

「B 食生活と自立」を中心に弁当づくりを3年間の集大成としたストーリー性のある学び

第1学年

学習内容 (頁は教科書該当頁)		時間数	学習活動 (■この項の学習課題／○生徒の活動, ☆教師の活動)
自立をめざして学ぼう! (P.11～15)	家庭分野ガイダンス	1	
B 食生活と自立 (p.66～67)	食生活ガイダンス	6	<p>■自分の食生活の課題をみつつけよう。 ○自分の食生活に関心をもち、生活の中で食事が果たす役割を理解する。 ☆自分の食生活の課題をみつけれられるようにする。</p> <p>■栄養素のはたらきを知り、中学生に必要な栄養の特徴について考える。 ○栄養素の種類とはたらきを知り、中学生に必要な栄養の特徴を考えられるようにする。 ○中学生に必要な栄養の特徴を理解し、自分の食事とかわらせて考えようとする。</p>
1. 健康と食生活 (p.68～79) ①食事について考える ②生活のリズムと食事 ③栄養素のはたらきと食品 ④中学生に必要な栄養	食事について考える 生活のリズムと食事 栄養素のはたらきと食品 食品と栄養素の関係 中学生に必要な栄養・食事摂取基準	6	
2. 食品の選択と保存 (p.88～91) ①食品が口に入るまで ②生鮮食品の選び方	食品の流通と生鮮食品 調理の計画と基本	3	<p>■生鮮食品の特徴を生かした調理をしよう。 ○旬の食材を調べ、調理実習に使うことができる。</p> <p>☆調理実習の基礎を確認させ、調理室や器具の使い方を知らせる。</p> <p>○いろいろな切り方の技能を習得し、野菜の調理上の性質を実習で観察する。</p>
3. 調理をしよう (p.102～107) ①調理の計画 ②調理の基本	切ったきゅうりを塩もみする(調理実習①)	3	
3. 調理をしよう (p.109～114) ③肉の調理	肉の調理(計画) 肉の調理(調理実習②) 肉の調理上の性質(まとめ)	3	<p>■肉の調理上の性質を知ろう。 ○肉料理の調理上の性質を理解し、調理できる。</p>
1. 健康と食生活 (p.78～87) ④中学生に必要な栄養 ⑤食事の計画	食品の概量と食品群別摂取量のめやす① 食品の概量と食品群別摂取量のめやす② 食事の計画(献立作成) 一食分の食事づくり(調理実習課題)	4	<p>■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を知ろう。 ☆中学生の1日分の献立を考えさせる導入として、1食分の献立作成と、食事づくりの課題を出す。</p>
3. 調理をしよう (p.122～127) ⑥野菜の調理	地域の食材を調べよう(課題) 野菜の調理(計画)	4	<p>■野菜の調理上の性質を知ろう。 ○生産者の顔が見える地域の野菜について調べる。</p> <p>☆地域の食材の調理法を工夫させる。 ○野菜料理の調理上の性質を理解し、調理できる。</p>
4. 地域の食材と食文化 (p.134～137) ①地域の食材と郷土料理 ②受け継がれる食文化	野菜の調理(調理実習③) 野菜の調理上の性質(まとめ)	4	
2. 食品の選択と保存 (p.92～101) ③いろいろな加工食品 ④加工食品の表示 ⑤加工食品の選び方 ⑥保存のしかたを考える ⑦食品の安全と情報	生鮮食品 加工食品の種類と表示・食品添加物 食品の保存と安全情報 食品の表示を調べよう(課題) 食品の表示を調べよう(発表) 加工食品をつくらう(計画) 加工食品をつくらう(調理実習④)	7	<p>■食品の品質を見分け、用途に応じて選択できるようになる。 ○生鮮食品と加工食品の表示の意味と良否の見分け方について理解する。</p> <p>○食品の選択における観点について理解する。 ☆身近な食品を選択するために必要な情報を収集することができ、かつ収集した情報を活用して考え、工夫することができるような課題を出す。</p> <p>○加工食品をつくる調理実習をする。</p>
3. 調理をしよう (p.115～121) ④魚の調理	魚料理の夕食をつくらう(献立作成) 魚の調理(計画) 魚の調理(調理実習⑤) 魚の調理(まとめ) 食事の計画【1日分の献立】を立てよう	5	<p>■朝・昼食で不足しているものを夕食で補おう。 ○魚料理がメインの日本型食生活の夕食を計画する。</p> <p>■魚の調理上の性質を知ろう。 ○魚料理の調理上の性質を理解し、調理できる。</p> <p>■1日分の献立を立てよう。 ☆中学生の1日分の献立作成ができるようにする。</p>
3. 調理をしよう (p.129) 伝統食の中にみるエコッキング	伝統食のエコッキング(調理実習⑥)	1	<p>■エコッキングに挑戦しよう。 ○地域の食材(大根など)をまるごと使って調理できる。</p>
4. 地域の食材と食文化 (p.138～141) ③地域と世界へ目をむけて	環境に配慮した食生活の課題	1	<p>○環境に配慮した食生活の課題をみつつけ、工夫し考えることができる。</p>

