

広島市立安佐中学校
平成25年度1年必修教科<家庭>年間学習指導計画(シラバス)

生活の技術を身につけよう

期		月	週	活動内容	時数	主な目標	重要観点	学習ポイント	指導形態 準備物	評価方法	他との関連
前期	4	1	1	わたしたちの食生活 1 食事のとり方を考えよう	5	自分の食生活の課題を見つけよくする手だてを考える	① ② ③ ④	食事点検をして、自分の食生活をふり返り、改善しよう 食品の分類をして、どの食品にどの栄養素が多く含まれているかを知らう	一斉指導 プリント 個人 グループ 自己評価表	前期テスト 提出物 ・ノート ・自己評価 ・プリント 授業態度 発表 忘れ物 作業への取り組み 実技テスト 夏休み課題	3年保健体育 食生活と健康 2年理科 植物の体のしくみ 小5理科 動物と栄養素 小5家庭 食物
			2	2 食品と栄養素のかかわりを知らう。							
			3								
			4								
	5	6	5	3 栄養素のはたらきを知らう		栄養素の種類とはたらきを知る	① ④	栄養素名は必ず覚えよう			
			7								
	6	10	6	調理実習1 簡単にできる 昼食を作らう	6	安全で能率的な作業をするにはどのようにしたらよいかを考える 調理の流れと手順を知る 安全で衛生的に作業をすすめることができる	① ② ③ ④	調理室に入ってからの自分の動きを頭に入れよう 食中毒予防の方法を知らう 電気やガス、包丁などの安全な取り扱いを知らう ゴミの処理を工夫しよう	エプロン 三角巾 を忘れない ようにしよう		
			11								
			12								
			13								
	7	14	7	4 何をどのくらい食べたらいいたらう	4	中学生に必要な栄養をみたく一日分の献立を考える	① ② ③ ④	中学生の時期の栄養の特徴を知らう 食品群別摂取量のめやすを用いて一日分の献立をつくらう 自分や家族が喜ぶ夕食の献立を作り、夏休みに実践しよう		家庭でもできるだけ練習し、包丁の扱いに慣れておこう	
			15								
	8	16	8		17	安全で衛生的に作業をすすめる	① ② ③ ④	食品の切り方を覚えて練習してみよう		後期テスト 提出物 ・ノート ・自己評価 ・プリント 忘れ物 実技テスト 実習態度 授業態度 発表 冬休み課題	
			9								
			10								
			11								
	後期	11	23	5 バランスのとれた食生活を考えよう	1	食品の栄養のバランスを考え家族の献立を立てる	① ② ③ ④	食品の旬、加工食品、用途に応じた食品の選択を知らう 季節の食品に関心を 持とう			
24				わたしたちの食品の選択と調理							
12		29	1 食品の選び方を考えよう	1	食品の品質を見分け、適切に選択することができる	① ② ③ ④	乾めんの調理法を知る 目的に合った調味をすることができる 扱いやすいひき肉料理を考えてみよう				
			2 食事作りに挑戦しよう								
12		31	調理実習2 めん料理を作らう	1	生鮮食品や加工食品の品質を見分け、用途に応じて適切に選択できる	① ② ③ ④	料理に合ったいろいろな調味料をあげてみよう				
			実習は安全第一								
1		35	3 よりよい食生活をめざして	1	食糧資源の大切さを知り、環境と食生活について考える	① ② ③ ④	食品ごみを減らす方法を考えよう 輸入食品について考えよう 自分のこれからの食生活について考えてみよう			3年社会 環境問題 2年保健体育 健康と環境	
			37		実技テスト						
			38		調理実習3 和食に挑戦!						
			39		学年末テスト						
2	41	わたしたちのより豊かな食生活	1	和食の良さを知る 加熱器具を適切に操作することを知る 加熱により野菜を多く食べやすくなることを知る 現代の日本の食生活の問題点に気づき、自らの食生活を見直すことができる	① ② ③ ④	和食を見直し、旬の素材を取り入れた食生活を考えよう 自分の食生活の問題点は何か考えてみよう					
		42									
3	43		1		① ② ③ ④						
		44									
計	44		35	①生活や技術への関心・意欲・態度 ②生活を工夫し創造する能力 ③生活の技能 ④生活や技術についての知識・理解							