

2021年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
23306	調理 I Cooking I	大津 ゆみ子		専門	1	必修	1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に、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。授業始めに行う師範台でのデモ後、各班4から5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。食材、調味料は無駄のない使用を、廃棄については、環境への配慮を徹底する。

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	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	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	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させることができる。
	創造力	物事を考える時に、固定概念に捉われないことと色々な方向から考えることができる。
チームで働く力	発信力	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ができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	遅刻、無断欠席をせず、円滑に授業が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：
「調理のためのベーシックデータ」 女子栄養大学出版部、「新食品成分表 FOODS 2020」 とうほう

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連 : 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（余剰分は調理Ⅱの材料費とする）

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を高め、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】

評価対象	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		
学修成果	学期末試験 筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①			
			②			
			③			
	平常評価	小テスト	15	①	✓	
				②	✓	
				③	✓	
		レポート	60	①	✓	
			②	✓		
		③	✓			
学修行動	社会人基礎力 (学修態度)	10	①	✓		
			②	✓		
			③	✓		
総合評価割合		100				

【到達目標の基準】

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) 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) 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) 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) 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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	オリエンテーション	講義	授業の流れ・実習室の使い方を理解する。成分表の使い方、栄養価計算の方法を学ぶ。衛生的手洗いの方法を学ぶ。	(予習) : 成分表の説明章を読んでおく。ベーシックデータを読んでおく。 (復習) : 栄養価計算の課題を計算する。	60	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
2	和食の基礎① 白飯、肉じゃが、菜の花のからし和え、若竹汁	実習 質疑応答にてフィードバックする。	炊飯の原理、野菜の皮むきを学ぶ。廃棄率について理解できる。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	和食の基礎② 筍ご飯、鶏肉の照り焼き、千草和え、すまし汁	実習 質疑応答にてフィードバックする。	鰹だし汁の取り方、味付け飯の調理ポイントについて学ぶ。野菜の千切りができる。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	和食の基礎③ 白飯、だし巻き卵、レタスとわかめの酢の物、豚汁	実習 質疑応答にてフィードバックする。	卵の調理ポイント、煮干しだしの取り方について学ぶ。主菜の盛り付け法を理解し、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	和食の基礎④ 赤飯、鱈のつけ焼き、えんどうの胡麻和え、茶碗蒸し	実習 質疑応答にてフィードバックする。	もち米の調理ポイントと希釈卵液の調理ポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	中間テスト ① 栄養価計算、野菜の皮むき(廃棄率計算)	筆記及び実技テスト	食品成分表を使って、正確に栄養価計算ができる。野菜の皮むきがスムーズにでき、廃棄率を計算できる。	(予習) : 成分表の説明章を読んでおく。野菜の皮むきの練習をしておく。	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	中国料理の基礎 ① 白飯、鶏肉のから揚げ、春雨の酢の物、トマトと卵のスープ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	揚げ物の調理ポイントと中華だしの取り方を学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	中国料理の基礎 ② 白飯、麻婆豆腐、棒棒鶏、冬瓜のスープ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	豆腐の調理ポイントと中国料理特有の調味料について学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	中国料理の基礎 ③ もち米のかやく飯、白身魚の香味蒸し、青菜炒め、酸辣湯	実習 質疑応答にてフィードバックする。	魚の取り扱いと調理ポイントと中国料理特有の調味料について学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	中間テスト ② 汁物の塩分計算、野菜の千切り	筆記及び実技テスト	各種だし汁・調味料を使って、適正な塩分の汁物を調製できる。野菜の千切りがスムーズにできる。	(予習) : ベーシックデータを読み、塩分の調整方法を確認する。野菜の千切りの練習をしておく。	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	西洋料理の基礎 ① ライス、ハンバーグステーキ、シーザーサラダ、コンソメスープ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ハンバーグ種に副材料が与える役割を知る。西洋料理におけるフォン、ドレッシングの種類を学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	西洋料理の基礎 ② ライス、チキンのトマト煮、マカロニサラダ、ジャガイモのスープ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ハーブの役割と調理ポイント、パスタの調理ポイントについて学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	西洋料理の基礎 ③ パン、鰯のムニエル、キャロットラペ、コンポタージュ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	魚の下ろし方、ホワイトソースの調理ポイントについて学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	創作献立実習 ①	演習 班ごとにテーマに沿った献立を計画し、発注書を作成する。	テーマ・献立のバランス・食材の旬・予算等に配慮し、班員で協力して献立の計画ができる。	(予習) : 与えられたテーマに沿った献立について、自身の案をまとめておく。 (復習) : 決定した献立の調理方法を確認しておく。	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
15	創作献立実習 ②	実習・評価 各班で計画した献立を作成する。作成した献立を班ごとに評価し、質疑応答にてフィードバックする。	班ごとに計画した献立について、班員で協力し、効率よく作業ができる。味付けや盛り付けに配慮し、作成した献立のプレゼンテーションができる。	(予習) : 決定した献立の調理方法を確認しておく。 (復習) : 実習の内容を振り返り、レポートにまとめる。	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

