

2026年度 愛知学泉大学シラバス

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
122211064	基礎調理実習 Foundation Cooking Practice	長妻 洋恵			2	必修	1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手順を考え、効率的に作業を進めていく技術も身につける。DP4一つのものを作り上げる際にはメンバーとのコミュニケーションを取り、他者への配慮ができるようにする。さらに環境面にも配慮し、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。DP4生活について幅広い知識と技術を身につけ、さらに家庭科教諭となるものは高度な専門知識及び技術を身につけるものである。

①建学の精神、社会人基礎力、pisa型学力を修得して、職場と地域の人々と協働して解決していくことができる。
 ②ライフスタイルのデザインを提案するために必要な衣・食・住および地域活性に関連する専門的知識・技能を身に付け、ICT・notebooklmを使用し、地域再生に貢献することができる。DP.4
 ③自立した社会人として、常に自己研鑽に取り組み、自らの可能性を高めて社会に貢献することができる。

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 調理中に安全に時間内に美味しく調理し、きれいに盛り付けることを心がける。 ⑤ ノートを作業毎にまとめICT・notebookLMを活用して提出する。	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事が出来る。 ③ 準備段階から食品を正しく取り扱う事が出来る。DP4 ④ 調理実習の献立を安全に時間内に美味しく調理し、きれいに盛り付ける事が出来る。DP4 ⑤ ノートを綺麗に纏め期日までにICT・notebookLMを活用し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、味や盛り付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れいに盛り付け、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	班のメンバーの下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

一年時に開講される基礎調理実習で実技の手法をもとにその後に開講される栄養、食品、調理に関する知識の土台となるものであり、さらに 中学校教諭一種(家庭)、高等学校教諭一種(家庭)及びフードスペシャリストとして活躍していくための基礎的技術及び知識となる。

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	0	①			
			②			
			③			
			④			
			⑤			
	平常評価	小テスト	0	①		
				②		
				③		
				④		
				⑤		
		レポート	70	①	✓	各調理品の作り方、盛り付け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。 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。 食する際の調理工程、配膳がきちんと理解されているか。ノートのまとめ方がて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。 【pisa型学力の評価】 知識の獲得：到達目標の①②より40% 知識の活用：到達目標の③④より40% 課題解決：到達目標の⑤より20%
				②	✓	
				③	✓	
				④	✓	
				⑤	✓	
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	20	①	✓	班員と協力して作業を行えたか。 自分が何をすれば良いか状況を判断して動いたか。 実習中にどのような作業を行っているか、協力する態度を評価する。 調理品に対して的確な皿やカトラリーを並べ、一食の調理として適切に提供されているか。 【pisa型学力の評価】 知識の獲得：到達目標の①②より50% 知識の活用：到達目標の③④より40% 課題解決：到達目標の⑤より10%		
		②	✓			
		③	✓			
		④	✓			
		⑤	✓			
学修行動	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出来るか。 (働きかけ力)班のメンバーに声をかけて作業を分担などコミュニケーションをとることが出来る。理解できないところは、調べたり、周りの人に関して解決することが出来る。 (実行力)班での作業の進行に応じて、実習を進めることが出来る。 (課題発見力)仕上がりを見て、味や盛り付けの改善案を考えられる。 (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)実習内容を順序立ててノートにまとめて書くことが出来る。 (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出来るか。 (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。 (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)遅刻・欠席をしない、実習時に身支度がきちんと出来ている。実習ノートを期日までに、記入もれがなく提出出来るか。 (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応しながら作業を進めることが出来る。	
			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)及びC(可)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、班メンバー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い場合はAとし。さらにノートのまとめ方で要点が強調されており、自ら調べたことも記入されている場合は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おり、ノートは記入漏れが無く大体まとめられていればCとし、他人から見てもわかりやすくまとめてある場合は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	調理の心構え 実習に先立ち、調理室の使用方法やゴミ出しの方法について学ぶ。 カロリー計算の方法を学ぶ。	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) 授業内容をノートにまとめる。	180	主体性 傾聴力
2	食品の重量 食品を見ただけおよび手で持ち重量を考え、実際の重量との違いについて知る。基本の切り方を学ぶ。	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) 配付資料を読んで理解する。(復習) カロリー計算の復習をおこなう。	180	主体性 傾聴力
3	基本的な切り方 芋や野菜などの基本的な切り方について学び、実際にどれくらい時間がかかるかを測定する。	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) 配付資料を読んで理解する。 (復習) 切り方の練習を自宅でもする。	180	主体性 実行力
4	白米を使った調理 白米、かき玉汁、豚肉のしょうが焼き、キュウリとわかめの酢の物、いちご大福を調理する。	実習	ご飯、かき玉汁、豚肉のしょうが焼き、キュウリとわかめの酢の物、のいちご大福の作り方を理解する。	(予習) 配付資料及び教科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートの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
5	炊き込みご飯と汁物 炊き込みご飯、鱈の照り焼き、ナメコの赤だし、ごま和えを調理する。	実習	炊き込みご飯、鱈の照り焼き、ナメコの赤だし、ごま和えの作り方を理解する。	(予習) 配付資料及び教科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートの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
6	洋風料理1 ミートスパゲッティ、コンソメスープ、グリーンサラダ、ロールケーキ、紅茶を調理する。	実習	ミートスパゲッティ、コンソメスープ、グリーンサラダ、ロールケーキ、紅茶の作り方を理解する。	(予習) 配付資料及び教科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートの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
7	韓国料理 ビビンバ、わかめスープ、チヂミ、ババロア	実習	(予習) 配付資料及び教科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートのまとめと自宅で再度、調理をおこなう。	(予習) 配付資料及び教科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートの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
8	井ものと汁物 鰯の蒲焼井、お吸い物、里芋の煮っころがし、蒸プリンを調理する。	実習	井ものと汁物 鰯の蒲焼井、お吸い物、里芋の煮っころがし、蒸プリンの作り方を理解する。	(予習) 配付資料及び教科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートの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

