

2025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
220411044	調理学実習Ⅰ Food PreparationⅠ	舟橋 由美			1	必修	1前期

科目の概要

この科目では、DP③④に記されている「食」の専門家として専門的な知識と技能を身に付け、人々の日常生活を健康の面から支援することができる管理栄養士を目指す。また、DP①②⑤に記されている自立した社会人として、社会に貢献できる人材となるために、常に自己研鑽し、建学の精神、社会人基礎力、pisa型学力等を修得していく。日本料理、中国料理、西洋料理を中心とした基礎調理を実践するなかで、調理の知識の習得と調理技術の向上、衛生的で安全な食事作りができるようにする。また、調理から試食までの一連の流れの中で、だしのとり方や炊飯の手順、切り方など調理の基本、食品の旬や選び方、食文化、配膳、食事のマナーなどについても学ぶ。

学修内容	到達目標
① 基本的な切り方、調理の基本とコツを習得する。 ② 調理学実習の料理を通して、食品の概量や一食分の適量を学ぶ。 ③ 調理や栄養管理に必要な計算を学ぶ。 ④ 合理的な調理手順を学ぶ。 ⑤ 研究課題や調理の実践を通して、食品の特性や調理上の変化を学ぶ。	① 基本的な切り方や調理法の説明および実践ができる。 ② 食品の概量、料理に適する分量を把握することができる。 ③ 調味料の量や廃棄率、吸油量、栄養量を算出することができる。 ④ 合理的な調理計画を立て、目標時間内に調理を終えることができる。 ⑤ 食品の特性や調理上の変化を理解して、適した調理方法を提案することができる。

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	班内での自分の役割を考え、自ら積極的に調理を行うことができる。 技能習得や技術向上のために自主的に練習をすることができる。
	働きかけ力	目標に到達するために協力・協働することができる。 自分の力では困難な場合は仲間の力を借りるよう働きかけることができる。
	実行力	調理を進行する中で、自分の役割を確実に実施することができる。
考え抜く力	課題発見力	学修を進めるうえでの問題点を抽出し、解決するための課題を見極めることができる。
	計画力	調理手順をフローチャート形式で組み立てた上で授業に臨むことができる。
	創造力	効率的な手順や方法を考えて調理し、時間内に料理を作り上げることができる。
チームで働く力	発信力	班で調理を進める中で、何をすべきか判断して班員に分りやすく助言することができる。 実習ノートは調べた内容を整理して、的確な文章でわかりやすく表現できる。
	傾聴力	指導者や班員の発言をよく聞き、メモをとるなどして安全に調理を進め、ミスを防ぐ努力をしている。 デモンストレーション中の話を聞き取り、調理のポイントを記録することができる。
	柔軟性	計画通りに調理が進行しないことがあっても、調理の全体の流れを考えると柔軟に調理を進めることができる。
	状況把握力	自分の行動が周囲にどんな影響を及ぼすか考え、最良の結果となるよう取り組むことができる。
	規律性	欠席・遅刻することなく授業に臨み、実習ノート等の課題は遅滞なく提出することができる。
	ストレスコントロール力	学びの過程でストレスを感じるがあっても、問題解決に向けて行動に移せる。

テキスト及び参考文献

テキスト等：「八訂 食品成分表」 医歯薬出版
「調理のためのベーシックデータ 第6版」 女子栄養大学出版部
参考図書：「流れと要点がわかる調理学実習」 香西みどり・綾部園子編著 光生館
その他：プリント配付

他科目との関連、資格との関連

「調理学実実習Ⅰ」は、その後に履修する「調理学実習Ⅱ」や「調理科学」、「食品学Ⅱ」、「食品学Ⅲ」、「食品学実験Ⅰ」、「食品学実験Ⅱ」の基礎となる科目である。
資格との関連：栄養士、管理栄養士、栄養教諭

