

令和4年度				年間授業計画				
教科・科目		家庭		栄養と調理		2 単位		
対象学年・組		3年生				必修選択		
教科書 (出版社)		フードデザイン 新訂版 (実教出版)		副教材等		2022オールガイド食品成分表 (実教出版)		
学習目標		栄養と調理では、食品・栄養・調理などに関する知識と技術を総合的に習得し、食生活の充実・向上を図る能力、実践的な態度、主体的に解決する能力を育む。また、学習をとおして多様な食文化への理解や、環境問題と食について考えるなど、広い視野にたつて食生活の豊かさについて考える意欲を育む。						
学期	予 定 時 数	単元	指導内容		具体的な指導目標			
1	前半	12	食生活の充実・向上 栄養素 (概要・炭水化物)	<ul style="list-style-type: none"> 食生活の変化と現状 食べることの意義と役割 健康と栄養素の関わり 無機質、ビタミン 日常食の調理 栄養特性を知るための調理 		食事の持つ意味を知る。現代の食生活の問題点について、自ら分析・把握し、自分の食生活について考える力を養う。身体に必要な栄養素を理解し、全体的な概要やバランス、必要量を理解する。		
	後半	12	調理の基本 栄養素 (無機質・ビタミン)	<ul style="list-style-type: none"> 調理の目的 調理操作 健康と栄養素の関わり 炭水化物 日常食の調理 栄養特性を知るための調理 		食品を調理する目的を認識し、安全と衛生面の重要性を理解する。実習班で協力し、効率よく安全に調理する技術を身に付ける。各栄養素について、より知識を深め、身体との関連性について理解する。		
2	前半	14	調理の実践 栄養素 (たんぱく質)	<ul style="list-style-type: none"> 健康と栄養素の関わり たんぱく質、水、その他 栄養特性、栄養特性を知るための調理 デザート料理 		食品の栄養特性や調理特性を理解し、活かした調理を行う。各栄養素について、より知識を深め、身体との関連性について理解する。		
	後半	14	調理の応用 栄養素 (脂質) 食品の安全	<ul style="list-style-type: none"> 食物の必要性 食品の選び方 食品の調理性 行事食、各国の料理 		食品の安全性や環境負荷などについて理解し、持続可能な社会の関わりに配慮した食品選びの実践的な態度を身に付ける。各栄養素について、より知識を深め、身体との関連性について理解する。		
3	18	献立作成	<ul style="list-style-type: none"> 献立作成の留意点 お弁当の献立作成 お弁当作り 		これまでに習得した栄養・食品に関する知識を生かして、献立を作成し、調理する。食生活に対し、広い視野を持った生活人としての態度を身に付ける。			
評価の観点 (評価基準)		本科目の学習目標達成にむけた、知識・技能が習得出来たか、意欲的で実践的な態度で取り組めたか、協働において他者への配慮や協力する姿勢で取り組めたか。						
評価の方法		定期考査・小テスト・実習や提出物などの課題・授業へ取り組む姿勢等を総合的に判断し、評価をする。						
学習の手引き		互いに学びあって自己の能力を引き出せるようにする。 教科書・ノート、実習に必要な用品など、教材教具の自己管理をする。 実習は互いに協力し合って作業する。また、実習時の忘れ物にも注意する。						
授業担当者		嶋根智子						