第2学年

学習内容		時間数	学習活動 (■この項の学習課題／○生徒の活動, ☆教師の活動)
C 衣生活・住生活と自立 (p.146～147)	衣・住生活ガイダンス	3	<p>■衣服と社会生活とのかかわりを理解し、目的に応じた着用や個性を生かす着用をしよう。</p> <p>○衣服の計画的な活用の必要性を理解し、適切な選択ができる。</p>
1 自分らしく生きる 快適に暮らす	1. 日常着の活用 (p.148～157) ①衣服のはたらき ②自分らしく目的に合わせた着方 ③衣服の活用と選び方	3	
2. 日常着の手入れ (p.158～169) ①汚れと手入れ ②手入れと表示 ③衣服の洗濯 ④衣服の補修とアイロンかけ	汚れと手入れ 手入れと表示	2	<p>■衣服の材料や状態に応じた日常着の手入れができるようになろう(洗濯、補修など)。 ○既製服の表示と選択に当たっての留意事項を理解し、情報を収集・整理し、工夫し考えることができる。</p>

学習内容		時間数	学習活動 (■この項の学習課題／○生徒の活動, ☆教師の活動)
C 衣生活・住生活と自立	1. わたしや家族の生活を豊かにする工夫 (p.188～190) 2. 布を用いた物の製作 (p.191～201) ①製作の前に知っておこう ②製作して、活用しよう 3. 環境に配慮した衣生活 (p.170～173)	7	<p>■補修の目的と布地に適した方法で衣服を補修することができるようになろう。 ○習得した補修技能を活用して布の作品をつくらうことができる。</p> <p>■環境に配慮した衣生活の課題をみつつけ、工夫し考えることができる。</p>
A 家族・家庭と子どもの成長	1. 住まひのはたらき ①住まひのさまざまな役割 ②共に住まう 2. 安全な住まひ ①住まひの安全対策 ②災害への備え 3. 快適な住まひ ①室内の空気調節 ②住まひと音 (p.174～187)	4	<p>住まひの役割 共に住まう 住まひの安全対策 災害への備え 快適な住まひ 環境に配慮した住生活の課題</p> <p>■家族の住空間について考え、住居の基本的な機能について知ろう。 ■家族の安全を考えた快適な室内環境の整え方を知り、快適な住まひ方を工夫できるようになろう。 ☆室内環境について調査・観察・実験などを通して、考えさせ工夫させるようにする。</p> <p>■環境に配慮した住生活の課題をみつつけ、工夫し考えることができる。</p>
A 家族・家庭と子どもの成長	A 家族・家庭と子どもの成長 (p.16～17) 1. わたしの成長と家族 (p.18～21) ①わたしの成長 ②わたしを支えてくれた家族や周囲の人びと 2. わたしたちと家族・家庭と地域 (p.22～27) ①家庭のはたらき ②家庭生活を支える仕事 ③わたしたちの家庭生活と地域 3. 幼児の生活と遊び (p.28～47) ①幼児期ってどんな時代? ②幼児の体の発達 ③幼児の心の発達 ④子どもの成長と家族の役割 ⑤子どもの成長と地域 ⑥幼児の遊びと発達 ⑦幼児の遊びを支える 4. 幼児とのふれ合い (p.48～53) ①ふれ合い体験の前に ②ふれ合い体験をする	7	<p>家庭生活ガイダンス わたしの成長と家族 家庭のはたらき わたしたちの家庭生活と地域 幼児の生活と遊び 幼児の体の発達 幼児の心の発達 子どもの成長と家族の役割 子どもの成長と地域 幼児の遊びと発達 幼児の遊びを支える ふれ合い体験の前に(体験実習課題) ふれ合い体験のまとめ ふれ合い体験の発表</p> <p>■自分の成長と家族や家庭生活について考えよう。 ☆自分の成長は家族や多くの人々に支えられてきたことに気づかせる。 ○家庭や家族の基本的機能と、家庭生活と地域とのかかわりについて理解する。 ■幼児の生活と家族について理解し、課題をもって工夫し、計画を立てて実践できるようになろう。 ○幼児の心身の発達の特徴、発達を支える家族の役割について理解する。 ○幼児の発達と生活の特徴を知り、子どもが育つ環境としての家族・地域の役割について理解することができる。 ○幼児の心身の発達に応じた遊びや道具、遊び方について考え、工夫することができる。 ■幼児の遊び道具の製作をしよう。 ○製作を通して、幼児に関心をもちつづけることができる。 ■幼児とふれ合おう。 ○幼児への関心を深め、かかわり方を工夫する。</p>

