

月	指導項目	学習内容	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	備考
4	編の導入	◎編の導入 ○この編の学習の目標と学習内容を知る。			食生活について関心を持ち、食生活をよりよくしようとしている。	
5 6 7	献立作りと食品の選択調理と食文化	◎食品に含まれる栄養素を調べよう ○食品成分表を使い、身近な食品の栄養的な特徴を調べる。 ○食品の可食部100gと1回に食べやすい量に含まれるカルシウムの量の違いを把握する。 ◎何をどのくらい食べればよいか考えよう ○身近な食品を栄養的な特徴により6つの食品群に分類する。 ○食品群別摂取量の目安と1日に必要な食品の種類と概量を知る。 ◎バランスの良い食事について考えよう ○中学生に必要な栄養を満たす1日分の献立を考える。 ◎日常食の調理をしよう ○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まとめる。 ○調理に必要な手順や時間を考え、調理計画を工夫する。 ○調理実習の準備をする。 ○安全と衛生に気をつけて調理をする。 ○試食をする。 ○後かたづけをする。 ○調理実習の反省をし、評価をする。 ◎肉の調理を工夫しよう ○肉の調理上の性質を知る。 ○安全と衛生に気をつけて、肉の調理をする。 ◎魚の調理を工夫しよう ○魚の調理上の性質を知る。 ○安全と衛生に気をつけて、魚の調理をする。 ◎野菜の調理を工夫しよう ○野菜の調理上の性質を知る。 ○安全と衛生に気をつけて、野菜の調理をする。 ◎日本や地域の食文化についてしよう ○地域の食材や季節の食材について調べる。 ○地域の食文化について調べる。	・食品の栄養的特質について理解している。 ・食品群や食品群別摂取量の目安について理解している。 ・中学生の1日に必要な食品の種類と概量について理解している。 ・中学生に必要な栄養を満たす1日分の献立の立て方について理解している。 ・調理の目的や食材に合った基本的な調理操作ができる。 ・安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができる。 ・食品の調理上の性質について理解している。 ・加熱調理と調味の要点について理解している。 ・食品や調理用具の安全と衛生に留意した取り扱い方について理解している。 ・肉の調理上の性質について理解している。 ・魚の調理上の性質について理解している。 ・野菜の調理上の性質について理解している。 ・地域の食文化の意義について理解している。	・中学生の1日分の献立について課題を見つけ、必要な栄養を満たすために料理や食品の組み合わせについて考え、工夫している。 ・基礎的な日常食の調理について、調理に必要な手順や時間を考えて計画したり、食品の調理上の性質を生かした調理を工夫したりしている。 ・肉の調理上の性質を生かした調理方法を考え、工夫している。 ・魚の調理上の性質を生かした調理方法を考え、工夫している。 ・野菜の調理上の性質を生かした調理方法を考え、工夫している。	・食品の栄養的特質や中学生の1日に必要な食品の種類と概量に関心を持ち、食品について調べたり、計量したりしようとしている。 ・必要な栄養を満たす食事のとり方をしようとしている。 ・食品や調理用具等の安全と衛生に配慮し、調理実習で実践しようとしている。 ・肉の調理に関心を持ち、肉を用いた調理に意欲的に取り組もうとしている。 ・魚の調理に関心を持ち、魚を用いた調理に意欲的に取り組もうとしている。 ・野菜の調理に関心を持ち、野菜を用いた調理に意欲的に取り組もうとしている。	

9 10 11 12	調理と食文化 2編2章 食生活を豊かにするために ①作って楽しい布作品	<p>◎日常食の調理をしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○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まとめる。 ○調理に必要な手順や時間を考え、調理計画を工夫する。 ○調理実習の準備をする。 ○安全と衛生に気をつけて調理をする。 ○試食をする。 ○後かたづけをする。 ○調理実習の反省をし、評価をする。 <p>◎肉の調理を工夫しよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○肉の調理上の性質を知る。 ○安全と衛生に気をつけて、肉の調理をする。 <p>◎魚の調理を工夫しよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○魚の調理上の性質を知る。 ○安全と衛生に気をつけて、魚の調理をする。 <p>◎野菜の調理を工夫しよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○野菜の調理上の性質を知る。 ○安全と衛生に気をつけて、野菜の調理をする。 <p>◎日本や地域の食文化についてしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○地域の食材や季節の食材について調べる。 ○地域の食文化について調べる。 ○エコバッグの製作 	<p>・調理の目的や食材に合った基本的な調理操作ができる。</p> <p>・安全と衛生に留意し、食品や調理用具等の適切な管理ができる。</p> <p>・食品の調理上の性質について理解している。</p> <p>・加熱調理と調味の要点について理解している。</p> <p>・食品や調理用具の安全と衛生に留意した取り扱い方について理解している。</p> <p>・肉の調理上の性質について理解している。</p> <p>・魚の調理上の性質について理解している。</p> <p>・野菜の調理上の性質について理解している。</p> <p>・地域の食文化の意義について理解している。</p>	<p>・基礎的な日常食の調理について、調理に必要な手順や時間を考えて計画したり、食品の調理上の性質を生かした調理を工夫したりしている。</p> <p>・肉の調理上の性質を生かした調理方法を考え、工夫している。</p> <p>・魚の調理上の性質を生かした調理方法を考え、工夫している。</p> <p>・野菜の調理上の性質を生かした調理方法を考え、工夫している。</p>	<p>・日常食の調理に関心を持ち、調理技術を習得しようとしている。</p> <p>・食品や調理用具等の安全と衛生に配慮し、調理実習で実践しようとしている。</p> <p>・肉の調理に関心を持ち、肉を用いた調理に意欲的に取り組もうとしている。</p> <p>・魚の調理に関心を持ち、魚を用いた調理に意欲的に取り組もうとしている。</p> <p>・野菜の調理に関心を持ち、野菜を用いた調理に意欲的に取り組もうとしている。</p>	
1 2	献立作りと食品の選択	<p>◎生鮮食品と加工食品の特徴を知ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○生鮮食品と加工食品の特徴と品質の見分け方を知る。 ◎食品の選択と購入について考えよう ○食品を選択する観点について知る。 ○食品の表示について調べ、まとめる。 ○用途に応じた食品の選択について考える。 ◎食品の保存と食中毒の防止について考えよう ○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考える。 	<p>・身近な食品を選択するために必要な情報を収集・整理することができる。</p> <p>・生鮮食品と加工食品の特徴について理解している。</p> <p>・生鮮食品や加工食品の表示の意味と良否の見分け方について理解している。</p> <p>・食品の選択における観点について理解している。</p> <p>・食品の保存方法や食中毒の防止について理解している。</p>	<p>・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。</p>	<p>・身近な食品を選択するために必要な情報の収集・整理に意欲的に取り組もうとしている。</p>	
3	調理と食文化	<p>◎よりよい食生活を目指して</p> <ul style="list-style-type: none"> ○食生活を取り巻く問題を把握し、自分の食生活をよりよくする方法を考える。 		<p>食生活を取り巻く問題に関心を持ち、食生活をよりよくしようと工夫している。</p>		

2 学年 計35時間