

2022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し、卒業後の活躍へと繋げる。  
この授業は、食物栄養学科ディプロマ・ポリシー「客観的な証拠に基づいて科学的にものごとの判断ができること」「食生活の改善を通じ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こと」の項目を重視し、pisa型学力の構築における必要な知識・情報等の資源を獲得する力および問題を解決する力の習得を目指す。

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できるよう進めることができる。
	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、無断欠席など、学習意欲欠如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：  
「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"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul>

【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	✓	学習した知識及び包丁使いの習得度を確認するため、中間テストを行う。評価は以下の2項目について行う。 1. 包丁操作を正しく、スムーズに行う事ができる。 2. 各種ゲル化剤の特徴を理解し、使い分けができる。
				②	✓	
				③	✓	
		レポート	60	①	✓	実習ごとに以下5項目について、レポートで評価する。 1. 全体の調理手順、食材の配分等の計画 2. 調理のポイント、完成イラスト 3. 評価・改善点のまとめ 4. 他班の調理の進行、完成品と比較した考察 5. 栄養価計算
	②			✓		
③	✓					
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	15	①		14週及び15週に、班ごとの創作献立実習を行う。テーマ、食材の旬、予算に配慮した献立を作成し、班員で協力して調理にあたる。pisa型学力の獲得した知識・情報等を活用する力および課題を解決する力を評価するため、以下の5項目について評価を行う。 1. 献立計画 2. 作業効率 3. チームワーク 4. 仕上がり・味 5. オリジナリティ・工夫点		
		②	✓			
		③				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓	<small>（主体性）</small> 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。 <small>（実行力）</small> 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。 <small>（課題発見力）</small> 思い込みや臆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。 <small>（計画力）</small> 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に進めることができているかを評価する。 <small>（創造力）</small> 物事を考える時に、固定概念に捉われないこととく異なる方向から考えることができているかを評価する。 <small>（発信力）</small> 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。 <small>（傾聴力）</small> 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。 <small>（規律性）</small> ルールを守って作業ができているかを評価する。	
			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。	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	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