学修上の助言	受講生とのルール
・調理技術を全員が偏ることなく習得するため、役割分担を固定せず、下処理から片付けのすべてを学修する。 ・調理の技術（特に切り方）の向上は練習時間に比例するので、1日も早く指導者のレベルに達するよう、自宅においても積極的に訓練する。 ・目標時間内に調理できるよう、調理手順フローチャートを作成した上で授業に臨む。	・衛生的な身なりで調理に臨む。 ・実習中は調理に集中し、怠慢して他人に任せきりにしない。 ・調理手順を自分勝手に省いたり変更したりしない。 ・実習ノートには調理の手順、注意点を詳細に記録し、自分が料理を再現できるように記述する。 ・栄養価計算は正確に記載し、遅れることなく提出する。

【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	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	30	①	✓		授業で実習した内容の理解度を確認する。 a. 調理の基礎的な専門用語、切り方の名称を述べられるか。 b. 主な調理法の調理ポイントを述べられるか。 c. 実習ノートにまとめた研究課題の問いに答えられるか。 d. 調理に必要な計算ができるか。 【pisa型学力の評価】 知識の獲得：到達目標の①⑤より78% 知識の活用：到達目標の③より14% 課題解決：到達目標の⑤より8%
				②			
				③	✓		
				④			
				⑤	✓		
	平常評価	小テスト	30	①	✓		授業で示した包丁の使い方、調理手順ができていかなどを確認する。また、授業以外の練習により、技術がどの程度向上したかも評価する。 a. 正しく包丁を使い、均一に効率よく切ることができるか。 b. 手順よく調理し、目標時間内に調理を終えられるか。 c. 正しく配膳することができるか。 d. 主な食品の重量を推測できるか。 【pisa型学力の評価】 技術の獲得：到達目標の①より20% 技術の活用：到達目標の②より10% 課題解決：到達目標の④⑤より70%
				②	✓		
				③	✓		
				④	✓		
				⑤	✓		
		レポート	30	①	✓		デモンストレーションでの調理手順の記載、調理中の反省点・改善点の記載の有無、栄養価計算が適切にできているかなどを評価する。 a. 自宅等で料理を再現できるように、注意点を詳細に記載しているか。 b. 要所に独自のポイントや気づいた事項などを付け加えているか。 c. 研究課題は文献を用いて十分に調べ、分りやすくまとめられているか。 d. 調理中の反省点を記し、次回に役立てようとする意識がみられるか。 e. 栄養価計算は成分表中の食品を適切に選択し、間違いなく計算し、各料理の栄養価を把握できているか。 【pisa型学力の評価】 知識の獲得：到達目標の①より50% 知識の活用：到達目標の②③④より25% 課題解決：到達目標の④⑤より25%
				②	✓		
				③	✓		
				④	✓		
				⑤	✓		
		成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	0	①			
				②			
				③			
				④			
				⑤			
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓		主体性：班内での自分の役割を考え、自ら積極的に調理を行うことができているか。技能習得のために自主的に練習をすることができているか。 実行力：調理を進行する中で、自分の役割を確実に実施することができているか。 課題発見力：自分の得意・不得意を見極め、その原因を究明してスキルアップを図っているか。 創造力：時間内に料理を仕上げるための手順や方法を考えて進めることができているか。 発信力：調理を進める中で、何をすべきか判断して班員に分りやすく助言することができているか。レポート作成上で、的確な文章表現ができているか。 傾聴力：指導者や班員の発言をよく聞き、メモを取るなどして衛生的に調理を進め、ミスを防ぐ努力をしているか。 規律性：身支度や手洗い、調理器具や食器の取り扱いなど、ルールを守って作業ができているか。無断欠席、学習意欲欠如、栄養価計算、実習ノートなどの未提出、調理への非協力など授業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ているか。	
			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)及びC(可)の基準
到達目標の①～⑤の理解度を小テスト（実技・理論）で確認し、その得点とレポート（課題）得点、社会人基礎力得点とで総合的に評価する。その得点が90～100点であればS（秀）、80～89点であればA（優）とする。	到達目標の①～⑤の理解度を小テスト（実技・理論）で確認し、その得点とレポート（課題）得点、社会人基礎力得点とで総合的に評価する。その得点が70～79点であればB（良）、60～69点であればC（可）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	オリエンテーション	講義 質疑対応：Google classroomも利用	調理を行う上での心構え、服装、衛生管理、調理室の使用方法などを理解し、実践できる。	〔予習〕 配付資料に目を通しておく。 〔復習〕 調理室の使用法などを理解する。	30	主体性 傾聴力
2	栄養価計算の方法 吸油率の計算方法 調味割合の計算の方法 廃棄率を見込んだ発注量の計算方法	講義 演習 質疑対応：Google classroomも利用	栄養価計算の方法、食塩相当量の計算や廃棄率から発注量の計算ができる。	〔予習〕 配付資料に目を通しておく。 〔復習〕 栄養価計算の方法、調味料の計算方法などを理解する。	60	主体性 傾聴力
3	調理の基礎 じゃが芋のシャキシャキサラダ、桜餅、煎茶	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	ゆっくりでも皮むきとせん切りができる。 茶葉に適したお茶の入れ方ができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順をフローチャート形式で記す。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。栄養価計算を行う。	90	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
4	日本料理（焼き物） 白飯、あさりのみそ汁、鶏肉の照り焼き、千草和え、フルーツヨーグルト	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	炊飯のポイント、基本の切り方（せん切り）を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順をフローチャート形式で記す。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
5	日本料理（焼き物） 三色そばろ井、筍とちくわのすまし汁、春きゃべつと桜えびのサラダ、フルーツ白玉	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	かつおだしの取り方、しょうゆ飯のポイント、青菜のゆで方を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順をフローチャート形式で記す。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。栄養価計算を行う。	90	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
6	日本料理（煮物） たけのこご飯、沢煮、味噌、さばの味噌煮、スナッペンエンドウのごま和え、果物	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	魚の煮物のポイント、汁物の塩分調整をして学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
7	日本料理（煮物） 白飯、かき玉汁、肉じゃが、ひじきのごま酢和え、抹茶ミルクくずもち	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	混合だしの取り方、二番だしの取り方、乾物の扱い方、くず粉の扱い方を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
8	日本料理（蒸し物） 枝豆ごはん、茶わん蒸し、鯖のみそ焼き、レタスとワカメの酢の物、水ようかん	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	茶わん蒸しの調理ポイント、寒天の使い方を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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

