

2019 年度 愛知学泉大学シラバス

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
2201311	基礎調理実習 Foundation Cooking Practice	森山三千江	専門	2	必須	1年 前期

科目の概要

食品の特性を知り、科学的な根拠に基づいた調理法を理解し、日常生活における基本的な調理技術を身につける。調理中の衛生管理から安全面にも気を配り、グループ内で協力して調理を行う作業手順を考えて、効率を図る技術も身につける。環境面にも配慮し、食材を残さない、洗浄する際に洗剤を使いすぎないなども考えていく。

学修内容	到達目標
① 調理器具の名前が分かり、正しく使用する。 ② 様々な切り方が出来るようになる。 ③ 食材の下ごしらえや調理方法を理解する。 ④ 調理中に安全を心がけることが出来る。 ⑤ ノートを作業毎にまとめる。	① 調理に必要な器具を正しく使用して調理が出来る。 ② 調理方法に合わせ、各食品の切り方を考えて切ることが出来る。 ③ 準備段階から食品を正しく取り扱うことが出来る。 ④ 安全に配慮して調理を行う事が出来る。 ⑤ ノートを綺麗に纏め期日までに提出することが出来る。

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	指示されずに自ら進んで実習に取り組むことが出来る。
	働きかけ力	班のメンバーに声をかけて作業を分担することが出来る。
	実行力	作業の進み具合を確認しながら、実習を進めることが出来る。
考え抜く力	課題発見力	仕上がりを見て、味や盛りつけを変更することが出来る。
	計画力	必要な調味料、器具を前もって揃えることが出来る。
	創造力	実習で行った内容をきちんとノートにまとめて書くことが出来る。
チームで働く力	発信力	班のメンバーに声をかけながら作業を進めることが出来る。
	傾聴力	デモの指示をきちんと聞き、正しい調理操作を行う事ができる。
	柔軟性	作業の遅れや不具合が生じたときに適切な処理が出来る。
	状況把握力	自分が何をすべきか、その都度把握することが出来る。
	規律性	授業に遅れない、身支度がきちんと出来る。
	ストレスコントロール力	班のメンバーの不手際などにも対処しながら作業を進めることが出来る。

テキスト及び参考文献

調理実習：地人書館

他科目との関連、資格との関連

他科目：栄養、食品、調理 資格：中学校教諭一種(家庭)、高等学校教諭一種(家庭)、フードスペシャリスト

学修上の助言	受講生とのルール
前もってどのような調理作業を行うのかを予習し、作業がスムーズに行なわれるようにする。実習後に自分が分担しなかった調理作業を自宅などで行い、調理技術と知識を身に付ける。	授業は班のメンバーとの共同作業であるから開始時間に遅れないこと。また、調理作業は清潔第一であることから身支度は常にきちんとする。調理ノートは実習ごとにまとめておき、期日までに提出する。

【評価方法】

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	20	①	画調理に置けるポイント理解して、作業を行ったかを確認する。食材の特徴を実習を通して理解したのか記述してきちんと答えられるか。
		②	
		③	
		④	
		⑤	
小テスト		①	
		②	
		③	
		④	
		⑤	
レポート	70	①	① 各調理品の作り方が見やすくまとめられているか、調理品ごとに整理されているかを確認する。 ② 調理品の分量と作り方が見開きノートの左右で適合しているか。 ③ 食する際の配膳がきちんと理解されているか。 ノートのまとめ方がいねいに書かれているか、期日までに提出されたかにより評価が異なる。
		②	
		③	
		④	
		⑤	
成果発表 (口頭・実技)		①	
		②	
		③	
		④	
		⑤	
作品		①	
		②	
		③	
		④	
		⑤	
社会人基礎力 (学修態度)	10	①	(主体性)自ら進んで実習を進めていくことができるか。 (実行力)班での作業の進行に応じて、実習を進めることができる。 (課題発見力)仕上がりを見て、味や盛りつけの改善案を考えられる。 (創造力)実習内容を順序立ててノートにまとめて書くことができる。 (発信力)班のメンバーと確認しながら作業を進めることができるか。 (傾聴力)師範で示されたとおり、正しい調理操作を行う事が出来る。 (規律性)遅刻・欠席をしない、実習時に身支度がきちんと出来きている。実習ノートを期日までに、記入もれがなく提出出来るか。
		②	
		③	
		④	
		⑤	
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)の基準
調理実習中に自分の役割を把握して積極的に動いているか、犯人の指示を待っている状態ではないかなど調理に対する積極性が大切である。さらに最後に提出するノートは調理品の絵も色を付け、きちんとまとめられており、かつ毎回の実習内用に記入漏れがなければ A。ノートのまとめ方として、要点が強調されており、自ら調べたことも記入してノートがまとめられている場合は S とする。	調理作業に班員として何らかの作業に参加しているか、ノートは記入漏れが無く大体まとめられていれば B とする。

