

令和5年度 家庭科

教科	技術家庭科	科目	家庭科	単位数	1	年次/コース	中学1年生/特進
使用教科書	新編 新しい技術・家庭（家庭分野）自立と共生を目指して（東京書籍）						
副教材など	中学技術/家庭学習ノート(自立と共生を目指して) 家庭分野（東京書籍）						

1. 学習の到達目標

●科目について

1年生では『私たちの食生活』について学習します。

- 生活の中で食事が果たしている役割について考え、自分の食生活を振り返り、食品群ごとに点検し、課題を見つけ、健康に良い食習慣を目指して改善策を考える『食』に関わる分野です。
- 健康に良い食習慣の重要性を理解し、栄養素を考えた食品の組み合わせを中心に、中学生に相応しい1日の献立の立て方を理解します。
- 食生活をとりまく現代の課題等に目を向け、自分たちで解決する方法や取り組みを考えます。地域の食文化や地域の食材を生かした和食の調理など、持続可能な食生活を目指して学びを深めます。
- 日常生活と関連付けて、用途に応じた生鮮食品と加工食品の選択について理解し、食品の選択方法や正しい保存方法、計画的な購入の必要性を学習します。
- 栄養バランスの良い献立を決め、食品の調理上の性質を生かした調理の要点を学びます。
- 食品や調理器具などの安全な扱い方と衛生面に留意した管理について理解し、日常食の調理実践に向けた計画も考えていきます。
- 調理実習では、コロナ感染症予防対策を万全に行い、安全で能率的な方法を考え、調理の目的や食材に合った基本的な調理操作を習得できるようにします

●コンピテンシーについて

- 食事の役割を理解し、自分の食生活を振り返り、課題点を考える。[知識の習得力・思考力]
- 栄養素の働きを理解し、中学生の栄養の特徴を考える。[知識の活用力・表現力・思考力]
- 栄養バランスの取れた献立を考える [学びに向かう力・知識の活用力・思考力・コミュニケーション力]
- より良い食生活を目指して、社会をとりまく食の課題について知り、自らの調べ学習で深める
[思考力・判断力・表現力]
- 食事の役割を理解し、自分の食生活を振り返り課題点を考える。
[知識の活用力・思考力・コミュニケーション力]
- 基礎的な日常食の調理ができる。[学びに向かう力・知識技能の習得・思考力・協働する力]
- 安全と衛生に留意し調理器具の適切な管理ができる。[学びに向かう力・思考力・コミュニケーション力]

2. 学習方法について

●授業中において

- 授業では、解説資料や動画を使って、学習ノートに取り組み、授業の振り返りを行います。
- 問題解決のために、グループワークや発表を行う取り組みをします。
- 調べた内容をスライドにまとめ、Classroomに提出してもらいます。
- 授業ごとのリフレクションは、Classroomに送信します。その授業で学習した内容の理解ができているかを問う内容にしています。
- 毎時間リフレクションをすることで、学習内容を自分の中で整理し、次の授業につなげていくことにしましょう。
- 調理実習の試食は、スクール形式・黙食の徹底など、十分な配慮を行います。グループで協力し、環境に配慮した調理や後片付けができることを目標にしましょう。

●家庭学習において

- ・学習した知識と技術を活用し、実際の家庭生活の中で実践することはとても大切です。生活の課題を主体的にとらえ、実践を通してその解決を目指すことにより、自分の生活を工夫し、創造する態度が育成できると考えています。
- ・食生活の単元では、夏休みの自由調理と冬休みの行事食について、家庭で調理をしたり、家庭の食文化について知る機会を設けています。