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（揚げ物） 白飯、蕃茄蛋花湯、醋溜丸子、ブロッコリーの和え物、蒸しカステラ	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	揚げ物の温度管理、干しえびの戻し方、卵の泡立ての基本を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。栄養価計算を行う。	90	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
10	中国料理（揚げ物） 白飯、酸辣湯、乾炸鶏塊、凉拌墨魚、黄桃氷淇淋	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	ゆで卵の作り方、いかの下処理方法を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
11	中国料理（煮物） 白飯、清川鶏蛋、麻婆豆腐、雲白肉片、杏仁豆腐	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	豆腐の調理方法、カラギーナンの扱い方を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
12	西洋料理（焼き物） パン、ミネストローネ、オムレツ、アーモンドチュイル、紅茶	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	オムレツの調理ポイントを押さえて、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。栄養価計算を行う。	90	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
13	西洋料理（魚の扱い方） ライス、コーンスープ、魚のムニエル、キャロットラペ、ブラマンジェ	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：classroomも利用	ムニエルやホワイトソースの調理ポイント、コーンスターチの扱い方を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
14	西洋料理（ソース・スープ） ライス、コンソメ・ペイザンヌ、ハンバーグステーキ、グリーンサラダ、黒ごまのパバロア	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	ハンバーグステーキの調理ポイント、ゼラチンの扱い方を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。実習で作った料理の再現。	90	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
15	まとめ 実技テスト	実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	調理のポイントを押さえて手順よく調理することができる。正しい包丁の使い方、きれいに切ることができる。一般的な食品の重量を認識している。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順を覚えてくる。 〔復習〕 実習ノートを完成させる。調理学実習Ⅰで学んだ内容の振り返りをする。	90	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

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

2025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
220412045	調理学実習Ⅱ Cooking studies TrainingⅡ	舟橋 由美			1	必修	1後期