第3学年

学習内容		時間数	学習活動 (■この項の学習課題／○生徒の活動, ☆教師の活動)
A 家族・家庭と子どもの成長	4. 幼児とのふれ合い (p.54～55) ③ふれ合い体験をふり返る 5. これからのわたしと家族 (p.56～65) ①中学生と家族とのかかわり ②これからのわたしと家族との関係	2	<p>○課題をもって体験したことをまとめる。 ☆各自の体験を、発表活動で共有させる。 班発表→クラス発表</p>
D 身近な消費生活と環境	1. 家庭生活と消費生活に必要なものの流れ (p.208～209) 2. 商品の選択と購入 (p.210～217) ①商品購入のプロセス ②生活情報の活用 ③商品の価格 ④販売方法と支払い方法 3. よりよい消費生活のために (p.218～225) ①消費生活のトラブルを防ごう ②消費者の権利と責任 ③消費者を支えるしくみ	3	<p>■家庭生活と消費について理解しよう。 ○販売方法の特徴について知り、生活に必要な物資・サービスの適切な選択、購入及び活用ができる。</p> <p>○消費者の基本的な権利と責任について理解する。</p>
B 食生活と自立	3. 調理をしよう (p.130～131) 弁当をつくらう (p.97) さまざまな食品表示 2. 商品の選択と購入 (p.214～215) 暮らしの中のマークを探してみよう	5	<p>■食生活の基礎知識を活用し、さらに探求しよう。 ☆弁当づくりの基本を理解させ、工夫させる。 ○卒業後の自分の弁当を手軽につくれるように献立を考え、調理法や加工食品の活用などを工夫する。 ☆30分以内で、弁当づくりの調理実習をできるようにする。 ○実習で作った弁当の表示とマークをつけて発表する。 班発表→クラス発表</p>
D 身近な消費生活と環境	4. 環境に配慮した生活 (p.226～237) ①環境への影響を考える ②エネルギー消費とCO ₂ 排出を減らす ③水を節約し、排水の汚れを減らす ④環境への影響を考えた消費生活 ⑤持続可能な社会へ向けて	3	<p>■商品の情報を収集し、活用しよう。 ○収集した情報を整理して、知識を身につけ活用する。 ■自分や家族の消費生活が環境に与える影響について考え、環境に配慮した消費生活を工夫し、実践しよう。</p>
持続可能な社会を生きる生活者になろう(3年間のまとめ)		1.5	<p>■3年間の学習を生かして、持続可能な社会を生きる生活者になろう。 ○パネルディスカッション、討論などの発表をする。</p>

