

那覇市立石嶺中学校

令和6年度 家庭分野年間指導計画

1 学年

令和6年度 家庭分野年間指導計画

【1年 年間指導計画 35時間】

ガイダンス・意思決定のプロセス 2時間

3編 私たちの成長と家族・地域 4時間

1編 私たちの食生活 16時間

2編 私たちの衣生活 13時間

テスト解答 0.5時間

内容	項目	月	時数	指導事項	指導要領	指導内容	評価基準 評価方法	知	思	態	評価基準		指導上の留意点	キャリア
											A (十分満足)	B (おおむね満足)		
4編	1・2章	4月	1	ガイダンス	C (2)	・小学校での学習内容を振り返らせ、3年間の学習の見通しをもたせる。	小学校の学習を振り返り、三年間の見通しを持って学習に取り組もうとしている・ノート	○		○	小学校の学習を振り返ることができ、関心をもって意欲的に学習に取り組もうとしている。	学習内容に関心を持ち、これからの学習に取り組みようとしている。	小学校の学習を踏まえ、中学校での学習内容を知らせる。	プランニング
			1	意思決定のプロセス		○								
3編	2章		1	①幼い頃を振り返ろう	A (1)	生まれてから今までの自分の成長を振り返らせる。	・幼い頃の周囲の人との関わりに気づくことができる。			○	生まれてから今までの自分の成長を振り返り、周囲の人との関わりに気づくことができる。	生まれてから今までの自分の成長を振り返ることができる。		自己理解

私たちの食生活	生活と栄養			③栄養素の種類と働きを知ろう			食事の役割や健康により食習慣の重要性について理解している。 ・ノート ・ワークシート	○			食事の役割や健康により食習慣の重要性について理解している。	食事の役割や健康により食習慣について理解している。	
					B(1)	・食品に含まれる栄養素の種類とはたらきを理解させる。	中学生に必要な栄養の特徴について関心を持ち、自分の食事と関わらせて考えようとしている。 ・ノート ・ワークシート	○		○	中学生に必要な栄養の特徴について年代の違いや男女の違いに関心を持ち、自分の食事と関わらせて考えようとしている。	中学生に必要な栄養の特徴について関心を持ち、自分の食事と関わらせて考えようとしている。	体内での水のはたらきについても考えさせる。
1編 私たちの食生活		7月	4	④中学生に必要な栄養について考えよう		・中学生の時期に必要な栄養の特徴と食事摂取基準について考えさせる。	栄養素の種類とはたらきや中学生に必要な栄養の特徴について理解している。 ・ノート ・ワークシート ・テスト	○			消化吸収と関連させて栄養素の種類とはたらきについて理解している。	栄養素の種類とはたらきについて理解している。	食事摂取基準について資料等を用いて、理解できるように説明する。
							○		○	食事摂取基準について理解し、おおよその数量が言える。	食事摂取基準について理解している。	栄養的特質と6つの食品群の関係を理解させるようにする。	
2章 献立作		7月	4	①食品に含まれる栄養素を調べよう	B(2)	・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	・食品成分表を用いて調べることが出来る。(関) ・ノート			○	・食品成分表を使い、身近な食品の栄養的な特徴を意欲的に調べている。	・食品成分表を使い、身近な食品の栄養的な特徴を調べている。	・食品に含まれる栄養素から食品名を当てるクイズを出題するなど、食品の栄養的特質について関心を持たせる。

	り と 食 品 の 選 択				れるカルシウムの量の違いを把握する。	・食品群や食品群別摂取量の目安について理解している。(知) ・ノート ・ペーパーテスト	○			・食品に含まれる栄養素は食品によって違いがあり、可食部 100g 辺りの数値であることを理解し、食品の組み合わせを考えることができる。	・食品に含まれる栄養素は食品によって違いがあり、可食部 100g 辺りの数値であることを理解している。	・1回に食べやすい食品に含まれるカルシウムの量を知らせることにより、いろいろな食品を組み合わせて食べる必要性があることを実感させる。	
1 編 私 た ち の 食 生 活	2 章 献 立 作 り と 食 品	7 月	②何をどのくらい食べればよいか考えよう	B (2)	・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。	・食品群や食品群別摂取量の目安について理解している。(知) ・ノート ・ペーパーテスト	○			身近な食品を6つの食品群に分類する方法について理解し、分類することができる。	身近な食品を6つの食品群に分類する方法について理解し、おおむね分類することができる。	・食品群の分類については、栄養素の体内での主な3つの働きとの系統性を考慮して扱う。 ・実際に、献立に使われている食品を用意し、それらを食品群に分類したり、計量したりする活動を通して、1日に必要な食品の概量を実感させる。	