2021年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
23307	調理Ⅱ CookingⅡ	大津 ゆみ子		専門	1	必修	1後期

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Ⅱでは調理Ⅰで培った知識・技術の向上を目指す。
授業始めに行う師範台でのデモ後、各班4から5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	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	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	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させることができる。
	創造力	物事を考える時に、固定概念に捉われないことと色々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	遅刻、無断欠席をせず、円滑に授業が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：
「調理のためのベーシックデータ」 女子栄養大学出版部 1,800円＋税、「新食品成分表FOODS 2020」とうほう780円＋税

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連：調理Ⅰ、給食管理実習、栄養学
資格との関連：栄養士
実習教材費：材料費8,000円（余剰分は調理Ⅲの材料費とする）

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を高め、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】

評価対象	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		
学修成果	学期末試験 筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①			
			②			
			③			
	平常評価	小テスト	15	①	✓	
				②	✓	
				③	✓	
		レポート	60	①	✓	
				②	✓	
	成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	15	①			
②			✓			
③						
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓	(主体性) ・調理・食材に関する知識について、自己学習をすることができ、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。 (実行力) ・自分と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。 (課題発見力) ・思い込みや推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。 (計画力) ・グループ内で時間内に終えることができるよう手順や役割分担を考えた完成できるように進めることができているかを評価する。 (創造力) ・物事を考える時に、固定概念に捉われない様々な方向から考えることができているかを評価する。 (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。 (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るかを評価する。 (規律性) ・遅刻、無断欠席をせず、円滑に授業が進行するようルールを守ることができる。	
			②	✓		
			③	✓		
総合評価割合		100				

