

学習活動・内容	月・時間	生活や技術への関心・意欲・態度	生活を工夫し創造する能力	生活の技能	生活や技術についての知識・理解
<p>わたしたちの生活の自立</p> <p>第 1 章 私たちの食生活</p> <p>1 食事のとり方を考えよう</p> <p>2 栄養素のはたらきを知ろう</p> <p>3 食品にふくまれる栄養素を知ろう</p> <p>4 バランスの取れた食生活を考えよう</p> <p>第 2 章 私たちの食品の選択と調理</p> <p>1 食品の選び方を考えよう</p> <p>2 食事作りに挑戦しよう</p> <p><調理実習></p> <p>3 より良い食生活をめざして</p> <p>第 3 章 わたしたちのより豊かな食生活</p> <p>1 日常食を見直そう。</p> <p>2 地域の食材を使って調理しよう</p> <p>3 楽しい会食をしよう</p>	<p>4 (13)</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>9 (15)</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>12</p>	<p>生活の自立のために、自分の課題を見つけようとしている</p> <ul style="list-style-type: none"> ・具体的な食事、メニューについて関心をもとうとしている ・栄養素について興味をもとうとしている ・バランスのとれた食事作りについて関心をもとうとしている ・健康的な生活をおくるための食品選びを考えようとしている <p>・調理に関心を持ち、意欲的に調理実習に参加できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理環境の整理・段取り・後始末ができる。 ・自分の食生活を考え、よりよくしようとする意欲がある。 <ul style="list-style-type: none"> ・食品の選択と簡単な日常食の調理について関心を持って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。 ・地域の食材に関心を持ち調理に利用しようとしている。 ・会食に関心をもち、意欲的に調べようとしている。 	<p>自分の食生活の課題に気づき、改善することができる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事のとり方を見直し工夫することができる ・中学生に必要な栄養を満たす食事を工夫することができる ・食の安全に注意して食品を選ぶ工夫ができる <ul style="list-style-type: none"> ・調理の流れを理解し、計画を立て、能率的な調理を工夫できる。 ・実習の反省から、よりよい方法・工夫等を考える事が出来る。 ・家庭での調理に自分も参加し、添加物・食料資源・衛生などに注意しながらよりよい食生活をめざして工夫できる。 ・食品の選択と簡単な日常食の調理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。 ・会食を想定して自分で献立を考え、シュミレーションすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品を食品群に分類することができる。 ・自分の生活に必要な献立を立てる事が出来る ・食品の適切な保存方法を考える事が出来る。 <ul style="list-style-type: none"> ・調理用具を正しく扱う事が出来る。 ・食の安全に注意して食品を選ぶ工夫ができる ・衛生に注意して食品を取り扱う事が出来る。 <ul style="list-style-type: none"> ・地域の食材を手に入れる方法を知り、その調理方法を実践できる。 	<p>自分の食生活について、具体的な資料を利用して知識をえ、理解している</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品に含まれる栄養素を理解している ・栄養素の種類、働きを理解している ・栄養素の適切なとり方を理解している ・食品の栄養的特質を理解している。 ・食品資源の重要性を理解している。 <ul style="list-style-type: none"> ・生鮮食品の取り扱いを理解している。 ・調理方法の意味を理解している。 <ul style="list-style-type: none"> ・食品の選択と簡単な日常食の調理に関する基礎的な知識を身につけている。 ・会食の意味を理解している。