

# フードデザイン

|                |  |     |     |       |             |
|----------------|--|-----|-----|-------|-------------|
| 教科名            | 家庭   | 単位数 | 2単位 | 学科・学年 | 普通科 3年 キャリア |
| 教科書名           | フードデザイン  |     |     | 出版社名  | 実教出版        |
| 副教材等           | フードデザイン学習ノート   |     |     | 出版社名  | 実教出版        |
| 科目目標           | 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。                              |     |     |       |             |
| 到達目標<br>(検定目標) | 食物に関する基礎的・基本的な知識と技術を習得させ、生活産業の社会的な意義や役割を理解させるとともに、諸課題を主体的・合理的に解決し、社会の発展を図る創造的な能力と実践的な態度を育てる。 |     |     |       |             |
| 成績評価           | 定期考査、課題・レポートの提出、授業態度などをもとに、評価の観点により総合的に評価します。  |     |     |       |             |
| 評価規準           | 関：関心・意欲・態度 思：思考・判断 技：技能・表現 知：知識・理解   |     |     |       |             |

## 授 業 計 画

| 月 | 授 業 内 容  | 授 業 目 標  | 評価の観点 |   |   |   |
|---|--|--|-------|---|---|---|
|   |  |  | 関     | 思 | 技 | 知 |
| 4 | フードデザインの学び方<br>食生活と健康<br>食事の意義と役割<br>食をとりまく現状                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>・食事の役割には、生理的役割と社会的役割があることについて学ぶ。</li> <li>・日本の食糧事情・栄養摂取の現状について理解する。</li> <li>・食事スタイルの変化と現状について学ぶ。</li> </ul>  | ●     | ● | ● | ● |
| 5 | 調理の基本<br>調理とおいしさ<br>調理操作<br>調味操作<br>栄養素のはたらきと食事計画<br>からだのしくみと食べ物<br>炭水化物 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・調理上の基本的事項を習得し、調理実習や家庭生活の向上に生かす。</li> <li>・食べ物とそれに含まれる各栄養素の性質と機能について理解する。</li> <li>・日々の食生活が生命維持の基本であることを再認識する。</li> <li>・炭水化物は人間にとって重要なエネルギー源であることを知り、炭水化物の種類、糖質の代謝について理解する。</li> </ul> | ●     | ● | ● | ● |
| 6 | 脂質<br>たんぱく質<br>ビタミン  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・脂質の種類と脂肪の代謝について理解する。</li> <li>・たんぱく質は、からだの構成成分として重要な栄養素であることを知り、たんぱく質の種類と栄養価、代謝について理解する。</li> <li>・ビタミンの種類（脂溶性ビタミンと水溶性ビタミン）と性質について理解する。</li> </ul>                                     | ●     | ● | ● | ● |
| 7 | ミネラル<br>水・その他の物質<br>消化と吸収  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミネラルの種類と性質について理解する。</li> <li>・水・その他の物質のはたらきについて理解する。</li> <li>・各種栄養素の体内での消化・吸収の過程を理解する。</li> </ul>   | ●     | ● | ● | ● |

|    |  |   |   |   |   |   |  |
|----|--|---|---|---|---|---|--|
| 9  | <p>食事摂取基準と食事計画<br/>ライフステージと栄養計画<br/>食品の特徴・表示・安全<br/>食品の特徴と性質<br/>穀類<br/>いも類</p>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養バランスのよい食事とはどのようなものか、年齢別、性別の栄養摂取量の範囲を理解する。</li> <li>・各ライフステージにおける栄養計画について理解する。</li> <li>・穀類・いも類の特徴と調理上の性質について理解する。</li> </ul>  | ● | ● | ● | ● |  |
| 10 | <p>砂糖<br/>豆類<br/>野菜類<br/>くだもの類<br/>きのこ類<br/>海藻類</p>                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・砂糖の特徴と、溶解性・脱水性など調理上の性質について理解する。</li> <li>・豆類・野菜類・くだもの類・きのこ類・海藻類の特徴と調理上の性質について理解する。</li> </ul>   | ● | ● | ● | ● |  |
| 11 | <p>魚貝類<br/>肉類<br/>卵<br/>牛乳・乳製品<br/>その他の食品<br/>食品の生産と流通<br/>食品の選択と表示<br/>食品の衛生と安全</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・魚貝類・肉類の特徴と調理上の性質について理解する。</li> <li>・卵の調理特性（希釈性・熱凝固性・起泡性など）について学ぶ。</li> <li>・牛乳は栄養バランスのすぐれた食品であることを知り、調理上の性質について理解する。</li> <li>・その他の食品の特徴と調理上の特性について理解する。</li> <li>・現代の食に関する状況について理解する。</li> </ul> | ● | ● | ● | ● |  |
| 12 | <p>料理様式とテーブルコーディネート<br/>食育</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・和風・洋風・中華などそれぞれの様式に応じた食卓構成と作法について理解する。</li> <li>・食育の意義と推進活動について学ぶ。</li> </ul>  | ● | ● | ● | ● |  |
| 1  | <p>学習のまとめ</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習したことを実践することの大切さを再認識する。</li> </ul>   | ● | ● | ● | ● |  |

**【履修上の注意およびワンポイントアドバイス】**

- ・教科書・ノートを忘れないようにし、毎時間集中して授業を受けましょう。
- ・必要な知識を理解しているか、学期ごとの考査で確認します。
- ・提出物はきちんと期限内に提出しましょう。