

高等学校 令和7年度（3 学年用） 教科 家庭科 科目 フードデザイン

教科：家庭科 科目：フードデザイン 単位数：2 単位

対象学年組：第 3 学年 選択科目

教科担当者：佐藤 有望

使用教科書：（実教出版 フードデザイン、実教出版ニューライブラリー家庭科2024）

教科 家庭科 の目標：

【知識及び技能】食と社会・環境との関わり、健康と食生活の関係、時代による食生活の変化と課題、伝統食である和食を継承していく意義を理解し多様な文化の理解を深め、国際社会で豊かに生きる

【思考力、判断力、表現力等】より安全で、環境負荷への配慮ができる季節の献立を作成し、盛り付け・テーブルコーディネート・作法・マナーを身に着け、より楽しい食卓になるよう思考し、表現することで他者とのきずなを深めていく

【学びに向かう力、人間性等】持続可能な社会の担い手として、自分やこれから創造する家族の健康管理の要素として食育を通して積極的に取り入れ、最善のパフォーマンスで社会的な交流を進めていこうとする態度を持つ

科目 フードデザイン の目標：日本風土で培ってきた季節を感じる和食の知り、異国の食文化と比較することでより多様な文化への理解を深め、バランスの良い食事管理により健康な成人として自立、共生社会を創造する

| 【知識及び技能】                                                                                        | 【思考力、判断力、表現力等】                                                                             | 【学びに向かう力、人間性等】                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 食材別の栄養成分の特徴・安全性と美味しさ・消化しやすさなど食べやすさの知識と技術を習得し、風土に根差した季節ごとの伝統料理を継承し、食品の物流コストを含め環境に配慮した食生活の基本を理解する | 食材の栄養・調理特性・保存管理の基本知識と技術を応用し、献立の組立やテーブルコーディネートすることで食事を「おもてなし」に発展させ、世界のさまざまな人と交流できるような表現力を養う | 様々な制限を意識しながら、より豊かな食生活を実現しようとする態度をもち、食文化を通じて「おもてなしの心」を表現する社会人として成長しようとする |

