

### < III-31> 학습과정의 수업계획서

1.

학습과정명	한식조리실습 I	학점	3학점	교강사명	/신영철/이영희/ 강현주/남용환/안은주
수강대상	호텔조리 전공자	강의시간	5시간	교강사 전화번호	
		강 의 실	1~6조리실	E-mail	

2. 교육과정 수업목표

본 학습과정의 수업목표는 한국음식의 분류와 조리법 및 재료에 대한 폭 넓은 이해를 바탕으로 전반적이고 기초적인 이론을 체계적으로 정립하고, 조리 실습 시 올바른 자세와 기본조리법을 익혀 각 조리법에 따른 조리과정을 습득하여 한식조리인으로서의 기능과 자질을 갖추는데 있다. 이를 위해 본 학습과정에서는 한국음식의 역사와 지역적 특징, 식재료의 특징, 상차림과 예법 등의 전통과 이론을 학습하고 한국 음식의 주식류, 부식류, 떡과 한과, 음청류, 양념과 고명, 죽류, 면류, 만두류, 국류, 탕류, 찌개류, 찜류, 전류, 선류, 전과 적류, 구이, 조림, 초, 볶음, 생채와 숙채의 나물류, 김치, 장아찌, 회, 마른찬, 떡 등을 실습함으로써 실무와 이론을 겸비한 한식조리인을 양성할 수 있다.

3. 교재 및 참고문헌

주교재	쉽게 배우는 한국음식/ 나정숙/ 백산출판사/ 2014
부교재	우리의자랑 한국음식/ 김나영 외7인/ 백산출판사/ 2013

4. 주차별 강의(실습·실기·실험) 내용

주별	강의(실습·실기·실험) 내용	과제 및 기타 참고사항
제 1 주	<p>강의주제: 한국음식의 개요</p> <p>강의목표: 한국음식 문화의 역사에 대하여 설명할 수 있다. 교과목 전반에 걸친 강의 일정을 소개하고 주의사항과 지켜야할 규칙 등을 설명할 수 있다. 한식조리기사 자격증에 중요성을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 한국음식 문화의 역사를 연도에 따른 특징과 자연적, 사회적 요인에 따른 특징을 이해한다. 한 학기 동안의 강의 일정을 숙지하고 퀴즈, 레포트, 중간고사, 기말고사 등을 중요성을 강조한다.</p> <p>수업방법: 이론, 질의문답, 토론</p>	
제 2 주	<p>강의주제: 한국음식의 이해</p> <p>강의목표: 한국음식의 특징에 대하여 설명할 수 있다. 한국음식의 분류에 대하여 설명할 수 있다. 식재료의 특징에 대하여 설명할 수 있다.</p> <p>양념과 고명에 대하여 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 한국음식 자체의 특징과 식생활제도상의 특징을 이해한다. 한국음식을 주식류, 부식류, 조미료류, 기호식품류 등으로 나누어 이해한다. 한국전통음식의 재료를 이해한다.</p> <p>수업방법: 이론, 질의문답, 토론</p>	
제 3 주	<p>강의주제: 무생채, 더덕생채, 도라지생채</p> <p>강의목표: 무와 더덕, 도라지의 손질방법을 이해하여 숙지하고 생채와 숙채의 다른점을 설명할 수 있다. 양념에 들어가는 채소의 손질 방법을 설명할 수 있다. 칼 잡는 방법, 식재료에 따른 칼 쓰는 방법을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 식재료 손질 방법을 이해하여 씻기, 다듬기, 썰기, 양념하기, 그릇에 담기 등을 실습한다. 숙채와 생채의 차이점을 이해하고 실습한다. 주방에서의 위생과 청결에 대한 이해를 통해 실습 전반에 걸친 위생 개념을 가진다</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	
제 4 주	<p>강의주제: 화전, 오이소박이, 더덕구이</p> <p>강의목표: 화전의 찹쌀 익반죽의 물 농도와 쌀가루 습식법을 설명할 수 있다. 삼투압의 원리에 대한 오이 절임을 설명할 수 있다. 더덕의 손질 방법과 석쇠 손질 방법을 설명할 수 있다</p> <p>강의세부내용: 찹쌀을 이용한 반죽의 물 농도에 주의하고 습식법으로 가루를 냈을 경우에 수분보유량을 이해한다. 삼투압에 의한 소금 절임을 이해하고 석쇠 충분히 달구어 코팅 시키는데 주의한다</p>	

