

令和3年度 3年「フードデザイン」シラバス

1 科目・単位・履修学年・区分

教科	科目	単位	履修学年	区分
家庭科	フードデザイン	3単位	3学年	選択（文型）

2 使用教科書・副教材

- ・教科書：「フードデザイン」（教育図書）
- ・副教材：「最新 生活ハンドブック 2020 資料集&成分表」（第一学習社）

3 科目「フードデザイン」の目標

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させ、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育てる。

4 授業形態・方法

通常の講義形式と、グループ単位での実験・実習、疑似体験、シミュレーション学習などを通して体験的に学習を深めます。座学、実習内容によって教室の移動がある場合もあります。いずれの場合も教科書及び資料集を用います。

5 成績評価の方法

成績評価は定期考査の成績、提出物（プリント、ファイル、実習の記録、課題）、授業態度などをみて総合的に判断します。

1学期	期末考査：60%、提出物：30%、実習・実験・態度：10%
2学期	期末考査：60%、提出物：30%、実習・実験・態度：10%
3学期	学年末考査なし、提出物：90%、実習・実験・態度：10%
学年末	（1学期の評定＋2学期の評定＋3学期の評定）／3

6 評価の観点（評価の観点及び評価方法）

	a. 関心・意欲・態度	b. 思考・判断・表現	c. 技能	d. 知識・理解
評価の観点	食生活に関する諸問題に関心をもち、食育の推進に向けて、積極的に取り組もうとする意欲と態度を身に付けている。	食生活を総合的に捉えて計画・実践するための課題を見だし、思考を深め、食育の推進に寄与するために、創意工夫し表現する能力を身に付けている。	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技術を身に付けている。	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を身に付けている。
評価方法	・授業、実習への参加の仕方や態度 ・課題 ・ワークシート	・定期考査の論述問題 ・実習レポートやプリントの考察 ・発表の内容	・実習の実技 ・実習レポート ・課題	・定期考査 ・実習記録の考察

7 年間計画

月	学習内容	指導目標・指導上の留意点評価の観点	時数	進度	評価方法 【使用機器等】
4	オリエンテーション	・学習の意義や進度、評価の方法を理解させる。	1		・授業態度 ・発問評価 ・ワークシート
	第1章健康と食生活 1. 食事の意義と役割	・食事は生きるための意味合いだけでなく、さまざまな意味があることを理解し、食事と団らんの重要性を知る。	2		
	2. 食を取り巻く現状	・私たちの栄養の摂取状況について知る。 ・食の外部化や食料自給率の低下などの諸問題について正しい知識を見につけ、自分なりの考えを確立する。	6		
5	第2章栄養素・食品の特徴 1. 栄養素のはたらき	・食物摂取の必要性や、健康を維持するために必要な栄養摂取量、ライフステージごとの栄養摂取の特徴を理解する。	2		・授業態度 ・発問評価 ・ワークシート
	2. 健康に必要な栄養素	・各栄養素の種類と栄養的な意義、それらの栄養素を含む食品について知り、各栄養素の代謝経路と役割を理解する。 ・各栄養素の必要性を理解し、バランスよく摂取する重要性を理解する。	10		
6	3. 消化・吸収の仕組み	・食品に含まれる栄養成分が、体内で消化、吸収される過程を理解する	2		・授業態度 ・発問評価 ・ワークシート ・期末テスト ・ファイル提出
	4. 食品の特徴	・さまざまな食品について、特徴とその調理性、加工について理解する。 ・それぞれの食品と、栄養素を関連づけて学習し、日常の食事から効果的に栄養素を摂取できるようになる。 ・健康食品やインスタント食品などの食品について正しい知識を身につける。	10		
	5. 食品の加工 6. 食品の選択と取り扱い	・身の回りにある加工食品を知り、加工の方法や目的を理解する。 ・食品に記載された情報の正しい見方を知り、食品選択に役立てることができるようになる。 ・食中毒の危険性について知り、正しい予防ができるようになる。	8		
9	第3章調理と献立 1. 調理の基本	・調理は食品を食事の目的に合うようにつくりかえることを理解する。 ・調理器具や調理の方法を知ること、実際の調理をする前の下地作りをする。	5		・授業態度 ・発問評価 ・ワークシート
	2. ライフステージと食事計画	・年齢や性別、運動量などによって、必要とされる栄養素に違いがあることを知り、ライフステージごとの特徴を理解する。	4		
10	3. 献立作成	・献立を作成するための留意点を理解し、のぞましい献立作成ができる能力を身につける。	2		・授業態度 ・発問評価 ・ワークシート
	4. 様式別の献立と調理・食卓作法	・各様式別料理の特徴を理解する。 ・各様式の献立構成、食卓構成、作法を理解する。 ・各様式に適した献立作成や供応に伴うマナーを身につける。	4		
	5. 食文化を見つめる	・食は生活と密着したものであり、地域やライフスタイルに合わせて多様な文化を作り上げてきたことを知る。	2		
	6. テーブルコーディネート	・テーブルコーディネートの基本をふまえ、食事のテーマにふさわしい食卓の整え方や環境作りの技術を身につける。 ・各料理のサービスの特徴を理解する。	4		
11	第4章調理実習 ○日常食 和風・洋風・中国料理献立	・日本料理、西洋料理、中国料理の基本的な献立作成ができるようにする。 ・作成した献立に適した食品を選択し、食品の調理性をふまえた適切な調理ができるようにする。	25		・授業態度 ・発問評価 ・ワークシート
12	○日常食・その他 ○調理法を工夫したエコクッキング	・食品衛生と安全に十分配慮して、食品を適切に扱うことができるようにする。			
1	○行事食	・主な調理操作を習得することにより、能率良くおいしく作ることができるようにする。 ・各料理に合った盛り付けや、目的に合った食卓を整えることができる。			
2	第5章豊かな食生活をつくる 1. 国民運動としての食育の推進	・現代の食生活を見直すために、食育の大切さを理解する。 ・地域ごとの食育の取り組みについて学ぶ。	3		
年間指導時間			90		