科目の概要

この科目では、DP③④に記されている「食」の専門家として専門的な知識と技能を身に付け、人々の日常生活を健康の面から支援することができる管理栄養士を目指す。また、DP①②⑤に記されている自立した社会人として、社会に貢献できる人材となるために、常に自己研鑽し、建学の精神、社会人基礎力、pisa型学力等を修得していく。前期に学んだ食品の知識や調理の基礎技術を応用し、食品の特徴を活かして、おいしく、美しい料理に仕上げられる力を身につける。また、調理学実習の献立を通して、一食分の適量や栄養バランスを把握し、望ましい食事作りができるようにする。

学修内容	到達目標
① 頻出する切り方を習得する。 ② 調理学実習の料理を通して一食分の量を把握する。 ③ 効率的な調理手順を学ぶ。 ④ 調理した一食分の栄養価を把握する。 ⑤ 一度作った料理を再現する力と応用する力を身につける。	① 頻出する切り方は、正確に、手早く、均一に切ることができる。 ② 食品重量の概量、料理に適する分量を把握できる。 ③ 計画した調理手順に基づき、班単位で協力して、目標時間内に調理を終えられる。 ④ 料理の栄養価を算出し、一食分の栄養価を把握できる。 ⑤ 実習で作った料理を再現でき、さらに目的に合わせて応用した料理を作ることができる。

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	班内での自分の役割を考え、自ら積極的に調理を行うことができる。技能習得のために自主的に練習をすることができる。
	働きかけ力	目標に到達するために協力・協働することができる。自分の力では困難な場合は仲間の力を借りるよう働きかけることができる
	実行力	調理を進行する中で、自分の役割を確実に実施することができる。
考え抜く力	課題発見力	学修を進めるうえでの問題点を抽出し、解決するための課題を見極めることができる。
	計画力	調理手順をフローチャート形式で組み立てた上で授業に臨むことができる。
	創造力	効率的な手順や方法を考えて調理し、時間内に料理を作り上げることができる。
チームで働く力	発信力	班で調理を進める中で何をすべきか判断して、班員に分りやすく助言することができる。実習ノートは調べた内容を整理して、的確な文章でわかりやすく表現できる。
	傾聴力	指導者や班員の発言をよく聞き、メモを取るなどして衛生的に調理を進め、ミスを防ぐ努力をしている。
	柔軟性	調理中は個々の役割だけを考えるのではなく、全体の作業の中で、柔軟に業務を行うことができる。
	状況把握力	自分の行動が周囲にどんな影響を及ぼすか考え、最良の結果となるよう取り組むことができる。
	規律性	欠席・遅刻することなく授業に臨み、実習ノートは遅滞なく提出することができる。
	ストレスコントロール力	学びの過程でストレスを感じることがあっても、問題解決に向けて行動に移せる。

テキスト及び参考文献

参考図書：「流れと要点がわかる調理学実習」香西みどり・綾部園子編著 光生館
 「八訂 食品成分表」 香川明夫監修 女子栄養大学出版部
 「調理のためのベーシックデータ 第6版」 女子栄養大学出版部
 その他：プリント配付

他科目との関連、資格との関連

「調理学実習Ⅱ」は、「調理学実習Ⅰ」や「食品学Ⅰ」、「食品学実験Ⅰ」で獲得した知識や技術を活用する。また、同時期に履修する「調理科学」や「食品学Ⅱ」と関連させながら理解を深める。さらに、その後に履修する「食品学Ⅲ」や「食品学実験Ⅱ」の基礎となる科目でもある。
 資格との関連：栄養士、管理栄養士、栄養教諭

学修上の助言	受講生とのルール
・調理技術を全員が偏ることなく習得するため、役割分担を固定せず、下処理から片付けのすべてを学修する。 ・調理の技術（特に切り方）の向上は練習時間に比例するので、自宅においても積極的に訓練する。 ・目標時間内に調理できるよう、調理の手順を頭の中でシミュレーションした上で授業に臨む。	・実習中は調理に集中し、怠慢して他人に任せきりにしない。 ・調理手順を自分勝手に省いたり変更したりしない。また、特定の食材を除いたり、食べ残したりしない。 ・レポートには調理の手順、注意点を詳細に記録し、自分が料理を再現できるように記述する。 ・栄養価計算は正確に記載し、遅れることなく提出する。