3. 学習評価（評価規準と評価方法）

	①：知識・技能	②：思考・判断・表現	③：主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	<ul style="list-style-type: none"> ・中学生の食生活の中で食事が果たす役割を理解し、基礎的・基本的な栄養素の種類とはたらきについて、知識を身につけ6つの食品群に分類できる。 ・日常食を選択する観点について知る。 ・食品の表示について調べ用途に応じた食品の選択について考える。 ・食品のさまざまな保存方法を知る。 ・食中毒の防止について知る。 ・日本の伝統食や地域の食文化の意義を理解させる。 ・調理に関する基礎的・基本的な技術を身につけている。 ・調理の目的や食材に合った基本的な調理動作ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・中学生の食生活と栄養について課題を見つけ、健康に良い食習慣を目指して考え、工夫している。 ・食品の選び方について理解し中学生に必要な栄養を満たす1日分の献立を考える。 ・考えた献立について、問題を見出して課題を設定している。 ・用途に応じた食品の選択について、収集・整理した情報を活用して考え工夫している。 ・日常食の調理と地域の食文化について課題を見つけ、その解決を目指して工夫している。 ・身近な食材を生かした調理の実践を行い、成果と課題について考えることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の食生活について関心を持ち、学習活動に取り組み、食生活をよりよくしようとしている。 ・日常食の献立と食品の選び方について関心をもって学習活動に取り組み、自分の食生活に実践している。 ・食の課題解決に主体的に取り組もうとしている。 ・自分や家族の食生活に関心を持ち、学習活動に取り組み食生活をよりよくしようとしている。 ・食品や調理器具の安全と衛生に配慮し、協力して調理実習を行うことができる。 ・授業に主体的に取り組み、ワークノートやスライド、レポートに工夫しながら丁寧に取り組むことができる。
評価方法	定期考査（学期末考査） リフレクションシート	定期考査（学期末考査） リフレクションシート	学習ノート スライド 実習レポート 夏期・冬期休暇課題 実習姿勢
上に示す観点・評価方法に基づいて、各観点で評価し、学期末に当該学期の観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）及び評定（1～5の5段階）にまとめます。また、学年末に年度を通しての観点別学習状況の評価（A、B、Cの3段階）及び評定（1～5の5段階）にまとめます。			

4. 学習の活動

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点			単元（題材）の評価規準	評価方法
			①	②	③		

1 学 期	食生活の課題を見つけよう	1日の食生活を振り返る	○	○	○	自分の食生活を振り返り、食品群ごとに点検し、課題を見つけ、健康に良い食習慣について考え、改善策を考えることができ、グループで共有することができる。	グループワーク 学習ノート レポート作成
	食事の役割と中学生の栄養の特徴 中学生に必要な栄養を満たす食事	食品群別に分類し、栄養のバランスを点検する。 中学生に相応しい献立の作成	○	○	○	一日分の献立を作成し、扱う食材を食品群別に分類し、摂取量を満たしているか点検し、不足している食品群の補い方や改善点を提案し、発表することができる 健康に良い食習慣の重要性を理解し、各食品群よりバランスよく必要量を取り入れ、中学生に相応しい1日分の献立の立て方を理解し完成できる。	レポート作成 グループワーク レポート作成 学習ノート
2 学 期	調理のための食品の選択と購入	日常食の調理実習	○		○	安全や衛生に配慮し、能率的な調理の流れと手順を理解し、調理計画を工夫しグループで協力しながら、主体的に実習することができる	グループワーク 調理レポート
		調理器具を知る 調理実習における包丁の扱い方	○	○	○	調理器具の正しい扱い方（包丁・計量カップ・はかり・コンロ）を知り、調理室での約束事（黙食・試食マナー・片付け・ゴミの処理）を把握、グループで協力して実習することができる。 安全や衛生面に配慮し、正しい包丁の持ち方、まな板の配置を行い、正しいきゅうりの小口切りを行うことができる。	行動観察 包丁の扱い方テスト
3 学 期	日常食の調理と地域の食文化	生鮮食品と加工食品の特徴と表示の内容品質の見分け方を知る	○	○		日常生活と関連付け、用途に応じた生鮮食品の選択について理解しているとともに、適切にできる。	学習ノート
		食中毒の防止について考える	○		○	保存方法と食品の腐敗や食中毒の原因を関連付けて扱い、適切な保存と計画的な購入の必要性に気付かせる。	学習ノート
		野菜・いも・肉・魚の調理上の性質を知る。	○		○	野菜や肉・魚の性質や考え、調理上の性質を生かした調理方法を工夫する。 調理の手順について、安全で能率的な方法を考えさせる。	行動観察