

東京都立大崎高等学校 定時制課程 令和4年度 年間授業計画

教科:(フードデザイン) 科目:フードデザイン (2単位) 対象:(第4 学年1組)

教科担当者:奥村 南花

使用教科書 :フードデザイン新訂版(実教出版)

使用教材 :ワークシート、視聴覚教材

指導内容 【年間授業計画】	具体的な指導目標 【年間授業計画】	評価の観点 方法	予定時数
	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月 1章 食生活と健康 1節 食事の意義と役割 2節 食をとりまく現状 2章 栄養素のはたらきと食事計画	からだをつくる栄養素としての食事、食生活を豊かにするものとしての食事 栄養摂取の変化と現状、生活習慣病と欠食、ライフスタイルの変化、食料自給率、食品の安全性と環境の変化について理解させる。 基本となる栄養素の炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、無機質などの機能と代謝及び水の生理機能について理解させるとともに、それらの栄養素の消化、吸収、排泄についてその仕組みの概要を理解させる。	知識・理解 技能・表現 関心・意欲 思考・判断 授業態度 出席状況 提出物 プリント内 容 課題 定期考査	6
5月 1節 からだのしくみと食べ物 2節 炭水化物 2節 炭水化物	からだのしくみ、栄養素の役割 炭水化物とは、炭水化物の種類 炭水化物の種類、糖質の代謝		8
6月 3節 脂質 4節 たんぱく質 5節 ビタミン	脂質とは、脂質の種類、脂質の代謝 たんぱく質とは、たんぱく質の種類と栄養価、たんぱく質の代謝 ビタミンとは、ビタミンの種類		8
6月 6節 ミネラル 7節 水・その他の物質	ミネラルとは、ミネラルの種類 水、その他の物質		8
7月 3章 食品の特徴・表示・安全 3節 食品の選択と表示 4節 食品の衛生と安全	食品の性質と目的に合った加工、貯蔵の方法や食品の表示について関連する各種制度を食品の安全性や食品産業の取組などの点などから理解させ、目的に応じて適切な選択ができて食品の表示、加工食品と加工方法、特別用途食品と保健機能食品 食中毒、台所の衛生、食品添加物		2
7月 1学期期末考査	1学期のまとめの期末考査		0
8月 夏季休業			8
9月 3章 食品の特徴・表示・安全 1節 食品の特徴と性質	日常よく使用される食品を取り上げ、食品の特徴、調理上の性質及び調理による成分の変化などについて理解させる。 また、食品の生産、流通などの現状について理解させ、日本の食料自給率の向上や地産地消について地域の実態と関連させて考えさせる。 穀類、いも類、砂糖、豆類、種実類 野菜類、くだもの類、きのこ類、海藻類 魚介類、肉類 卵、牛乳・乳製品 油脂類、かんてん・ゼラチン、嗜好食品、調味料・香辛料		10
10月 2節 食品の生産と流通 3節 食品の選択と表示 2章 栄養素のはたらきと食事計画 8節 消化と吸収 9節 食事摂取基準と食事計画 9節 食事摂取基準と食事計画 4章 調理の基本	第一次産業の現状、食品の生産、食品の流通 食品の多様化、食品の選択 栄養素の消化、吸収、排泄についてその仕組みの概要を理解させる。 また、日本人の食事摂取基準を理解させ、食生活と生活習慣病などのかかわりや各栄養素を多く含む食品、効率的に利用するための調理法などを取り上げ、食事計画や献立作成に活用できるようにする。 消化のしくみ 日本人の食事摂取基準 食事計画 食物のおいしさは、味、香り、色、外観、テクスチャー、温度などがかかわっており、切り方、調味、加熱やその他の調理操作が料理のできあがり大きく影響することを理解させ、適切な調理操作ができるようにする。		8
11月 1節 調理とおいしさ 2節 調理操作 2節 調理操作 3節 調味操作 6章 フードデザイン実習 1節 献立作成 1節 献立作成 1節 献立作成	調理の目的、食べ物のおいしさ 非加熱操作、加熱操作、加熱調理器具 味を整える ここでは、食事のテーマに応じた献立作成、食材の選択と調理、テーブルコーディネートと各料理のサービスの方法について、一連の実習を通して実践できるようにする。 日常食の献立を考える際の留意点、日常食の献立作成、供応食・行事食 テーマ設定と調理実習 テーマ設定と調理実習		4
12月 1節 献立作成 2学期期末考査	テーマ設定と調理実習 2学期のまとめの期末考査	6	
1月 2章 栄養素のはたらきと食事計画 10節 ライフステージと栄養計画 5章 料理様式とテーブルコーディネート	乳幼児から高齢期までのライフステージごとの栄養の特徴、食生活上の留意事項、調理法の工夫などについて理解させる。 乳児期の栄養計画、幼児期の栄養計画、学童期の栄養計画、青年期の栄養計画、成人期の栄養計画、高齢期の栄養計画 日本料理、西洋料理、中国料理など代表的な料理洋式についてそれぞれの料理の特徴や献立構成を理解させ、献立作成の要点や手順などを踏まえて、目的や条件に応じた献立作成ができるようにする。また、様式別の食卓構成や食卓作法、供応に伴うマナーについても理解させる。	4	
2月 1節 調理様式と献立 2節 テーブルコーディネート 2節 テーブルコーディネート 2節 テーブルコーディネート 7章 食育 1節 食育の意義と推進活動 1年間のまとめ	食卓作りが大切であり、各季節や行事など、もてなしの時だけでなく普段の食卓作りにも日本料理の様式と献立、西洋料理の様式と献立、中国料理の様式と献立 テーブルコーディネートとは、テーブルコーディネートのポイント 和風のテーブルコーディネート、洋風のテーブルコーディネート 中国風のテーブルコーディネート、室内のコーディネート 食育基本法の趣旨を理解させ、食育の重要性について認識させる。また、地域の食育推進計画や行政、事業者などが行っている食育を推進する活動について調査するなどを通して、食育に関心をもたせる。 食育基本法、家庭や地域における食育推進活動	3	
3月 3学期の期末考査	3学期のまとめの期末考査		