

教科名	家庭	科目名	栄養（3年次）【3単位】	
授業形態	講義形式			
選んでほしい生徒	調理系の専門学校などへの進学を考えている人や、栄養に関して興味・関心があり、理解を深めたいと思っている人など。			
科目の目標	栄養素の機能と代謝、年齢や、生理と栄養などに関する知識を習得し、健康の保持増進などを図る能力と態度を身に付ける。			
身に付けてほしい学力	五大栄養素、年齢と栄養、生理と栄養、病態と栄養に関する専門的な知識を学び、健康の保持増進を図ることができる。			
学習計画	単元・教材		学習のあらまし	
	【1学期】 1 人体と栄養 2 栄養素の機能と代謝 【2学期】 3 食事摂取基準と栄養状態の評価 4 ライフステージと栄養 【3学期】 5 生理と栄養 6 病態と栄養		・五大栄養素の機能と代謝について学び、消化と吸収について理解する。 ・エネルギー代謝と食事摂取基準について理解する。各年代の特徴を理解し、その栄養について学習する。 ・労働と栄養、スポーツと栄養、妊娠、授乳期の栄養について理解する。また、栄養障害や、病態時の栄養について学び、食事療法や、健康障害のための食事について理解する。	
評価の観点・評価方法	関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
	・栄養素の機能と代謝、各ライフステージにおける栄養、労働・スポーツと栄養などについて関心をもち健康の保持増進を図る能力と実践的な態度を身に付けている。	・健康の保持増進を図ることを目指して、栄養について思考を深め、学習した知識と技術を活用して、食事構成を創意工夫する能力を身に付けている。	・栄養素の機能と代謝、各ライフステージにおける栄養、労働・スポーツと栄養などに関する基礎的・基本的な技術を身に付け、栄養状態の評価を行ったり、献立を作成したりすることができる。	・健康の保持増進を図るために必要な基礎的・基本的な知識を身に付け、栄養素の機能と代謝、各ライフステージにおける栄養、労働・スポーツと栄養について理解している。
上記の観点を踏まえ、定期考査、レポート、出席状況、授業態度、提出物、課題等を総合的に判断して評価を行う。				
学習のアドバイス	1 自分自身の生活に関連することが多いため、普段から新聞・テレビ・本などで食生活に関するところをチェックしておこう。 2 毎日の食生活について興味を持つようにしよう。 3 計算することがあるので、計算力を身に付けておこう。			
教材費	教科書 1,000円			
その他	特になし			