

2019年度 愛知学泉短期大学シラバス

科目番号	科目名	担当者名	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
23308	調理Ⅲ Cooking III	早瀬 須美子	専門	1	必修	2年前期

科目の概要

食生活の改善を通して健康の保持増進および生活習慣病予防等に向けた提案ができ、人々の生活の質(QOL)の向上に貢献できるようにするため、栄養士として必要な調理の基礎知識・技術を修得する。また調理作業全体を把握し、作業労作をスムーズに、かつ合理的に行うことが出来る計画力、料理に対する創造力を身に付ける。調理Ⅲでは調理Ⅰ、Ⅱで培った知識・技術の更なる向上を目指す。授業始めに行う師範台でのデモ後、各班5から6人のグループに分かれ、それぞれ役割分担をして料理を仕上げる。料理が仕上がった段階で、教員が料理、盛り付けの指導、評価を行う。その後試食し自己評価を行い、実習献立について、修得した内容、自身の調理技術、実習の改善点も含め考察する。

学修内容	到達目標
① 基本的な切り方、調理法を正確に実施できる調理知識・技術を修得する。 ② 食材について関心を持ち、食材ごとの特徴、取り扱い、調理知識を修得する。 ③ 共同で調理を行うことにより、チームワークや豊かな感性と創造力を身に付ける。	① 基本的な切り方、調理法を正確に迅速に行うことができる。 ② 食材ごとに、その特性を理解し、調理操作を行うことができる。 ③ 全体の調理の進行、料理のバランスを考えて、料理を仕上げ、盛り付けを行うことができる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素

学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例

前に踏み出す力	主体性	ア. 調理の知識・技術を修得し、栄養士として社会貢献をするという目標に向かって指示が無くても、その知識・技術を自ら進んで高めるよう自己学修をすることができる。 イ. 技術の修得のために自ら練習をすることができる。 ウ. 授業以外の時間を使い、自分で他の料理について調べたことを記述できる。
	働きかけ力	
	実行力	ア. 何分で調理を完了するかの手順や方法を考え、確実に目標に向かって進めることができる。
考え抜く力	課題発見力	ア. 思い込みや憶測でなく事実に基づいて情報を客観的に整理し、課題を見極めることができる。
	計画力	ア. グループ内で時間内に終わることができるよう手順や役割分担を考えて完成できるよう進めることができる
	創造力	ア. 物事を考える時に、固定概念に捉われないことによりいろいろな方向から考えることができる。
チームで働く力	発信力	ア. 授業で修得した内容を、的確な文章で表現できる。
	傾聴力	ア. 教員のデモから自分の知識・技術を確認し、さらに自分の行うべき行動を考えることができる。 イ. 実習において、人の意見を確認し、さらに自分の意見を述べるすることができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	ア. 身支度や手洗い、調理の完成時間、調理器具や食器の片づけなど、ルールを守って作業ができる。 イ. 自分の都合を優先することなく集団のルールを守ることができる。 ウ. 無断欠席、遅刻、居眠り、私語など講義に支障をきたす行動をせず、授業が円滑に進行するようルールを守ることができる。
	ストレスコントロール力	

テキスト及び参考文献

テキスト: テキスト: 実習ノート(調理Ⅰで配布済み)

参考文献: 「新版 調理と理論」同文書院など

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連 : 調理Ⅰ・Ⅱ、給食管理実習、栄養学

関連する資格 : 栄養士

実習教材費 : 材料費 8,000 円(余剰分は返還する)

学修上の助言	受講生とのルール
<ul style="list-style-type: none"> ・実習の前に必ずレシピを確認し、料理ごとの食材の処理、全体の食材の配分をノートに整理しておいてください。 ・実習で学んだ献立は、自宅などで再度作成し、知識・調理技術の修得にむけて努力しておいてください。 ・将来実践に役立つ栄養指導、調理指導ができる栄養士を目指して食材、献立・調理についての関心高め、調理ノートに書き加え、実践できる知識・技術の幅を高める努力しておいてください。 ・包丁の練習は家庭でも必ず行い、包丁技術を高める努力しておいてください。 	<ul style="list-style-type: none"> ・当日欠席は、班での調理作業に支障を来すため、事前に教員と班員に連絡するようにしてください。 ・欠席した場合の調理ノートの記入については、教員から実習について事後指導を受け、作成してください。 ・作成した献立を撮影する場合のみ、携帯電話の持ち込みを許可します。 ・定められた服装で実習を行い、忘れた場合は教員に申し出るようにしてください。