1 編 私 た ち の 食 生 活	の 選 択	2 章 献 立 作 り と 食 品 の 選 択				・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。(関) ・ノート ・ワークシート			○	1日に必要な食品の種類と概量について関心を持ち、意欲的に調べている。	1日に必要な食品の種類と概量について関心を持ち、調べようとしている。			
						・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。(知) ・ノート ・ワークシート	○			中学生の一日に必要な食品の具体的な種類と概量をあげることができる。	中学生の一日に必要な食品の具体的な種類と概量について理解している。			
			③バランスの良い食事について考えよう	B (2)	・中学生に必要な栄養を満たす1日分の献立を考える。	・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。(知) ・ノート ・ワークシート	○			中学生に必要な栄養を満たす1日分の献立の立て方と栄養以外の要素(嗜好・費用・調理時間・季節)など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。	・小学校での学習を振り返り、1食分の献立の例などを挙げさせるようにする。 ・主に栄養素を考えた食品の組み合わせを中心に献立を考えるよう指導する。 ・献立を考える際には、嗜好、費用、調理時間、季節などの点からも検討する必要があることも伝える。		
						・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。(関)(工) ・ノート ・ワークシート		○	○	中学生の1日分の献立について課題を見つけ、必要な栄養量を満たすために、嗜好・費用・調理時間・季節なども考慮して工夫している。	中学生の1日分の献立について課題を見つけ、必要な栄養量を満たすために工夫している。		課題 対 応	
	3 章 調 理 と 食	8 月	6	①日常食の調理をしよう	B (3)	・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。	・食品の調理上の性質について理解している。(知) ・計画表	○			食品の調理上の性質を理解し、調理の目的にあった加熱方法を説明できる。	食品の調理上の性質について理解している。	・肉や魚、野菜を用いた献立を考え、調理上の性質を生かした調理方法を工夫するように助言する。	

1 編 私 た ち の 食 生 活	文 化	8 月	3 章 調 理 と 食 文 化	・調理実習の準備をする。	・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。(知) ・計画表 ・ワークシート			加熱調理と調味の要点料理にあった材料の大きさや切り方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。	・調理の手順について、安全で能率的な方法を考えさせる。 ・調理の用途に応じた食品の選択を工夫させる。
					・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。(工) ・計画表 ・ワークシート	○		基礎的な日常食の調理について環境への影響に配慮しながら調理に必要な手順や時間を考えて計画し、食品の調理上の性質を生かした調理を工夫している。	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、食品の調理上の性質を生かした調理を工夫している。	・調理の目的や食材に合った基本的な調理操作を習得できるようにする。 ・環境へ配慮した調理や後かたづけができるように助言する。
					・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。(関) ・行動観察		○	調理用具を正しく、安全に配慮して使用することができる。	調理用具を正しく、使用することができる。	
					・調理の目的や食材に合った基本的な調理操作ができる。(技) ・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。(技) ・行動観察 ・自己評価表	○		安全と衛生に留意しながら、調理の目的や食材にあった適切な調理ができる。		・反省を、次回に生かすようにする。
				・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。								
		9月	2	肉、魚、野菜の調理を工夫しよう	B(3)	・肉、魚、野菜の調理上の性質を知る。	・肉、魚、野菜の調理上の性質について理解している。 (知) ・ノート	○			・肉、魚、野菜の調理上の性質について理解し、具体的な説明ができる。	・肉、魚、野菜の調理上の性質について理解している。	・魚の性質や調理方法を理解できない場合は、図や写真などを活用して理解させる。
			0.5	テスト解答									
2編私たちの衣生活と住生活	1章衣生活と自立	9月	4	衣生活と自立 ⑤衣服の手入れをしよう ・衣服の手入れの必要性 ・繊維の種類に応じた手入れ ・洗濯機を用いた洗濯 ・アイロンかけ ・	B(4)	・衣服の洗濯や補修などの手入れの必要性を理解し、衣服の材料や状態に応じた手入れの方法を理解させる。 ・布の性質を理解させる、それに応じた手入れ法を考へさせる。	衣服につく汚れやしみの種類と性質について理解できる。 ・ノート ・ワークシート ・ペーパーテスト 布の性質を理解させる、それに応じた手入れ法を理解している。 ・ノート ・ワークシート ・ペーパーテスト 衣服材料に適した手入れや洗濯の必要性を理解できる。 ・ノート ・ワークシート ・ペーパーテスト	○	○	○	衣服につく汚れやしみの種類と性質が いえる。 繊維の特徴、布の種類と特性について例をあげて説明できる。	衣服につく汚れやしみの種類が いえる。 繊維の特徴、布の種類と特性について説明できる。	実験などを行い具体的な体験活動を通してしみの種類と布の性質を理解させる。 衣服の手入れや洗濯にはいろいろな方法があることに気づかせる。

3章 生活を豊かにするために	10月	9	①生活を豊かにするための工夫をしよう ・自分や家族の生活を豊かにする工夫 ・布を用いた物の製作	B (5)	・自分や家族の生活を豊かにするもの考えさせる。	布を用いた物の製作に関心を持って取り組み、生活を豊かにしようとしている。 ・行動観察			○	布を用いた物の製作に意欲的に取り組み、生活を豊かにしようとしている。	布を用いた物の製作に関心を持って取り組んでいる。	自分や家族の生活を豊かにする工夫には色々な方法があることに気づかせる。	人間関係形成
						自分や家族の生活を豊かにする方法について工夫している。 ・ノート		○	生活を豊かにする方法を進んで計画し、工夫している。	生活を豊かにする方法を考え、工夫している。			
					・布を用いた物の製作を通して、生活を豊かにするための工夫ができる。	布を用いた物の製作に関する知識を身につけている ・ペーパーテスト	○		縫い方・用具の安全な取り扱い方を3つ以上理解している。	縫い方・用具の安全な取り扱い方がわかる。	完成後に使用できるような衣服、小物を製作することによって、自分や家族が豊かになるようなものを考えさせる。		
					衣服や小物などの製作ができる。 ・計画表 ・作品 ・自己評価表 ・ペーパーテスト		○		製作手順や用具の扱い方を理解し、衣服や小物の製作ができる。	衣服や小物の製作ができる。			