

フードデザイン

対象クラス	1 学年 生活文化科	単位数	3
使用教科書	フードデザイン 新訂版 (実教出版)		
使用副教材	生活学Navi 資料+成分表 (実教出版)		

「 **フードデザイン** 」はこんな科目です。  
 栄養、食品、献立、調理、テーブルコーディネートなどに関する知識と技術を習得し、食生活を総合的にデザインするとともに食育の推進に寄与する能力と態度を身に付けることを目標としています。

- 科目の到達目標 (目標とする検定等)**
- ・ 食事の意義と役割について学び、現代の食生活の問題点や自分の食生活の問題点について課題を見だし改善充実しようとする態度を育てます。
  - ・ 栄養素の種類と働きや食事摂取基準について学び、自分の食生活への興味関心を高め改善する能力を身に付けます。
  - ・ 調理実習を通して、調理に関する基本的な知識と技術を身に付けます。

評価の観点	評価規準・評価内容	評価方法等
関心・意欲・態度	・ 食生活に関心を持ちその充実向上に向けて意欲的に課題解決しようとしているか。 ・ 実習に意欲的に取り組んでいるか。	授業態度・実習への取組 実習ノート・提出物の提出状況
思考・判断・表現	・ 現代の食生活の問題点、自分の食生活の問題点について考えているか。	提出物・定期考査
技 能	・ 食品の切り方、調味料の計量を身に付け、簡単な日常食を作ることができるか。 ・ 食品の概量を理解し、活用して実習を行っているか。 ・ 衛生と安全に配慮して実習を行っているか。	実習への取組 実習作品・実習ノート
知 識 ・ 理 解	・ 塩分計算、廃棄率と購入量の計算、栄養価計算などを理解しているか。 ・ 栄養素の種類と働き、消化の仕組みについて理解しているか。 ・ 食品の選択に必要な知識を身に付けているか。 ・ 食事摂取基準を理解し、日常食の献立作成ができるか。	定期考査 提出物・実習への取組 献立表

学習計画 (どのような内容を、どの時期に学ぶのか)

	単元名	学習内容	学習活動のねらい
前期中間	第4章 調理の基本 【前期中間考査】	1 節 調理とおいしさ 2 節 調理操作 3 節 調味操作 ＜切る・計量①＞＜第1・2回調理実習＞	・ 授業の目的を理解し、学習内容や授業のルールを知る。 ・ 調理の目的、調理に必要な器具と操作について知る。 ・ 食品の切り方、塩分計算、廃棄率と購入量の計算、栄養価計算などを理解する。
前期期末	第1章 食生活と健康 第2章 栄養素の働きと食事計画 【前期期末考査】	＜切る・計量②③＞ 1 節 食事の意義と役割 2 節 食をとりまく現状 1 節 からだのしくみと食べ物 2 節 炭水化物 3 節 脂質 ＜第3・4・5回調理実習＞	・ 基本的な切り方、計量の基本を習得する。 ・ 食事の意義と役割について理解し、現代の食生活、自分の食生活の問題点を知る。 ・ 体の仕組みと食べ物、栄養素の関係について理解する。 ・ 炭水化物・脂質の種類と働きについて理解する。 ・ 食品の調理上の性質等を理解し、基本的な調理技術を習得し、日常食の調理ができる。
後期中間	第2章 栄養素のはたらきと食事計画 【後期中間考査】	4 節 たんぱく質 5 節 ビタミン 6 節 ミネラル 7 節 水・その他の物質 8 節 消化と吸収 ＜日常食の調理①②③＞ ＜第6・7回調理実習＞	・ たんぱく質・ビタミンの種類と働きについて理解する。 ・ 無機質の種類と体の中の水の働きについて理解する。 ・ 消化の仕組みについて理解し、自分の体の中で起こっている栄養素の消化、吸収、排泄を知る。 ・ 食品群別摂取量の目安を理解し、調理実習を通してその食品の概量を確認する。 ・ 食品の調理上の性質等を理解し、基本的な調理技術を習得し、日常食の調理ができる。
後期末	第2章 栄養素のはたらきと食事計画 第3章 食品の特徴・表示・安全 第6章 フードデザイン実習 【学年末考査】	9 節 食事摂取基準と食事計画 2 節 食品の生産と流通 冬休み課題 正月料理・雑煮について 1 節 日常食の献立作成と調理 ＜第8・9・10・11回調理実習＞	・ 日本人の食事摂取基準について理解し、自分の食事と比較し食生活診断ができるように理解を深める。 ・ 食品の生産・流通・加工の現状について理解する。 ・ 日本の行事食について地域の特性を理解する。 ・ 食品の調理上の性質などを理解し、基本的な調理技術を習得し、日常食の調理ができる。 ・ 日常食の献立作成を行い家庭で実習する。