評価方法	評価の割合	到達目標	各評価方法、評価にあたって重視する観点、評価についてのコメント
筆記試験			
小テスト	15	①	<p>筆記:15週に授業で修得した調理の基本的な操作事項について、理解できているか評価する。</p> <p>①基本的な調理操作について理解できるか確認する。 (例:切り方、下処理方法)</p> <p>②実習で実施した調理操作について、穴埋め問題と調理操作について記述にて修得しているか確認する。</p>
		②	
		③	
レポート	60	①	<p>・課題 実習ごとに以下5点について、調理ノート(1週5点、計12週)にまとめてある。</p> <p>1. 全体の調理手順、食材の配分等の計画</p> <p>2. 食材の確認(計量、廃棄量等)、デモによるポイントの整理</p> <p>3. 調理のポイント、完成イラスト</p> <p>4. 評価・改善点のまとめ</p> <p>5. 他班の調理の進行、完成品と比較した考察</p> <p>・提出期限 15週、授業前</p>
		②	
		③	
成果発表 (口頭・実技)	15	①	<p>実技:15週に、包丁使いの習熟度を確認するため、実技テストを行い評価する。 (例:大根のかつら剥き、せん切り等)</p> <p>評価の方法</p> <p>1.包丁操作を正しく、スムーズに行うことができる。</p> <p>2.一定時間内に、食材の特性を理解し、料理に合わせて、正確に切碎できる。</p>
		②	
		③	
作品			
社会人基礎力 (学修態度)	10	①	<p>(主体性)・調理、食材に関する知識について、自己学修をすることができ、献立作成、調理技術の修得のために自ら練習をすることができているかを評価する。</p> <p>(実行力)・何分で調理を完了するかの手順や方法を考え、確実に目標に向かって進めることができているかを評価する。</p> <p>(課題発見力)・思い込みや憶測でなく事実に基づいて情報を客観的に整理し、課題を見極めることができているかを評価する。</p> <p>(計画力)・グループ内で時間内に終わることができるよう手順や役割分担を考えて完成できるよう進めることができているかを評価する。</p> <p>(創造力)・物事を考える時に、固定概念に捉われないことなどいろいろな方向から考えることができているかを評価する。</p> <p>(発信力)・授業で修得した内容を、的確な文章で表現できているかを評価する。</p> <p>(傾聴力)・教員のデモから自分の知識・技術を確認しさらに自分の行うべき行動を考えることができ、さらに人の意見を確認し、自分の考えを整理することができているかを評価する。</p> <p>(規律性)・ルールを守って作業ができているかを評価する。</p>
		②	
		③	
その他		①	<p>・2/3以上の授業に出席し、レポートを提出した学生のみ評価の対象とする。ただし、授業に出席することは当たり前のことなので、出席点は加味しない。</p>
		②	
総合評価割合	100		小テスト、レポート、実技テスト及び授業態度の成績を総合して評価する。

【到達目標の目安】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
<p>到達レベルS(秀)</p> <p>総合評価点 90点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがしっかりとまとめられており、今後活用できるように効果的に考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身で完全に再現できる。 <p>到達レベルA(優)</p> <p>総合評価点 80点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがほぼまとめられており、今後活用できるように考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身でほぼ完全に再現できる。 	<p>到達レベルB(良)</p> <p>総合評価点 70点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがまとめられており、今後ほぼ活用できるように考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身である程度再現できる。 <p>到達レベルC(可)</p> <p>総合評価点 60点以上</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回の実習についてのレポートがまとめられており、今後ほぼ活用できるようにある程度考察ができる。 ・調理操作についての知識・技術を修得し、次回、自身である程度再現できる。

