

令和8年度 技術・家庭科 家庭分野 第1学年

育成する資質・能力

- (1)生活と技術についての基礎的な理解を図るとともに、それらに係る技能を身に付けるようにする。
 (2)生活や社会の中から問題を見いだして課題を設定し、解決策を構想し、実践を評価・改善し、表現するなど、課題を解決する力を養う。
 (3)よりよい生活の実現や持続可能な社会の構築に向けて、生活を工夫し創造しようとする実践的な態度を養う。

学期	学習到達目標
1 学期	<p>ガイダンス「家庭科分野の内容を確認しよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の成長と家族や地域の人びととのかかわりを知ろう。 <p>食事の役割と食習慣</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事の役割について理解し、毎日の食生活に関心をもつ。 ・健康によい食習慣について学び、規則正しい食事をとることの重要性を理解する。 <p>中学生に必要な栄養を満たす食事</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生の時期の身体的特徴を理解する。 ・中学生に必要な栄養の特徴について理解する。 ・食事摂取基準について知る。 ・栄養素の種類とはたらきを理解する。 ・食品成分表の味方について理解する。 ・食品を6つの基礎食品群に分類できる。 ・食品群別摂取量のめやすについて理解する。 <p>献立づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日分の献立作成の方法を理解することができる。 ・各食品群の食品を組み合わせて、栄養バランスのとれた1日分の献立を考えることができる。 ・各食品群の食品を組み合わせて、栄養バランスのとれた給食の献立を考えることができる。
2 学期	<p>さまざまな食品とその選択</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食品が食卓にのぼるまでの流れを理解する。 ・生鮮食品の特徴を理解し、目的に応じた選択、保存ができる。 ・加工食品の特徴を理解し、目的に応じた選択、保存ができる。 ・情報を正確に読み取って判断し、選択できるようにする。 <p>日常食の調理</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調理の目的や流れと手順がわかり、計画を立てることができる。 ・安全と衛生に留意し、環境に配慮した調理実習について理解する。 ・おいしさと調理の関係や調理における衛生と安全を理解し、実践できるようにする。 ・加熱調理の方法と適した調理器具の使い方ができる。 ・包丁の使い方を知り、いろいろな切り方ができる。 ・盛り付け方や食事のマナーなどの食文化を理解する。 ・肉、魚、野菜の調理上の性質を理解し、その特性を生かした調理ができる。 ・肉、魚、野菜の適切な取扱いができ、安全と衛生に留意して、協力しながら効率よく調理実習ができる。
3 学期	<p>地域の食文化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・和食の特徴を知る。 ・地域で生産されている食品がどのような料理に使われているのか考える。 ・地域の食品を調理に用いることの利点に気づく。 ・日本の行事食について知り、行事食を生活に生かすことができる。 ・日本人の伝統的食文化を知り、食事には文化を伝える役割もあることを理解する。 ・持続可能な食生活を送るために食生活を工夫することができる。