【到達目標の基準】

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
到達レベルS(秀) 総合評価点 90点以上 ・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。 到達レベルA(優) 総合評価点 80点以上 ・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。	到達レベルB(良) 総合評価点 70点以上 ・毎回の実習についてのレポートがまとめられており、今後には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。 到達レベルC(可) 総合評価点 60点以上 ・毎回の実習についてのレポートがまとめられており、今後には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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	和食 ① ちらし寿司、高野豆腐 含め煮、吉野鳥すまし 汁、水ようかん	実習 質疑応答にてフィード バックする。	すし飯の調理ポイント を学ぶ。乾物、寒天の 特性を理解する。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) : 成分表の説 明章を読んでおく。 ベーシックデータを読 んでおく。 (復習) : 栄養価計算 の課題を計算する。	60	主体性 実行力 課題発 見力 傾聴力 規律性
2	エスニック料理 ビビンバ、生春巻き、 あさりにとらのスー プ、パイナップルケー キ	実習 質疑応答にてフィード バックする。	エスニック料理特有の 食材、調味料について 学ぶ。 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) : 学習内容、 到達目標を見て、文献 等で予習する。 (復習) : 実習内容を レポートに整理し、評 価しておく。指定され たメニューの栄養価計 算を行う。	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	西洋料理 ① パン、鮭の香草パン粉 焼き、前菜盛り合わ せ、かぼちゃのポター ージュ、チョコレート ムース	実習 質疑応答にてフィード バックする。	西洋料理の献立形式に ついて学ぶ。ハーブの 種類、特徴を知る。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) : 学習内容、 到達目標を見て、文献 等で予習する。 (復習) : 実習内容を レポートに整理し、評 価しておく。指定され たメニューの栄養価計 算を行う。	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	和食 ② 白飯、ふくさ焼き、小 松菜の煮びたし、鰯の つみれ汁、そばぼうろ	実習 質疑応答にてフィード バックする。	鰯の特性、手開き(の 方法について学ぶ。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) : 学習内容、到 達目標を見て、文献等 で予習する。 (復習) : 実習内容を レポートに整理し、評 価しておく。指定され たメニューの栄養価計 算を行う。	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	西洋料理 ② マカロニグラタン、ワ ルドルフサラダ、ロワ イヤル入りコンソメ スープ 、アーモンドチュイー ル	実習 質疑応答にてフィード バックする。	ホワイトソースの調理 ポイントを学ぶ。スー プの浮き実の種類を知 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) : 学習内容、 到達目標を見て、文献 等で予習する。 (復習) : 実習内容を レポートに整理し、評 価しておく。指定され たメニューの栄養価計 算を行う。	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	実技テスト りんごの皮むき・飾り 切り 汁物の塩分計算	実技・筆記テスト	基本的な包丁の技術が 身についている。 各種調味料を用いて、 汁物の塩分を調整でき る。	(予習) : りんごの皮 むき及び飾り切りがで きる様に練習してお く。ベーシックデータ にて、だし汁や調味料 の塩分含量を見直して 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	西洋料理 ③ パン、ポトフ、鱈のエ スカベッシュ、アップ ルパイ	実習 質疑応答にてフィード バックする。	圧力鍋の調理原理、使 い方を学ぶ。パイ生地 の作り方を学ぶ。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) : 学習内容、 到達目標を見て、文献 等で予習する。 (復習) : 実習内容を レポートに整理し、評 価しておく。指定され たメニューの栄養価計 算を行う。	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	クリスマス菓子	実習 質疑応答にてフィード バックする。	他国の食文化を知る。 発酵菓子の調理のポイ ントを学ぶ。	(予習) : 学習内容、 到達目標を見て、文献 等で予習する。 (復習) : 実習内容を レポートに整理し、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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	中国料理 ① 白飯、酢豚、もやしの和え物、豆腐と蟹のスープ、杏仁豆腐	実習 質疑応答にてフィードバックする。	溜菜の調理ポイントを理解し、調理できる。ゼラチンの特性を学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	パーティー料理 えびピラフ、ローストチキン、オニオンスープ、デコレーションケーキ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ピラフ、スポンジ生地、の調理ポイントを学ぶ。パーティー料理のテーブルセッティングを知り、美しく盛り付けることができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	お正月料理 おせち料理(黒豆、田づくり、昆布巻き、お煮しめ、きんとん)、お雑煮	実習 質疑応答にてフィードバックする。	おせち料理の基本を理解し調理、盛り付けができる。雑煮の基本を理解し調理できる。	予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	和食 ③ 白飯、ぶり大根、れんこんの梅肉和え、湯葉のすまし汁、葛餅	実習 質疑応答にてフィードバックする。	魚のあらの処理を理解し調理できる。でんぶんの調理性を知る。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	中国料理 ② 中華がゆ、餃子、大根餅、黄桃シャーベット、中国茶	実習 質疑応答にてフィードバックする。	点心文化を知る。中国料理特有のだしや調味料の調理ポイントを理解し、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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	創作献立実習 ①	演習 班ごとにテーマに沿った献立を計画し、発注書を作成する。	テーマ・献立のバランス・食材の旬・予算等に配慮し、班員で協力して献立を計画できる。	(予習) : 与えられたテーマに沿った献立について、自身の案をまとめておく。 (復習) : 決定した献立の調理方法を確認しておく。	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
15	創作献立実習 ②	実習・評価 各班で計画した献立を作成する。 作成した献立について、班ごとに評価とフィードバックする。	班ごとに計画した献立について、班員で協力し効率よく作業ができる。味付けや盛り付けにも配慮し、作成した献立のプレゼンテーションができる。	(予習) : 決定した献立の調理方法を確認しておく。 (復習) : 実習の内容を振り返り、レポートにまとめる。	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

2021年度 愛知学泉短期大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	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	大津 ゆみ子		専門	1	必修	2後期

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	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	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。
	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させることができる。
	創造力	物事を考える時に、固定概念に捉われないことと色々な方向から考えることができる。
チームで働く力	発信力	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、人の意見を聞き、さらに自分の意見を述べるができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	遅刻、無断欠席をせず、円滑に授業が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：
「調理のためのベーシックデータ」 女子栄養大学出版部、「新カラーチャート食品成分表」教育図書

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連：調理Ⅰ、給食管理実習、栄養学
 資格との関連：栄養士
 実習教材費：材料費8,000円（余剰分は返金する）

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くください。 ・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を高め、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】

評価対象	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		
学修成果	学期末試験 筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①			
			②			
			③			
	平常評価	小テスト	15	①	✓	
				②	✓	
				③	✓	
		レポート	60	①	✓	
			②	✓		
		③	✓			
学修行動	社会人基礎力 (学修態度)	10	①	✓		
			②	✓		
			③	✓		
総合評価割合		100				