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週 /	調理の心構え これからの授業に付いて諸注意、ノートのとめ方、調理室の使い方、当番について等の説明	実習	調理室の使い方、当番の仕事について理解する。	(予習)配付資料を読んで理解する (復習)ノートにまとめる	90	主体性 傾聴力
2週 /	食品の重量 食品の目分量、手測り、実重量を体験とカロリー計算の仕方	実習	食品の目分量、手測り、実重量を体験し、カロリー計算の方法を理解する。	(予習)カロリーとは何かを調べる (復習)カロリー計算を実際に行って復習する	180	主体性 傾聴力
3週 /	基本的な切り方 今後の調理操作に必要な切り方の名称と体験	実習	様々な切り方を理解し、調理品の作成に利用する。	(予習)どのような切り方が有るのか調べる (復習)切り方の練習を自宅でもする	180	主体性 実行力
4週 /	白米を使った調理 鍋による白米の炊き方を学び、かき玉汁、鱈の照り焼き、キュウリとわかめの酢の物、カップケーキの調理	実習	ご飯、かき玉汁、鱈の照り焼き、キュウリとわかめの酢の物、カップケーキの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
5週 /	炊き込みご飯、ナメコの赤だし、和風ハンバーグ、木の芽和え、フルーツサラダの作成	実習	炊き込みご飯、ナメコの赤だし、和風ハンバーグ、木の芽和え、フルーツサラダの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
6週 /	洋風料理 1 和風パスタ、ミネストローネ、コールスローサラダ、ロールケーキの調理	実習	和風パスタ、ミネストローネ、コールスローサラダ、ロールケーキの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
7週 /	丼物と汁物 鰯の蒲焼き丼、アサリの潮汁、里芋の煮っ転がし、即席漬け、蒸しプリンの調理	実習	鰯の蒲焼き丼、アサリの潮汁、里芋の煮っ転がし、即席漬け、蒸しプリンの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
8週 /	お弁当料理 ご飯、ピーマンの肉詰め、スペイン風オムレツ、ブロッコリーとベーコンのグラタン風、水ようかんの調理	実習	ご飯、ピーマンの肉詰め、スペイン風オムレツ、ブロッコリーとベーコンのグラタン風、水ようかんの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力

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週 /	オープン料理 パン、マカロニグラタン、白身魚フライトマトソース添え、ミモザサラダ、二色ゼリーの調理	実習	パン、マカロニグラタン、白身魚フライトマトソース添え、ミモザサラダ、二色ゼリーの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとまとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
10週 /	韓国料理 ビビンバ、わかめスープ、チヂミ、ソンプジョンの調理	実習	ビビンバ、わかめスープ、チヂミ、ソンプジョンの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとまとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
11週 /	中国料理 炒飯、粟米湯、焼き餃子、涼伴墨魚、杏仁豆腐の調理	実習	炒飯、粟米湯、焼き餃子、涼伴墨魚、杏仁豆腐の作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとまとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
12週 /	洋風料理 2 バケット、ビーフシチュー、シーザーサラダ、スタッフドエッグ、ブラマンジェの調理	実習	バケット、ビーフシチュー、シーザーサラダ、スタッフドエッグ、ブラマンジェの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとまとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
13週 /	エスニック料理 ナン、チキンカレー、炒めマカロニサラダ、シュークリーム、ラッシーの調理	実習	ナン、チキンカレー、炒めマカロニサラダ、シュークリーム、ラッシーの作り方を理解する。	(予習)調理実習の内容について手順を確認しておく (復習)調理ノートのとまとめと自宅で再度、調理をおこなう	180	主体性 実行力 計画力
14週 /	洋食のテーブルマナーを学ぶ	実習	正しいテーブルマナーについて知る。	(予習)マナーについて調べておく (復習)マナーについて確認し、ノートにまとめる	180	主体性 実行力 計画力
15週 /	前期ふりかえりをし、これまでの実習記録をまとめる	実習	調理器具の正しい扱いを知り、調理ノートをまとめることができる。	(予習)内容について確認し、ノートをまとめる資料を集めておく (復習)全ての調理ノートのとまとめ	180	主体性 実行力 計画力

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