵について	・プリント ・出席 ・提出 ・実習	8
7月	8 食品の選択と表示	加工食品の表示について学び、よりよい食品を自分で選択できる実践力を身に付ける		2
				8
9月	9 献立作成	日常食の献立作成条件を理解し、実際に自分の年齢・体格・日常生活に適した献立を作成する力を身に付ける	・プリント ・出席 ・提出 ・課題 ・実習	6
10月	10 弁当献立作成	栄養価計算、食品の望ましい組み合わせ等を理解し、食べる人にふさわしい弁当献立を作成する		6
11月	11 弁当作成	焼く・炒める等の基本的な調理方法を組み合わせ、限られた時間中で弁当を完成させるための計画を立て、実践させる力をつける		8
12月	12 食育	食育の意義と課題を理解し、食育を伝える立場としての知識を身に付ける		4
1月	1 年間のまとめ	レシピ集の振り返り 調理実習4 製菓	・プリント ・出席 ・提出 ・実習	4
2月				
3月				