|         | 単元の具体的な指導目標                                                                                                                                                                                                                  | 指導項目・内容                                                                                                                                                                    | 評価規準                                                                                                                                                                                                                                                                            | 知 | 思 | 態 | 配当<br>時数 |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|----------|
| 1<br>学期 | 第1章 健康と食生活<br>【知識及び技能】<br>日常の食生活と社会の関わりを知る<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>健康と安全と環境負荷の思考し判断する<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>日常の食生活の中でできることを考察し、行動する力をつける                                                                                         | ・食事の意義と役割<br>・食を取り巻く現状<br><br>・教材：教科書・プリント<br><br>・一人1台端末の活用 等                                                                                                             | 【知識・技能】<br>・食事の5つの役割を理解している<br>・自分の食生活の現状を理解している<br>【思考・判断・表現】<br>・中食の増加、洋風化が進む食の消費とごみの関係、環境と食の安全性も考慮し、より健康的な食について考える力がある<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>・持続可能な社会の担い手として、消費者として出来ることに関心をもち、行動しているか                                                                                       | ○ | ○ | ○ | 4        |
|         | 第2章 栄養素、食品の特徴<br>【知識及び技能】<br>食材別の特性・栄養を理解する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>安全・健康・美味しさ・季節とともにある伝統食をおとして「おもてなし」を思考・表現する<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>無駄なく、効率的に栄養素を摂取するための工夫ができ、他者とのコミュニケーションのツールとしても、食事を活用する力をもつ                                 | ・栄養素の働き<br>・健康に必要な栄養素<br>・食品の特徴<br>・食品加工の目的<br>・食品の選択と取り扱い<br><br>・教材：教科書・プリント<br>・一人1台端末の活用 等                                                                             | 【知識・技能】<br>栄養素の種類と役割を理解している<br>【思考・判断・表現】<br>消化・吸収・代謝の回路を考慮し、摂取する栄養素の時間と量について適切であるように判断できる<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>摂り過ぎている栄養素、不足している栄養素を考慮し、購入・摂取の選択能力と、判断能力を持ち、行動できているか                                                                                                          | ○ | ○ | ○ | 6        |
|         | 定期考査（ペーパーテスト）                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ○ | ○ |   | 1        |
| 2<br>学期 | 第3章 調理と献立<br>【知識及び技能】<br>献立に合わせて食材を用意し、切る・加熱する・盛り付ける・片づける技術の習得<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>工程をあらかじめ確認することで、無駄のなく作業を進められるよう思考し、安全を確保しながらも効率的に仕上げ、片づける判断ができる<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>季節を取り入れた伝統的な和食の食材を使って、他者とのきずなを深められる楽しい食卓を創造しようとする意欲 | ・調理の基本<br>・ライフステージと食事計画<br>・献立作成<br>・様式別の献立と調理・食卓作法<br>・食文化を見つめる<br>・テーブルコーディネート<br><br>・教材：教科書・プリント<br>・一人1台端末の活用 等                                                       | 【知識・技能】<br>食べやすさ（美味しさ・消化の良さ・安全性・安心感・バランスの良さ）への配慮ができる知識を習得できているか<br>【思考・判断・表現】<br>食する者の消化能力・体調を考慮し、健康増進や生活習慣病の予防を踏まえた上で、美味しさを表現できるか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>栄養価が高く、安価で購入しやすい『季節ごとの旬の食材』を取り入れ、日本の風土で培った日本人の体質に合った健康維持・増進へ探求する態度                                                     | ○ | ○ | ○ | 3        |
|         | 第4章 調理実習<br>【知識及び技能】<br>風土により料理の特徴のちがいを<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>気温や湿度に合わせて様々な異国の料理を取り入れる思考力や調理という表現力をもつ<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>食を通じて異国の多様な文化への理解を深めると同時に日本の風土に根差した和食を継承し国際人としてより豊かな社会を創造しようとする                                    | ・調理実習に入る前に<br>・日常食・和風献立<br>・日常食・和風料理<br>・日常食・洋風献立<br>・日常食・洋風料理<br>・日常食・中国料理献立<br>・日常食・中国料理<br>・日常食・その他<br>・行事食<br>・様式別献立<br>・環境にやさしい調理<br><br>・教材：教科書・プリント<br>・一人1台端末の活用 等 | 【知識・技能】<br>和風・洋風・中国風の食材や調理法の特徴を理解できている<br>【思考・判断・表現】<br>気温や湿度の変化に合わせて、さまざまな異国の料理をイメージ・調理・味わうことで多様な文化への理解を深めていき他者とのきずなを深めていく「おもてなし」としての表現できる力<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>安価で手軽な加工品が手に入りやすい現代において、食べたとのしないもの、今では家庭ではなかなか作らない食材も取り入れようと思いをもち、食品の・歴史や手間がかかる伝統的な製法における工程の意味やの理解を深めようとする態度 | ○ | ○ | ○ | 4        |
|         | 第5章 豊かな食生活をつくる<br>【知識及び技能】<br>・戦後から現在の食生活の変化を理解する<br>・近代の食生活の問題について理解し、解決策について理解する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>・日常生活の食事において、1杯・ひと口・ひとさじの摂取により健康維持が左右されるという将来の健康を見通す判断力をもつ<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>・日常の食事から食育の推進を自分や家族の健康管理として意識し取り組む態度 | ・国民運動としての食育の推進<br><br>・教材：教科書・プリント<br>・一人1台端末の活用 等                                                                                                                         | 【知識・技能】<br>和食の作法・コーディネート・行事を理解する<br>【思考・判断・表現】<br>行事にこめられた願いを理解し、食事の中で食材・器・調理法をおとして表現していける能力<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>授業に限らず、世代をこえて地域コミュニティにも参加協力し、持続可能な社会の担い手として伝統食・和食調理方法・季節の食材を使ったメニューを取り入れようとする態度                                                                              | ○ | ○ | ○ | 4        |
| 3<br>学期 | 定期考査（ペーパーテスト）                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ○ | ○ |   | 1        |
|         | 第5章 豊かな食生活をつくる<br>【知識及び技能】<br>・戦後から現在の食生活の変化を理解する<br>・近代の食生活の問題について理解し、解決策について理解する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>・日常生活の食事において、1杯・ひと口・ひとさじの摂取により健康維持が左右されるという将来の健康を見通す判断力をもつ<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>・日常の食事から食育の推進を自分や家族の健康管理として意識し取り組む態度 | ・国民運動としての食育の推進<br><br>・教材：教科書・プリント<br>・一人1台端末の活用 等                                                                                                                         | 【知識・技能】<br>和食の作法・コーディネート・行事を理解する<br>【思考・判断・表現】<br>行事にこめられた願いを理解し、食事の中で食材・器・調理法をおとして表現していける能力<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>授業に限らず、世代をこえて地域コミュニティにも参加協力し、持続可能な社会の担い手として伝統食・和食調理方法・季節の食材を使ったメニューを取り入れようとする態度                                                                              | ○ | ○ | ○ | 1        |
|         | 合計                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |   |   | 23       |