技術・家庭 家庭分野 3年間を見通した年間指導計画案 例⑥

「B 食生活と自立」を中心に弁当づくりを3年間の集大成としたストーリー性のある学び

週(時)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
1年 35時間	B 食生活と自立																																		
	家庭分野ガイダンス	食生活ガイダンス	食事について考える	生活のリズムと食事	栄養素のはたらきと食品	食品と栄養素の関係	中学生に必要な栄養・食事摂取基準	食品の流通と生鮮食品	調理の計画と基本	(調理実習①) 切ったきゅうりを塩もみする	肉の調理(計画)	肉の調理(調理実習②)	肉の調理上の性質(まとめ)	食品の概量と食品群別摂取量のめやす①	食品の概量と食品群別摂取量のめやす②	食事の計画(献立作成)	一食分の食事づくり(調理実習課題)	地域の食材を調べよう(課題)	野菜の調理(計画)	野菜の調理(調理実習③)	野菜の調理上の性質(まとめ)	生鮮食品	加工食品の種類と表示・食品添加物	食品の保存と安全情報	食品の表示を調べよう(課題)	食品の表示を調べよう(発表)	加工食品をつくらう(計画)	加工食品をつくらう(調理実習④)	魚料理の夕食をつくらう(献立作成)	魚の調理(計画)	魚の調理(調理実習⑤)	魚の調理上の性質(まとめ)	食事の計画【1日分の献立】を立てよう	伝統食のエコクッキング(調理実習⑥)	環境に配慮した食生活の課題
	授業時数	1	6			3			3			4			4			7			5			2											
	学習指導要領	A(1)ア	B(1)アイ			B(2)ウ(3)ア			B(3)アイ			B(2)アイ			B(3)アイ			B(2)アウ(3)ア,D(1)イ			B(2)アイ(3)アイ			B(3)アイ,D(2)ア											
	教科書該当頁	11~15	66~79			88~91, 102~107			109~114			78~87			122~127, 134~137			92~101			115~121			129, 138~141											
2年 35時間	C 衣生活・住生活と自立																	A 家族・家庭と子どもの成長																	
	1 自分らしく着る・快適に着る					3 生活を豊かにする物をつくる					1	2 快適に住まう																							
	衣・住生活ガイダンス		衣服のはたらきと目的に合わせた着方		衣服の活用と選び方	汚れと手入れ		手入れと表示		環境に配慮した実習例 (はしぶくろ・弁当包み・エコバッグなど) 衣服の補修技術(まつり縫い、スナップ・ボタンつけ、ミシン縫い、アイロンかけ)を使った布の作品					環境に配慮した衣生活の課題	住まいの役割	共に住まう	住まいの安全対策	災害への備え	快適な住まい	環境に配慮した住生活の課題	家庭生活ガイダンス	わたしの成長と家族	家庭のはたらき	わたしたちの家庭生活と地域	幼児の生活と遊び	幼児の体の発達	幼児の心の発達	子どもの成長と家族の役割	子どもの成長と地域	幼児の遊びと発達	幼児の遊びを支える	(絵本・布のおもちゃなど) 幼児と遊ぶおもちゃづくり		ふれ合い体験の前に(体験実習課題)
	授業時数	3		2		7					1	2		3			1	4				7							4		1				
	学習指導要領	C(1)アイ,D(1)イ		C(1)ウ,D(2)ア		C(3)アイ					D(2)ア	C(2)ア		C(2)イ			D(2)ア	A(1)ア(2)ア				A(3)アイ							A(3)イ		A(3)ウ				
教科書該当頁	146~157		158~169		188~201					170~173	174~187		16~27				28~47							48~53											
3年 17.5時間	A 家族・家庭と子どもの成長					D 身近な消費生活と環境					B 食生活と自立					D 身近な消費生活と環境					すべて														
	ふれ合い体験のまとめ		ふれ合い体験の発表		中学生と家族(ロールプレイ)		子どもの成長のための法律・条約		これからのわたしと家族を取り巻く課題		商品の選択と購入		販売方法と支払い方法		よりよい消費生活のために		卒業後の自分に弁当をつくらう		弁当の基本を知ろう		学んだことを生かして計画を立てよう		30分で弁当をつくらう(調理実習⑦)		自分の弁当に表示とマークをつけよう		表示とマークを調べてみよう(課題)		生活情報の活用		環境に配慮した生活		持続可能な社会を生きる生活者になろう(3年間のまとめ)		
	授業時数	2		3		3		5					3					1.5																	
	学習指導要領	A(3)ウ		A(2)イ(3)エ		D(1)アイ		B(3)アイウ,D(1)ア					D(1)アイ(2)ア					すべて																	
	教科書該当頁	54~55		56~65		208~225		97, 130~131, 214~215					226~237																						

- ・3年生での「弁当づくり」を3年間の集大成とする授業を展開します。ストーリー性のある3年間の学習を通して、持続可能な社会を生きる生活者としての実践力を育むことをめざしています。
- ・2年生では、弁当づくりに関連する環境に配慮した布の作品(はしぶくろ・弁当・あづま袋など)を製作することで、ストーリー性を重視し、1年生では食生活の基礎・基本を徹底させるため、実習を多く、1時間単位で取り入れることとしました。
- ・「D 身近な消費生活と環境」は、「B 食生活と自立」、「C 衣生活・住生活と自立」でそれぞれ関連ある内容を展開しています。
- ・この年間指導計画案の具体的な学習指導案は裏面に掲載しています。