【到達目標の基準】

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) 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) 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) 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、今後には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) 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、今後には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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1	秋の和食 ① とろろご飯、鰹のたたき、卵の花の炒り煮、菊花豆腐の澄まし汁	実習 質疑応答にてフィードバックする。	季節の食材と調理のポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	60	主体性 実行力 課題発見力 傾聴力 規律性
2	エスニック料理 スパイスカレー、トマトのマリネ、茸のサラダ、ココナッツクッキー	実習 質疑応答にてフィードバックする。	他国の食文化を知る。スパイスの種類及び効果、調理のポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	中国料理 ① 白飯、肉団子の甘酢あんかけ、前菜盛り合わせ、蟹と卵の薄くず汁、無花果パイ	実習 質疑応答にてフィードバックする。	他国の食文化を知る。中国料理特有の食材・調味料を知り、その調理ポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	秋の和食 ② 稲荷ずし、焼き茄子、けんちん汁、栗蒸し羊羹	実習 質疑応答にてフィードバックする。	季節の食材と調理のポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	製パン実習	実習 質疑応答にてフィードバックする。	製パンの工程を理解し、調理する。パン生地に副材料が与える影響を学ぶ。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。		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	西洋料理 ① パン、ビーフシチュー、ほうれん草のオープンオムレツ、シュークリーム	実習 質疑応答にてフィードバックする。	他国の食文化を知る。西洋料理特有の調味料・ハーブについて、シュー生地の膨化原理を学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	実技テスト ゲル化剤の使い分け 野菜の飾り切り	筆記及び実技テスト	ゼラチン、寒天、カラギーナンの調理特性を理解し、調理できる。野菜を飾り切りにし、炊き合わせを作ることができる。	(予習) : それぞれのゲル化剤の調理性、調理方法を調べておく。野菜の飾り切りを練習しておく。	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	中国料理 ② 炸醬麵(手打ち麵)、イカとブロッコリーの炒め物、ラーパーツァイ、胡麻団子	実習 質疑応答にてフィードバックする。	他国の食文化を知る。中国料理特有の食材・調味料を知り、その調理ポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	茶懐石料理 白飯、海老真薯の含め煮、白和え、生麩のふくさ仕立て、浮島、抹茶	実習 質疑応答にてフィードバックする。	茶懐石料理の献立形式や調理のポイントを学ぶ。盛り付けのポイントを理解し、美しく仕上げるができる。	(予習) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	冬の和食 鯛飯、野菜の揚げびたし、胡麻汁、薯蕷饅頭	実習 質疑応答にてフィードバックする。	季節の食材と調理のポイントを学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	おもてなし料理 西洋料理 パエリア、フライドチキン、コールスローサラダ、苺のムース	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ゲストをもてなす事を意識し、食材・調理法・味付けに趣向を凝らした調理を学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	おもてなし料理 和食 手毬寿司、和風ローストビーフ、茶碗蒸し(銀あんかけ)、練り切り	実習 質疑応答にてフィードバックする。	ゲストをもてなす事を意識し、食材・調理法・味付けに趣向を凝らした調理を学ぶ。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) : 学習内容、到達目標を見て、文献等で予習する。 (復習) : 実習内容をレポートに整理し、評価しておく。指定されたメニューの栄養価計算を行う。	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	冬の和食 ② 里芋ご飯、かき揚げ、白身魚のかぶら蒸し、こんにゃくと葱の酢味噌和え、豆寒	実習 質疑応答にてフィードバックする。	季節の食材と調理のポイントを学ぶ。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) : 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	創作献立実習 ①	演習 班ごとにテーマに沿った献立を計画し、発注書を作成する。	テーマ・献立のバランス・食材の旬・予算等に配慮し、班員で協力して献立の計画ができる。	(予習) : 与えられたテーマに沿った献立について、自身の案をまとめておく。 (復習) : 決定した献立の調理方法を確認しておく。	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
15	創作献立実習 ②	実習・評価 各班で計画した献立を作成する。 質疑応答にてフィードバックする。	班ごとに計画した献立について、班員で協力し、効率よく作業ができる。味付けや盛り付けに配慮し、完成した献立のプレゼンテーションができる。	(予習) : 決定した献立の調理方法を確認しておく。 (復習) : 実習の内容をレポートにまとめておく。	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