	: 이론, 실습, 토론	
제 5 주	<p>강의주제: 콩나물밥, 북어찜, 화양적</p> <p>강의목표: 쌀의 상태에 따른 밥짓는 물의 양을 설명할 수 있다. 밥 짓는 단계의 불의 조절을 설명할 수 있다. 마른 북어의 손질 방법을 설명할 수 있다. 적과 전의 차이점을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 불린쌀의 밥짓는 물의 양과 채소를 넣었을 때의 물의 양을 이해한다. 마른 북어 수분 주는 방법을 이해하고 적에 들어가는 재료 손질에 주의한다.</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	퀴즈(5점): 수시평가실시
제 6 주	<p>강의주제: 장국죽, 너비아니, 육원전</p> <p>강의목표: 죽을 끓일 때의 물의 양을 설명할 수 있다. 쌀알의 크기에 따른 죽의 종류를 설명할 수 있다. 쇠고기 손질 방법과 익었을 때의 특성을 설명할 수 있다. 석쇠 손질 방법을 설명할 수 있다. 전을 부칠때의 밀가루와 달걀의 사용법을 설명할 수 있다</p> <p>강의세부내용: 죽 끓을 때 쌀알 크기를 알맞게 부순다. 물 양에 주의 하여 계량하고 죽의 농도를 잘 살펴 마무리 한다. 쇠고기는 불로 익혔을 경우 길이와 두께가 변동되므로 유의하여 재단한다. 석쇠 충분히 달구어 코팅 시키는데 주의한다. 육원전은 많이 치대어 매끈하게 모양을 만드는데 주의한다.</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	
제 7 주	<p>강의주제: 국수장국, 닭찜, 제육구이</p> <p>강의목표: 국수 삶는 방법을 설명 할 수 있다. 육수 내는 방법과 주의사항을 설명 할 수 있다. 고명 만드는 방법을 설명할 수 있다. 돼지고기 손질 방법을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 국수 삶을 때 더물을 주어 탄력 있고 잘 익은 면을 만들도록 한다. 황백지단을 잘 부칠 수 있도록 한다. 제육구이에 익은 정도에 주의한다.</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	
제 8 주	중 간 고 사	
제 9 주	<p>강의주제: 비빔국수, 두부전골, 섭산적</p> <p>강의목표: 국수 삶는 방법을 설명할 수 있다. 두부전골에 두부 및 부재료에 썰기 방법을 설명할 수 있다. 섭산적에 두부와 쇠고기의 비율과 손질 방법을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 국수 삶을 때 더물을 주어 탄력있고 잘 익은 면을 만들도록 한다. 전골을 모양 있게 담아낸다. 섭산적의 두께에 주의하여 반대기를 만든다.</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	
제10 주	<p>강의주제: 칼국수, 무숙장아찌, 오이숙장아찌</p> <p>강의목표: 밀가루 반죽의 상태를 설명할 수 있다. 무와 부재료의 썰기 방법을 설명할 수 있다. 오이와 부재료의 썰기 방법을 설명할 수 있다. 장아찌와 감장과의 뜻을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 칼국수 반죽의 상태에 주의한다. 더가루를 남겨서 국수가 서로 붙지 않도록 한다. 장아찌의 색과 조리의 정도에 주의한다.</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	레포트(10점):한국음식의 역사 및 고조리서
제11 주	<p>강의주제: 만둣국, 두부조림, 흥합초</p> <p>강의목표: 밀가루 반죽의 상태를 설명할 수 있다. 두부 썰기에 대해 설명할 수 있다. 흥합 손질에 대해 설명할 수 있다. 초와 조림에 대하여 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 만두피 반죽의 상태에 주의한다. 더가루를 남겨서 만두피가 잘 만들어 지도록 한다. 두부를 일정한 크기로 썬다. 흥합에 있는 잔털을 주의하여 손질한다.</p> <p>수업방법: 이론, 실습, 토론</p>	
제12 주	<p>강의주제: 비빔밥, 풋고추전, 표고전</p> <p>강의목표: 고슬고슬한 밥 짓기의 물의 양을 설명할 수 있다. 부재료의 썰기와 전처리에 대하여 설명할 수 있다. 풋고추와 표고의 전처리를 설명할 수 있다. 쇠고기와 두부의 손질을 설명할 수 있다.</p> <p>강의세부내용: 쌀 상태에 따른 밥 짓는 물의 양을 이해하고 고슬고슬한 비빔밥의 물량을 숙지한다. 풋고추와 표고의 전처리 방법을 이해하고 쇠</p>	