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	お弁当料理 ご飯、ミニハンバー グ、卵焼き、ブロッコ リーとパプリカのグラ タン風、果物を調理す る。	実習	お弁当料理 ご飯、ミニハンバー グ、卵焼き、ブロッコ リーとパプリカのグラ タン風、果物の作り方 を理解する。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) 調理ノートの 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	中国料理 炒飯、粟米湯、焼き餃 子、涼伴海蜇、杏仁豆 腐を調理する。	実習	中国料理 炒飯、粟米湯、焼き餃 子、涼伴海蜇、杏仁豆 腐を理解する。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) 調理ノートの 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	和食料理3 ご飯、さばの味噌煮、 即席漬け、茶わん蒸 し、水羊羹、煎茶の調 理をする。	実習	和食料理3 ご飯、さばの味噌煮、 即席漬け、茶わん蒸 し、水羊羹、煎茶の理 解をする。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) 調理ノートの 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	洋風料理2 パン、マカロニグラタ ン、白身魚のトマト ソース添え、ミモザサ ラダ、コーヒーゼリー を調理する。	実習	洋風料理2 パン、マカロニグラタ ン、白身魚のトマト ソース添え、ミモザサ ラダ、コーヒーゼリー を理解する。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) 調理ノートの 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	冷凍食品を使用した料 理 具だくさんスープカ レー、オープンオムレ ツ、デザート他	実習	冷凍食品について理解す る。 冷凍食品を使用した料理 について理解する。 (予習) 配付資料及び教 科書を読んで理解する。 (復習) 調理ノートのま まとめと自宅で再度、調理 をおこなう。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) 調理ノートの 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	調理実習のまとめ、 notebookLMを活用した メニュー作成と掃除	ノートをまとめ、全部 記入できているかを確 認する。 notebookLMを活用した メニュー作成、器具や 調理室の大掃除をす る。	ノートをまとめ、調理 実習の内容を理解し、 全部記入できているか を確認する。 notebookLMを活用した メニュー作成する。 器具や調理室の大掃除 ができる。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) テーブルに着 く前からと食事の際の マナーについて教わっ たことをノートにまと める。	180	主体性 実行力 計画力
15	テーブルマナー ホテルでフランス料理 等のコース料理を体験 し、テーブルマナーを 学ぶ。	ICTを活用した実習と クラスルームを使用し て課題提出	正しいテーブルマナー について知る。	(予習) 配付資料及び 教科書を読んで理解す る。 (復習) テーブルに着 く前からと食事の際の マナーについて教わっ たことをノートにまと める。	180	主体性 働きかけ 力 実行力 課題発見 力 計画力 創造力 状況把握 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