

【基本情報】

教科	家庭	学年	3年	教科書	フードデザイン新訂版（実教出版）
科目	フードデザイン	単位数 (年間予定コマ数)	2 (64)	副教材	オールガイド食品成分表2019
科目概要	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つける。 栄養や食品についての知識を献立作成や調理に役立たせる。また、テーブルコーディネートは、サービスの基礎、楽しい食卓づくり、食事空間のデザインなどの学習をし、食の文化的な意義を学ぶとともにもてなしの心を身につけていく。食生活を栄養面に加え、文化的な意義や精神的な満足と合わせて学習し、作るところから食べるところまでを総合的にとらえる。				
到達目標	①栄養や食品の知識を身につけ、献立作成や調理に役立たせることができる。 ②テーブルコーディネートでは、食の文化的な意義を学び、もてなしの心を身につける。 ③食材を適切に選択し、作るところから食べるところまで総合的にとらえ計画・実践できる。 ④健康の保持増進と健全な食生活を実践するために食育の意義を踏まえ、習得した知識や技術を家庭や地域で積極的に活用し食育の推進に寄与する能力と態度を身につける。				
授業の進め方	授業形態は一斉とグループ学習。 座学は被服教室、調理実習は調理教室に移動。				
留意事項	教科書・ノート・A4版ファイル、食品成分表を準備する。 調理実習時はエプロン、三角巾、ハンカチ、ティッシュ、実習記録プリント、ペンのみ持参する。 食が、安全・健康という物理的栄養であるとともに、精神的栄養であることも理解し、他者への心配りを忘れずマナーを身につけて下さい。 準備から片付けまで能率的に作業する力と調理技術の向上を目指し、自分や家族の食生活をコーディネートする実践力向上に心がけて下さい。				
家庭学習	自分の食生活を生涯にわたってコーディネートする力をつけるとともに食育の推進に寄与する力をつけるためにも、日々の生活の中で積極的に食と関わっていきましょう。また、食糧自給率、生活習慣病、資源環境の視点から食生活を見つめるためにも新聞に目を通す習慣をつけてください。毎回の授業を大切に行えば、考査前の家庭学習で十分です。				
備考					

【評価の方法】

観 点	ポイント	割 合	評価項目
A．関心・意欲・態度	食の生理的役割とともに社会的役割に関心を持ち、作ることから食べることまでろまで総合的にとらえて計画する意欲と実践的な態度を身につけている。	20%	課題学習の提出物、提出状況、実習に臨む態度
B．思考・判断	自分の食生活や、食環境が大きく変化している現状に課題を見つけ、思考を深める。また考えをまとめて判断できる。	20%	定期考査、課題学習の提出物
C．技能・表現	調理、テーブルコーディネートなどに関する技術を習得することができる。また、自分を取り巻く現状から見つけた課題を的確に表現することができる。	30%	調理実習、実技試験、課題学習の提出物
D．知識・理解	食事の意義と役割について理解するとともに、豊かな食事を構成する要素として栄養、食品、料理様式と献立、調理、テーブルコーディネートなどに関する知識を習得することができる。	30%	定期考査

【年間計画】

単 元	配当時数	学習内容	観点別評価					到達目標
			A	B	C	D	E	
第1章 食生活と健康 第1節 食事の意義と役割 第2節 食をとりまく現状 第3節 食品の特徴・表示・安全 第4節 食品の衛生と安全	13	・なぜ食べるのか ・日本の食生活は豊か？ ・栄養摂取の現状 ・生活習慣病と欠食 ・ライフスタイルの変化 ・食糧自給率 ・食品の安全性と環境の変化	○ ○	○ ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○	 ○ ○ ○	 ○	【関心・意欲・態度】自分自身の食生活や日本の食生活の現状に関心を持ち、改善しようとする意欲がある。 【思考・判断】自分自身の食生活や、食環境が大きく変化している現状に課題を見つけ、思考を深めることができる。 【技能・表現】自分自身の食生活や日本の食生活の現状から見つけた課題について考えをまとめることができる。 【知識・理解】食事は、栄養を供給し、生命の維持や健康の保持増進を図ると同時に、精神的な役割や文化的な役割を果たしていることが理解できる。日本の食生活の現状についての問題点が理解できる。

