

令和8年度 昭島市立清泉中学校
家庭 年間指導計画・評価規準〔第1学年〕

学期	月	時数	単元名と内容	単元のねらい	観点別評価規準(主たるもの)		
					知識・技能	思考・判断・表現	主体的に取り組む態度
1 学期	4	2	○ガイダンス	○中学校の学び	○これまでの家庭科の学習を振り返り、自身の成長と家族や家庭生活のかかわりに気づいている。	○自分自身の家族や家庭生活をより良くする方法を見だし、課題を設定している。	○自分の成長や生活は家族・家庭やそれにかかわる人に支えられてきたことに気づき、中学校での学びへの意欲をもつ。
		1	○食事の役割と食習慣	○食事の役割や中学生の栄養の特徴について理解する。	○食事の役割や健康と食習慣の重要性について理解している。	○食生活を振り返り、課題を見つけ、解決するための食品の組み合わせや食習慣を考えることができる。	○自分の食習慣に関心をもち、健康によい食生活について考え、実践しようとしている。
	5	○中学生に必要な栄養を満たす食事	○中学生に必要な栄養を満たす食事を考えられる。	○中学生に必要な栄養と栄養素の種類とはたらきについて理解している。 ○食品群や概量のめやすについて理解して、自分の食事を分析することができる。 ○食品成分表を利用することができる。	○1日分の献立作成の方法を理解し、栄養バランスを考えることができる。	○中学生に必要な栄養と栄養素のはたらきに関心をもち、日常生活の自分の食事と関連させて、考えようとしている。 ○食品の特徴を理解し、適切に分類することができる。	
	6	○献立づくり	○献立づくりに関する基礎、基本となる知識や技能を身につける。	○食品の調理上の性質について理解している。	○日常の1食分の調理について、食品の選択や調理の仕方、計画について考え、工夫している。 ○栄養バランスの整った食生活を考え、工夫している。	○調理に関心をもち、主体的に実習に取り組もうとしている。	
	7	1	○食品の選択と購入	○食品の特徴を理解し、適切に選び、扱うことができる。	○食品の調理上の性質について理解している。		
2 学期	9	2	○食品の選択と購入	○食品の特徴を理解し、適切に選び、扱うことができる。	○生鮮食品や加工食品の表示の意味や見分け方について理解している。		
		5	○日常食の調理	○調理器具等の使い方を理解する。	○食品や調理器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。 ○材料に適した加熱調理の仕方について理解している。	○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たり、食品の調理上の性質を意識して調理を工夫したりしている。 ○調理した献立に栄養バランスの整った組み合わせを考え、工夫している。 ○調理について振り返り、課題などを整理し、よりよいものにするための工夫や改善を考えることができる。	
	10	6	○生活の課題と実践	○安全と衛生に気をつけて調理できる。 ○材料に適した加熱調理がわかる。	○これまでの実習で学んだ内容を理解し、協力して調理が適切にできる。	○これまでの実習を振り返り、よりよいものにするための工夫や改善を考えることができる。	○学習した内容をより深めようと視野を広げたり、主体的に自分の食生活に学んだことを生かそうとしている。
	11						
12	○地域の食文化	○地域の食文化について理解している。	○地域で生産される食材を知り、それを使う意義と和食の調理を理解する。	○郷土料理や行事食などの日本の伝統料理について、自分の食生活を振り返り、まとめることができる。	○地域の食材や食文化について関心をもち、進んで取り組もうとしている。		
3 学期	1	5					
	2	4	○持続可能な食生活	○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。	○資源や環境に配慮した食生活について理解している。	○食生活や環境の関わりを理解し、環境に配慮した食生活の工夫を考えることができる。	○資源や環境に配慮した食生活について自分の食生活を振り返り、主体的に考えようとしている。
	3						
合計		35		評価方法	・実技テスト ・課題 ・定期考査	・レポート ・課題 ・定期考査	・ワークシートの記入状況 ・課題への取り組み