【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	筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①				
				②				
				③				
				④				
				⑤				
	平常評価	小テスト	50	①	✓			授業で示した包丁の使い方、調理手順ができているかなどを確認する。 a. 正しく包丁を使い、均一に効率よく切ることができるか。 b. 効率的に調理し、目標時間内に調理を終えられるか。 c. 正しく配膳できるか。 d. 主な食品の重量を推測できるか。 授業以外の練習により、技術がどの程度向上したかも評価する。 【pisa型学力の評価】 技術の獲得：到達目標の①より20% 技術の活用：到達目標の②より10% 課題解決：到達目標の④⑤より70%
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
		レポート	40	①				デモンストレーションでの調理手順の記載、調理中の反省点・改善点の記載の有無、栄養価計算が適切にできているかなどを評価する。 a. 自宅等で料理を再現できるように、注意点を詳細に記載しているか。 b. 要所に独自のポイントや気づいた事項などを付け加えているか。 c. 調理中の反省点を記し、次回に役立てようとする意識がみられるか。 d. 栄養価計算は成分表中の食品を適切に選択し、間違いなく計算し、一食分の栄養価を把握できているか。 【pisa型学力の評価】 知識・技術の獲得：到達目標の①より10% 知識・技術の活用：到達目標の②③④より60% 課題解決：到達目標の③⑤より30%
				②	✓			
				③	✓			
				④	✓			
				⑤	✓			
		成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	0	①				
				②				
				③				
				④				
				⑤				
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓			主体性：班内での自分の役割を考え、自ら積極的に調理を行うことができるか。技能習得のために自主的に練習をすることができているか。 実行力：調理を進行する中で、自分の役割を確実に実施することができているか。 課題発見力：自分の得意・不得意を見極め、その原因を究明してスキルアップを図っているか。 創造力：時間内に料理を仕上げるための手順や方法を考えて進めることができるか。レポート作成上で、的確な文章表現ができているか。 傾聴力：指導者や班員の発言をよく聞き、メモを取るなどして、衛生的に実習を進め、手順ミスを防ぐ努力をしているか。 規律性：身支度や手洗い、調理器具や食器の取り扱いなど、ルールを守って作業ができているか。 無断欠席、学習意欲欠如、栄養価計算、実習ノートなどの未提出、調理への非協力など授業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ているか。	
			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)及びC(可)の基準
到達目標の①～⑤の理解度を実技テストと小テスト、課題で確認し、その得点と社会人基礎力得点とで総合的に評価する。その得点が80～89点であればA（優）、90～100点であればS（秀）とする。	到達目標の①～⑤の理解度を実技テストや小テスト、課題で確認し、その得点と社会人基礎力得点とで総合的に評価する。その得点が65～69点であればC（可）、70～79点であればB（良）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	前期の復習 おはぎ、けんちん汁、 蛇腹きゅうりの梅肉和え	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ 質疑対応 : Google classroomも利用	指定の切り方で均一に 手早く食材を切ること ができる。また、行事 と行事で提供される食 事を結びつけることが できる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。	90	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
2	乾式加熱を中心とした 中華献立 白飯、生湯葉のスー プ、酢豚、春雨の中華 和え、マンゴープリン	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	酢豚のポイントや卵液 の熱凝固に影響する因 子を覚え、学修内容の 料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。	90	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
3	乾式加熱を中心とした 中華献立 白飯、クラムチャウ ダー、小松菜と豚肉の 中華炒め、かぼちゃの 蜜煮、梨（皮むき）	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	牛乳を加えるスープの 注意点や炒菜のポイン ト、滑らかに皮むきす るポイントを覚え、学 修内容の料理を作ること ができる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。③栄養 価計算を行う。	90	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
4	湿式加熱を中心とした 洋風献立 ライス、お豆のスー プ、鶏肉のトマト煮込 み、大根サラダ、ク レープ	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	指定の切り方で均一に 食材を切ることがで きる。また、ゼラチンの 扱い方を理解し、学修 内容の料理を作ること ができる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。	90	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
5	乾式加熱を中心とした 韓国献立 ビビンバ、ミョック、 プチュジョン、かぼ ちゃのプリン	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	ビビンバやプチュジョ ンのポイントを押さ え、学修内容の料理を 作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。	90	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
6	乾式加熱を中心とした 洋風献立 パン、ペイザンヌスー プ、マカロニグラタ ン、きのこのサラダ、 2色ゼリー	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	ホワイトソースのポイ ントやさつまいもの調 理特性を覚え、学修内 容の料理を作ることが できる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。	90	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
7	湿式加熱を中心とした 和風献立 生姜ごはん、鰯のつま れ汁、切り干しだいこ んと厚揚げの煮物、あ さりのぬた和え、うさ ぎ福餅	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	鰯の手開きやしょうゆ 飯の調理ポイントを覚 え、学修内容の料理を 作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。③栄養 価計算を行う。	90	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
8	すしを中心とした献立 ちらし寿司、吉野鶏の すまし汁、いんげんの くるみ和え、柿のヨー グルト和え	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィード バック 質疑対応 : Google classroomも利用	酢飯の水分量、合わせ 酢の配合割合、乾物の 戻し率を覚え、学修内 容の料理を作ることが できる。	〔予習〕 配付資料に目 を通し、調理手順フ ローチャートを作成す る。 〔復習〕 ①実習ノート を完成させる。②実習 で作った料理を応用し た料理を作る。	90	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

