

平成 29 度 家庭科シラバス

科目名	フード デザイン		学年 3 年次	教科書 フードデザイン (教育図書)		
	単位数	単位	副教材 専門書等より資料作成			
学習目標	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、食事を総合的にデザインする能力と態度を育てる。					
学期	月	学習内容	時間	学習のねらい 定期考査 課題・提出物予定 等		
前期	4	オリエンテーション 【食生活の充実・向上】 1. 食生活の変化と現状 ①食品とエネルギー・栄養素の摂取量 ②食の外部化・社会化 ③輸入に頼る食生活 ④食意識の多様化 ⑤食生活と環境	2 4	食品摂取の変化は、栄養素等摂取量の変化をまねき、それによって日本人の平均寿命が伸びたが、反面新たに生じた問題について考える。 飽食の時代にありながら、過不足栄養素について把握でき、どうすれば解決できるか考える。 自給率の低下と食料品輸入の現状が把握でき、これからどうするべきか前向きに考える。 現代人の「食」に関する問題点と課題が理解できる。 健康で自立した生活を送るうえで、食に関する正しい知識を身につけることが重要だという認識がもち、安全な食品を選択するための知識や態度を身につける。	・学習ワークシートを毎時間記入し、ファイルへ整理。 ・豆テスト	
	5	2. より良い食生活を創造するために ①これからの食生活 ②食べることの意義と役割 ●食物調理検定の実施	8	よりよい食生活を創造するために自己の食生活を分析し、問題を見つけだし、改善する能力と自己の食事管理ができる能力を身につける。		
	6		10	栄養素・食品・器具や調理技術の定着のための学習とともに、資格取得のために検定を実施する。		・食物調理検定 4・3 級の受験、検定対策への出席状況
	7	【献立と調理】 1. 調理の基本 ①調理の目的 ②食べ物のおいしさ	24	調理の目的が理解できる。 食物の味はどのような要素によって影響を受けるか。また、そのときの相互作用や調味料の入れ方が理解できる。		・実習参加への服装指導・安全指導

前期	9	③調理操作 ④食品の調理性 2. 献立作成 ①献立作成の留意点 ②献立作成	8	調理器具、調理方法の特徴、要点が理解できる。 食品の成分や特徴、調理上の特性について理解できる。 日常食の意義や献立作成の要点を理解できる。日常食の献立を作成する意欲や実践的態度を身につける。	・豆テスト
	10	【健康・栄養・食物】 1. なぜ食物が必要なのか ①食物に求められるもの ②食物はどこからくるのか ③食物の選び方 2. 健康に必要な栄養素 ①炭水化物 ②脂質 ③たんぱく質 ④ビタミン ⑤無機質、水、その他 3. 食品の成分と変化 ①栄養素の吸収 ②色、香り、味の成分 ③安全性の向上 3. 産業教育フェアの参観 4. 那覇市主催の食育講座への参加	40	毎日とっている食物の必要性を理解する。 食料の国内生産と輸入・流通のシステムを理解する。 食品の鑑別方法を理解し、食品の良否が見分けられるようにする。	・学習ワークシートを毎時間記入し、ファイルへ整理。 ・豆テスト
後期	11	③食物の選び方 2. 健康に必要な栄養素 ①炭水化物 ②脂質 ③たんぱく質 ④ビタミン ⑤無機質、水、その他 3. 食品の成分と変化 ①栄養素の吸収 ②色、香り、味の成分 ③安全性の向上 3. 産業教育フェアの参観 4. 那覇市主催の食育講座への参加	20	三大栄養素の役割、栄養価、またそれぞれの種類、代謝経路を理解する。ビタミン、無機質の種類と役割、どのような食品に含まれているか理解する。	・豆テスト
	12	③安全性の向上 3. 産業教育フェアの参観 4. 那覇市主催の食育講座への参加	24	栄養素の消化器官と消化酵素の働きを理解する。 食品の色素、調理による色の変化について理解する。 食品中に含まれる有害物質の調理による除去、破壊について理解する。	・実習参加への服装指導・安全指導
	1	【献立と調理】 1. 様式別の献立と調理・食卓作法 ①日本料理の特徴と献立・食卓作法 ②西洋料理の特徴と献立・食卓作法 ③中国料理の特徴と献立・食卓作法 2. テーブルコーディネート ①おいしく楽しい食卓を作る ②日本料理 ③西洋料理 ④中国料理 ⑤基本的なサービスの方法	計 1 4 0 時間	日常食の調理について、家庭総合等で習得した技術に加え、さらに高度な技術を習得する。行事食の意義や献立、調理について理解する。様式別献立について、それぞれの特徴について知識を得、また、様式別調理の食卓構成や作法について理解する。 テーブルコーディネートの基本事項をふまえ、食事のテーマにふさわしい食卓の整え方ができる技術を身につける。食べる人に配慮したサービスの方法とマナーを身につける。	・豆テスト

調理実習 (前期)	①冷やしうどんとめんつゆ ②魚のホイル焼き ③アイスクリーム ④麻婆豆腐と粟米湯・白米 ⑤みたらし団子 ⑥肉味噌麺 ⑦食物調理技術検定3・4級対策
調理実習 (後期)	①ベーグル ②トルティージャ・デ・パパス、ボンボン・カーサムーチャー、いなむるち ③ぶりの照り焼き、すまし汁、和え物 ⑥ビビンバ・わかめスープ ⑦ローストチキン ⑧ガト ーショコラ ⑨チュロス ⑩弁当作り
学習評価の 観点・方法	<ul style="list-style-type: none"> ・出席状況、ワークシート等の提出 ・年2回の考査 ・授業への関心・意欲・態度 ・食物検定の受検 ・調理実習、校外学習への参加
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生・安全面の指導に留意する。 ・家庭総合4単位を履修していること。