第2章 栄養素のはたらきと食事計画 第1節 からだのしくみと食べ物 第2～6節 栄養素の役割 第9節 食事摂取基準と食事計画 第10節 ライフステージと栄養計画	6	- 炭水化物 - 脂質 - たんぱく質 - ビタミン - ミネラル - 日本人の食事摂取基準 - 日本型食生活のすすめ	○	○	○	○	【関心・意欲・態度】炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、無機質などの種類とはたらき、栄養素の消化のしくみに関心を持っている。ライフステージごとの栄養の特徴を知り、各ライフステージに応じた食生活に関心を持っている。 【思考・判断】からだの中でそれぞれの栄養素がどのようなはたらきをしているのかを考え、各ライフステージに応じた食生活について判断することができる。 【技能・表現】食生活の現状とも関わらせながら、「日本人の食事摂取基準」や「食品群別摂取量のめやす」など活用し、ライフステージに応じた食事計画にいかすことができる。 【知識・理解】炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、無機質などの種類とはたらきについての知識を習得することができる。 エネルギーや各栄養素の食事摂取基準について理解できる。 乳幼児期から高齢期までの各ライフステージごとの栄養の特徴、食生活上の留意事項について理解できる。
前期期末考査	1		○	○			
第4章 調理の基本 第1節 調理とおいしさ 第2節 調理操作 第3節 調味操作 第6章 フードデザイン実習 第1節 献立作成	28	- 春の和風献立（たけのこ飯、若たけ汁、鶏肉のくわ焼き） - 洋風献立（マカロニグラタン） - デザート（パウンドケーキ） - きゅうりの半月切り実技試験（ポテトサラダ・マヨネーズ・とりときゅうりの和え物） - 牛乳を使用した創作料理に挑戦 - 洋風献立（ホイル焼き、かき玉汁） - 弁当献立 - デザート（アップルパイ、スイートポテト） - 和風献立（はなずし、はまぐりずし、かぼちゃのそぼろあんかけ） - パーティー料理	○	○	○	○	【関心・意欲・態度】調理の目的について、安全性、栄養、嗜好、心身の健康などの面から関心を持ち、学ぼうとする意欲がある。食事のテーマにふさわしい献立や食卓の整え方、周囲の環境づくりを行おうとする。 【思考・判断】食物のおいしさは、味・香・色・テクスチャー・温度などに関わっており、調味、加熱やその他の調理操作が料理のできあがりに与える影響について思考を深めることができる。 具体的な食事テーマを設定し、その目的に応じた献立を考えることができる。 【技能・表現】日常食、行事食、供応食などの調理に必要な調理技術の基礎を身につけることができる。食事のテーマに応じた献立作成・食品材料の選択と調理、テーブルコーディネートなど、一連の流れを計画し実践できる。 【知識・理解】日常食、行事食、供応食などの調理に必要な基礎知識を習得することができる。主な加熱操作と非加熱操作について、食品の調理性や栄養的特徴などとかかわらせて理解できる。具体的な食事テーマの設定、目的に応じた献立作成、献立に適した食品の選択、食品の調理生性を踏まえた適切な調理について、理解できる。
第5章 料理様式とテーブルコーディネート 1節 料理様式と献立 2節 テーブルコーディネート	3	- 日本料理 - 西洋料理 - 中国料理 - テーブルコーディネートの意義 - テーブルコーディネートの要素 - テーブルコーディネート実習	○	○	○	○	【関心・意欲・態度】日本料理、西洋料理、中国料理など代表的な料理様式について、それぞれの特徴に関心を持とうとしている。季節や行事、食事の目的などに応じて食卓を演出しようとする意欲・関心が感じられる。 【思考・判断】食器・盛りつけ・テーブルクロス・照明などについて、目的に応じた適切な選択ができる。 【技能・表現】様式別の食卓構成や食卓作法、供応に伴うマナーを身につけることができる。 食器・盛りつけ・テーブルクロス・照明などについて適切な取り扱いができる。目的に応じたテーブルコーディネートができる。 【知識・理解】日本料理、西洋料理、中国料理など代表的な料理様式について、それぞれの特徴や献立構成を理解できる。 食事を心豊かにおいしく食べるためには、季節や行事、食事の目的などに応じて食卓を演出する必要があることを理解できる。
後期中間考査	1		○	○			
家庭学習期間	12						
年間総予定授業コマ数	64						