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	湿式加熱を中心とした和風献立 里芋ごはん、生麩のふくさ仕立て、高野豆腐博多、五色なます、りんご（飾り切り）	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	高野豆腐の扱い方、みそ汁の塩分計算を理解して、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②実習で作った料理を応用した料理を作る。	90	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
10	乾式加熱を中心とした和風献立 白飯、ごぼうの味噌汁、秋あじの包み焼き、白和え、菊花かぶの甘酢漬け、大学芋	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	豆腐の水切りの仕方、ささがきや菊花切りのポイントを覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②実習で作った料理を応用した料理を作る。③栄養価計算を行う。	90	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
11	乾式加熱を中心とした和風献立 藤飯、豆腐のすまし汁、わかさぎの南蛮漬け、小松菜のからし和え、浮島	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	大豆と小豆の調理方法の違いや鶏むね肉の下処理の方法を学び、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②実習で作った料理を応用した料理を作る。	90	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
12	湿式加熱を中心とした洋風献立 ピラフ、鶏肉のバロディース、アボカドサラダ、トライフル	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	ピラフの炊き方や観音開きの方法、卵の泡立て方がケーキ生地にどのような影響を及ぼすかを理解した上で、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②実習で作った料理を応用した料理を作る。	90	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
13	お正月料理 口取り、祝肴、煮物、雑煮	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	品数が多いことを念頭において効率的な手順を考えながら、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②実習で作った料理を応用した料理を作る。	90	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
14	湿式加熱を中心とした和風献立 白飯、白身魚のかぶら蒸し、八幡巻き、かぶの葉の煮浸し、甘酢漬け	デモンストレーション 実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	かぶらを手際よく調理する方法を覚え、学修内容の料理を作ることができる。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順フローチャートを作成する。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②実習で作った料理を応用した料理を作る。	90	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
15	まとめ 実技テスト	実習/グループワーク まとめ・課題のフィードバック 質疑対応：Google classroomも利用	正しい包丁の使い方、食材を均一に効率よく切ることができる。調理学実習で学んだ料理をレシピがなくても再現できる。また、一般的な食品の重量を認識している。	〔予習〕 配付資料に目を通し、調理手順を覚えてくる。 〔復習〕 ①実習ノートを完成させる。②調理学実習Ⅱで学んだ内容の振り返りをする。	90	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

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