

科目区分	専門教育科目	科目名	調理学実習 I (調理実験を含む)		科目コード	21S680	担当者	桑原 倫子			
対象学生	生活創造学科 栄養士コース 1年生		学期区分	前期	単位数	1	担当形態	単独			
			授業形態	実習							
科目			施行規則に定める科目区分又は事項等			卒業要件	必修				
						免許・資格要件	栄養士必修				
科目の主題						学修成果との関連 (大◎、中○、小△)					
調理の基礎的な知識と技術を習得する						1. 「 <b>良心</b> 」 誠実な人柄と 人間力	2. 「 <b>創造</b> 」 高度な知性と 創造力	3. 「 <b>実践</b> 」 明確な意思と 実践力			
科目の到達目標						① 誠 実性 ・ 真 摯 性	② 多 様 性 ・ 協 働 性	③ 知 識 ・ 技 能	④ 表 現 考 力 ・ 創 造 断 力	⑤ 実 主 行 体 力 性 ・ 自 立 性	⑥ 就 業 力 ・ 貢 献 力
1.	調理器具の使い方を習得する					○		◎	○		
2.	栄養価計算方法を習得する										
3.	食品衛生に関する基礎知識を習得する										
4.	様式別調理の概要と調理操作の基本及を習得する										
5.	包丁さばきを覚え、包丁に慣れる										
授業方法						成績評価の方法と割合					
4~5人のグループ形式を取り、分担しながら協働して料理を作り上げる。示範台で実演を行い、出来上がりを展示する。包丁さばきの練習。実習形式を取る。						定期試験 (30%) 提出物 (30%) 受講態度 (20%) 実技試験 (20%)					
課題等への対応						授業外学修時間					
提出物(授業ノート・課題)は添削して返却。						30分程度					
回数	授業計画					学習課題(予習・復習)					
第1回	オリエンテーション(授業概要、授業の進め方、評価方法、栄養価計算等)					栄養価計算方法について、配布した課題で復習する。					
第2回	調理の基礎1 (計量、調味料、調理器具) 課題(栄養価計算・調味パーセント)提出					計量・調味料についての、配布した課題を持参する。授業内容についてノートにまとめる。					
第3回	調理の基礎2 (洗浄、包丁の使い方)					授業内容についてノートにまとめる。包丁の使い方について復習する。					
第4回	調理の基礎3 (切り方、加熱操作①) 課題(栄養価計算)提出					授業内容についてノートにまとめる。野菜の切り方について復習する。					
第5回	調理の基礎4 (出汁の取り方、炊飯)					出汁の取り方についての、配布した課題を持参する。授業内容についてノートにまとめる。					
第6回	日本料理① (ご飯、味噌汁、青菜のお浸し)					配布したレシピを読んでおく。調理のポイントについてノートにまとめる。					
第7回	日本料理② (五目飯、すまし汁、酢の物) 課題(栄養価計算)提出					配布したレシピを読んでおく。調理のポイントについてノートにまとめる。					
第8回	調理の基礎5 (切り方、加熱操作②) 授業ノート提出					授業内容についてノートにまとめる。野菜の切り方について復習する。					
第9回	日本料理③ (煮魚、茶わん蒸し、果汁かん 他)					配布したレシピを読んでおく。調理のポイント(特に『煮る・蒸す』)についてノートにまとめる。					
第10回	調理の基礎6 (切り方、加熱操作③) 課題(栄養価計算)提出					授業内容についてノートにまとめる。野菜の切り方について復習する。					
第11回	実技試験、調理の基礎7 (寒天、ゼラチンの溶解・凝固)					1~10回目までの授業を振り返り、試験に備える。授業内容をノートにまとめる。					
第12回	西洋料理 (スープ、ムニエル、ゼリー 他)					配布したレシピを読んでおく。調理のポイント(特に『焼く』)についてノートにまとめる。					
第13回	中華料理 (うずら卵のスープ、ピーマンと牛肉の炒め物 他) 課題(栄養価計算)提出					配布したレシピを読んでおく。調理のポイント(特に『炒める』)についてノートにまとめる。					
第14回	日本料理④ (赤だし味噌汁、天ぷら他)					配布したレシピを読んでおく。調理のポイント(特に『揚げる』)についてノートにまとめる。					
第15回	今後への課題と提言、大掃除 授業ノート提出					1~14回目までの授業を振り返り、課題点を見つける。					
試験	定期試験を実施する										
教科書	新 調理学実習 第2版 基本調理から給食への展開 宮下朋子・村元美代 同文書院 日本食品成分表2021 八訂 医歯薬出版株式会社 調理のためのベーシックデータ 女子栄養大学出版社					受講生への メッセージ		調理技術や段取り、栄養価計算、衛生的な手法等、調理の基本を学んでいきましょう。			
参考書等	なし										