# 東京都立葛西南高等学校　令和5年度　教科（家庭）　科目（家庭総合）　年間授業計画

教科：家庭　　科目：家庭総合　　単位数：　２単位

対象学年組：第3学年1組～6組

教科担当者：（1～6組：三嶽）

使用教科書：（家総312 家庭総合　ともに生きる・持続可能な未来をつくる　第一学習社　　）

使用教材　：（ニューライブラリー家庭科　資料＋成分表　2022）

| | 指導内容<br>【年間授業計画】 | 家庭総合の具体的な指導目標<br>【年間授業計画】 | 評価の観点・方法 | 配当時数 |
|---|---|---|---|---|
| 4月 | オリエンテーション<br>アンケート | ・1年間の授業の学習内容や評価の仕方、使用教材、準備物について、理解させる。<br>・家庭分野に関する興味・関心を高める。 | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 第3節　持続可能な社会をめざして<br>1．消費生活と環境問題 | ・現代の消費生活が資源を枯渇させ，環境に悪影響を及ぼしていることについて考えさせる。<br>・持続可能な社会の実現のためには，私たち自身が環境に負荷を与えないように工夫していく必要性を理解する。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 2．私たちに何ができるのか | ・各自の消費行動と環境問題や資源・エネルギー問題との関連について理解する。<br>・環境負荷の少ない生活をめざして，生活意識や生活様式をみなおし，環境に調和したライフスタイルの確立をはかる。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| 5月 | 8章　住まう<br>第1節　人の一生と住まい<br>1．気候・風土と住まい<br>2．人と住まい<br>3．平面図の活用 | ・日本や世界の各地にみられる特徴的な住まいを比較し，住まいは，条件の異なる地域の気候や風土に応じてつくられたことを理解する。<br>・人にとってなぜ住まいが必要なのか，住まいの発生にさかのぼって考える。<br>・自分の日常生活を振り返り，その生活行為と生活時間のつながりや住まいの機能について理解する。 | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 4．ライフステージと住まい<br>5．住まいのインテリア | ・人生における各ライフステージに必要とされる居住条件と住まい方について考える。<br>・自分らしい生き方を意識し，自分のライフスタイル(暮らし方や好み)にあった住まいの条件を考える。<br>・インテリアの基本を理解し，個性的で居心地のよい部屋づくりを考える。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 第2節　住生活の計画と選択<br>1．快適で健康な住まい | ・日照・採光・通風・温度・湿度・遮音などの住環境が，健康な生活に大きな影響を与えることを理解し，衛生的な室内環境を整備するためには，どのような工夫が必要か考える。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |

| | 指導内容<br>【年間授業計画】 | 家庭総合の具体的な指導目標<br>【年間授業計画】 | 評価の観点・方法 | 配当時数 |
|---|---|---|---|---|
| 6月 | 2. 住まいの安心・安全 | ・地震などの自然災害や，火災などの人的災害への対策について考える。<br>・家庭内事故の原因について知り，乳幼児や高齢者，障がい者などの家庭内事故を防止するためにはどのような安全対策が必要か考える。 | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 3. 住まいの維持管理 | ・地震などの自然災害や，火災などの人的災害への対策について考える。<br>・家庭内事故の原因について知り，乳幼児や高齢者，障がい者などの家庭内事故を防止するためにはどのような安全対策が必要か考える。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 第3節　これからの住生活<br>1. 住環境とまちづくり<br>2. 地球環境に配慮した住生活 | ・身近な地域の住環境について分析し，「住みよい環境」のためには何が必要か考える。<br>・自然環境や社会環境と住生活の関連について調べ，今後の住生活のあり方について考える。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 4 |
| 7月 | 期末考査 | 1学期の内容について定着しているかを確認させる。 | 期末考査 | 1 |
| | 答案返却 | 試験内容や知識を振り返させる。 | 授業態度で評価する。 | 2 |
| | 1学期の復習 | 1学期に学習した内容を振り返り、獲得した技能についてまとめさせる。 | 1学期に獲得した技能について理解しているかを発言、ワークシートにより評価する。 | 2 |
| 9月 | 6章　食べる<br>第1節　人の一生と食事<br>1. 私たちと食事<br>2. 食べることと健康 | ・日常の食生活を振り返り，健康や生活習慣に直結する食事について学ぶ意欲を高める。<br>・現代の食生活の実情を知り，健康で安全な食生活を営むための基本を理解する。<br>・栄養摂取のアンバランスや不規則な食生活によって，生活習慣病や心身の不調がもたらされることを知る | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 3. 食生活の変化<br>4. 食生活の文化 | ・PFC比率に注目し，日本は脂質のとりすぎの傾向にあることを理解する。<br>・日本の風土から生まれた日本食の基本「一汁三菜」を理解し，日本の食文化を知る。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 調理実習①<br>和風献立 | ・照り焼きのつくり方を学ぶ。<br>・青菜のゆで方と，あえ物のつくり方を学ぶ。<br>・だしのとり方と，その使い方を学ぶ。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |

| | 指導内容<br>【年間授業計画】 | 家庭総合の具体的な指導目標<br>【年間授業計画】 | 評価の観点・方法 | 配当時数 |
|---|---|---|---|---|
| 11月 | 第2節　栄養と食品<br>1. 人体と栄養<br>2. 栄養素の種類と性質（炭水化物）（脂質） | ・健康な生活を送るうえで必要な栄養素とそのおもな働きについて理解する。<br>・エネルギー源としての糖質，腸内環境を保つ食物繊維について学ぶ。<br>・食物繊維を含む食品の重要性について学び，必要量の摂取について考える。<br>・エネルギー源として，また体構成物質として働く脂質の役割について学ぶ。 | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 2. 栄養素の種類と性質（たんぱく質）（無機質・ビタミン） | ・体の組織をつくるたんぱく質とそれを多く含む食品について学び，他の食物との組み合わせによるたんぱく質の補足効果を理解する。<br>・アミノ酸価についても学習する。<br>・無機質・ビタミンの種類と働き，それらを多く含む食品について学ぶ。<br>・特に，カルシウムと骨形成，鉄と貧血の関係などを理解する。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 調理実習②<br>洋風献立 | 身近な食材で，高校生の好む味つけの，とり肉料理をつくる。<br>・野菜のせん切りの仕方を身につける。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 3. 加工食品・健康増進のための食品 | ・調理加工食品や，調味料・香辛料などの種類と働きについて基本を理解する。<br>・健康増進のための食品について基本的な理解をはかるとともに，サプリメントの効用や扱い方についても考える。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| 12月 | 第3節　食生活の安全のために<br>1. 食生活の安全と衛生<br>2. 食品の選択と保存 | ・食中毒にはどのような種類があるかを知り，細菌汚染を防ぐため，食品の取り扱い，手の清潔，台所や調理器具の衛生などの面での注意事項について学ぶ。<br>・各食品の保存法について取り上げ，理解する。<br>・消費期限・賞味期限をもとに食品を正しく選ぶ力を養う。 | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 調理実習③<br>中国風献立 | ・手軽にできる炒め物の基本を学ぶ。<br>・中華調味料を使ってかけ汁をつくる。<br>・かたくり粉でとろみをつけた中国風スープをつくる。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 第4節　食生活をデザインする<br>1. 栄養バランスのよい食事 | ・健康の維持・増進，体の成長のために必要な食事摂取基準について理解する。<br>・自分および家族の食事摂取基準について調べ，家族の栄養摂取量の平均がいくらになるか求める。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| | 2. ライフステージと食事 | ・ライフステージごとに，必要な栄養素や嗜好の違いを理解する。<br>・食事摂取基準を満たすためには，どの食品をどれだけ食べればよいかというめやすを示した「食品群」について学習する。<br>・「食品群別摂取量のめやす」を活用できるようにする。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |
| 1月 | 期末考査 | 2学期の内容について定着しているかを確認させる。 | 期末考査 | 1 |
| | 答案返却 | 試験内容や知識を振り返らせる。 | 授業態度で評価する。 | 2 |
| | 2学期の復習 | 2学期に学習した内容を振り返り、獲得した技能についてまとめさせる。 | 2学期に獲得した技能について理解しているかを発言、ワークシートにより評価する。 | 2 |

| | 指導内容<br>【年間授業計画】 | 家庭総合の具体的な指導目標<br>【年間授業計画】 | 評価の観点・方法 | 配当<br>時数 |
|---|---|---|---|---|
| 2<br>月 | 9章　生活をデザインしよう<br>1. これからの生活を考える | ・これから続く長い人生を見通し，自分らしいライフスタイルを描きながら，人生の時間軸にそって生活設計を立てる。<br>・社会に出て，社会を支える時期へと進む前に，「ワーク」と「ライフ」のどちらに比重を置き，どのようなバランスを保ちたいかを考える。 | 授業態度で関心について、ワークシート(アンケート用紙)により理解度について評価する。 | 2 |
| | 2. 自分の一生を自分らしく生きるために | ・人生におけるさまざまなリスクに対処し，貧困に陥ることのないよう，どのような備えをしておけばよいかを考える。<br>・生涯を通して貫きたいライフスタイルを具体的にイメージし，これからの生活に役立てる。 | 授業態度で関心について、ワークシートにより理解度について評価する。 | 2 |