週	学修内容		授業の実施方法及びフィードバック方法	到達レベル C(可)の目安	予習・復習	時間(分)	能力名
1週 /	オリエンテーション (1年次との実習の進め方の違いを理解する)		講義	授業の流れを理解できる。 実習を主体的に進めるための方策を考えることができる。	(予習):1年次の実習ノートの内容を(復習)しておく。 (復習):調理の基本的な操作、食材について理解を深めておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2週 /	日本料理1 (飯物、和え物 2、焼き物)	・豆ご飯 ・鮪と長芋の市松造り ・木の芽和え ・生麩田楽	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	和え衣の応用編(青寄せ) について理解する。 焼き物の応用について 理解し調理できる。 彩りよく盛り付けを行う ポイントを理解し、盛り つけることができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3週 /	日本料理2 (飯物、和え物 1、汁物)	・手まり寿司 ・酢味噌和え ・吸い物(若竹汁) ・桜餅	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	和え衣の応用を理解し 調理できる。 道明寺粉の取り扱いを 理解し調理できる。 盛り付けのポイントを 理解し、美しく盛り 付けることができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4週 /	日本料理3 (飯物、和え物 1、汁物)	・筍ごはん ・出し巻き卵 ・ふきと団子の煮物 ・春サラダ ・かしわ餅	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	焼き物の応用を理解し 調理できる。 上新粉の取り扱いを 理解し調理できる。 盛り付けのポイントを 理解し、美しく盛り 付けることができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5週 /	中華料理1 (揚げ物、炒め 物、汁物)	・鶏の唐揚げ葱ソース ・青菜炒め ・中華風コーンスープ ・杏仁豆腐	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	中華料理の応用(下処理、 合わせ調味料、湯)を 理解し調理できる。 盛り付けのポイントを 理解し、美しく盛り 付けることができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6週 /	中華料理2 (前菜、煮込み、 蒸し物)	・鶏の前菜 ・海老のチリソース ・花巻(中国パン)	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	中華料理の応用(下処理、 炒め物、揚げ物)を 理解し調理できる。 盛り付けのポイントを 理解し、美しく盛り 付けることができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7週 /	中華料理3 (炒め物・揚げ物)	・牛肉とピーマンの 細切り炒め ・青菜の蟹あんかけ ・春巻き ・ココナッツ汁粉	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	中華料理の応用(下処理、 炒め物、揚げ物)を 理解し調理できる。 盛り付けのポイントを 理解し、美しく盛り 付けることができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8週 /	西洋料理1 (カフェ料理)	・ほうれん草とハムの キッシュ ・洋ナシのタルト	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	パイ生地の基本とアレンジ を理解し調理できる。 仕上りのポイントを 理解し、美しく仕 上げるができる。	(予習):全体の調理手順 をまとめ、食材の配分等 を整理しておく。 (復習):調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名:主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
ストレスコントロール力

週	学修内容		授業の実施方法及びフィードバック方法	到達レベル C(可)の目安	予習・復習	時間(分)	能力名
9週 /	西洋料理2	アフタヌーンティーのパーティー料理 (スコーン ・サンドイッチ ・チーズケーキ)	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	アフタヌーンティー盛り付け、 作法を理解し、盛り付け、 サービスができる。 サンドイッチの種類と用途を 理解し調理できる。	(予習): 全体の調理手順を まとめ、食材の配分等を 整理しておく。 (復習): 調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10週 /	アジア料理	・生春巻き ・グリーンカレー	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	他国の調味料、調理法を理 解し調理できる。 盛り付けのポイントを理解 し、美しく盛り付けること ができる。	(予習): 全体の調理手順を まとめ、食材の配分等を 整理しておく。 (復習): 調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11週 /	イタリア料理1 (パスタ、デザート)	・パスタ(3色ソース) ・ブルスケッタ ・ティラミス	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	パスタのアレンジ、ソースの 特徴を理解し調理できる。 オリーブ油の使用法を理 解し調理できる。 イタリアのデザートについて 理解し調理できる。 盛り付けのポイントを理解 し、美しく盛り付けること ができる。	(予習): 全体の調理手順を まとめ、食材の配分等を 整理しておく。 (復習): 調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12週 /	イタリア料理2 (スープ、主菜、 デザート)	・鶏の香草焼き ・カポナータ ・ディップ (バケット添え) ・洋梨のデザート	実習 授業前半のデモ ストレーション時に、 前回ポイントを フィードバックする	香草の取り扱いについて理 解し調理できる。 ワインヴィネガーの特徴を理 解し調理できる。 前菜、主菜、デザートの特 徴を理解し美しく盛り付け ることができる	(予習): 全体の調理手順を まとめ、食材の配分等を 整理しておく。 (復習): 調理のポイント、 感想をノートに整理し、 評価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13週 /	自由献立	・自由献立作成	演習(班ごとのテ ーマに沿った献立 作成) 実習した調理操 作については各 班テーマごとにフ ィードバックする	班ごとのテーマに沿った献 立作成できる。	(予習): 与えられたテーマ 献立について、自身の案 を作成しておく。 (復習): 決定した献立に ついて手順等を確認して おく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14週 /	自由献立	・自由献立調理 発表・評価・意見交 換会	実習 評価 実習した調理操 作については各 班テーマごとにフ ィードバックする	班ごとのテーマに沿った献 立調理、発表、評価できる。	(予習): 献立について手 順等を確認しておく。 (復習): 計画通りに作成 できたか、改善点等の評 価しておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15週 /	実技テスト・小テスト まとめ		実技テスト 小テスト 講義 テストの内容につ いて解説	1年半で学んだ調理の知識 を理解できる。 包丁技術を身に付けてい る。	(予習): 調理の知識につ いて理解しておく。包丁の 練習をしておく。 (復習): 週答できなかった 事項について、再度復讐 し理解しておく。自身の包 丁技術のレベルを理解し 技術を高めておく。	60	主体性 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

能力名: 主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
ストレスコントロール力