

〈7〉 家庭科指導計画

1、目 標

・日常生活に必要な衣食住などに関する実践的な活動を通して基礎的な知識と技能を習得させるとともに家庭生活についての理解を深め、家族の一員として家庭生活をよりよくしようとする実践的な態度を育てる。

2、内 容

- ・食物に関する主な内容
 - ・栄養素の種類とその主なはたらき
五大栄養素 炭水化物、脂肪、蛋白質、無機質、ビタミン
熱や力のもとになる、血や肉をつくる、骨をつくる、体の調子を整える
 - ・六つの基礎食品群
 - ・献立づくり
 - ・簡単な調理

3、単 元 ・ 題 材 計 画

学 年	単 元	ね ら い
1	わたしたちの食物	食物の体の中でのはたらきを知る 栄養素の給源食品を知る
2	わたしたちの食事	栄養を与えた食物のとり方を理解する
3	わたしたちの食生活	生活の中に今まで得た知識を生かしていける

- ・調理の指導と関連付けて具体的に理解させるようにする。
- ・日常生活の中で実践できるようにする。