	두부를 손질하여 소를 만들 때의 주의점을 이해한다. 수업방법: 이론, 실습, 토론	
제13 주	강의주제: 돼지갈비찜, 생선전, 배숙 강의목표: 돼지갈비의 핏물 제거 방법을 설명할 수 있다. 생선 3장 뜨기의 방법을 설명할 수 있다. 생선살이 익으면서 길이가 수축됨을 설명할 수 있다. 한국 전통 음청류에 대해 설명할 수 있다. 강의세부내용: 돼지갈비를 물에 담구어 핏물을 빼는데 주의한다. 돼지갈비의 칼집 넣는 방법을 이해한다. 생선을 포 뜨기 전에 물에 많이 씻지 않도록 주의한다. 배숙의 색깔에 주의한다. 수업방법: 이론, 실습, 토론	
제14 주	강의주제: 잡채, 오징어볶음, 탕평채 강의목표: 당면 삶는 방법을 설명할 수 있다. 오징어 손질 후 안쪽 부분에 칼집 넣는 것을 설명할 수 있다. 탕평채의 유래에 대하여 설명할 수 있다. 강의세부내용: 당면을 삶는 방법과 양념하기 팬에 볶기 등을 주의하여 불지 않도록 한다. 오징어에 칼집을 넣는 부분과 간격에 주의한다. 청포묵 써는 방법과 부재료 손질에 주의하고 미나리 색이 변하지 않도록 양념시간에 유의한다. 수업방법: 이론, 실습, 토론	
제15 주	기 말 고 사	

#### 5. 성적평가 방법

중간고사	기말고사	수업기여도	과제물(2회)	출결	합 계	비 고
30 %	30 %	5 %	15 %	20 %	100 %	과제물 2회중 1회는 수시평가 가능

#### 6. 수업 방법(강의, 토론, 실습 등)

##### - 강의 :

- 1) 음식을 만들기 전 기본이 되는 한국음식의 역사와 뿌리를 이해하고, 각 지방의 문화와 특성에 따라 파생된 지역음식을 알 수 있다.
- 2) 시대에 따라 변천하는 상차림법과 식사예절 등을 제대로 익히고, 시와 때에 맞는 상차림을 알 수 있다.
- 3) 한식의 핵심 요소인 발효와 절임의 이론과 실습을 이해할 수 있다.
- 4) 한식의 주, 부재료의 올바른 쓰임과 손질, 보관방법 등을 이해할 수 있다.

##### - 실습 :

- 1) 밀가루와 쌀가루 반죽 시, 물의 양에 따라 달라지는 반죽의 농도와 습식법 등의 반죽법을 알 수 있다.
- 2) 한국인의 주식인 쌀의 상태에 따라 달라지는 밥 짓기의 물의 양과, 불 조절에 대해 알 수 있다.
- 3) 한식 식재료들의 특징을 이해하고, 그에 따른 손질방법을 알 수 있다.

##### - 토론 :

- 1) 수업 시, 진행한 실습에 대한 결과를 가지고 각자 느낀점을 토론할 수 있다.
- 2) 실습의 결과물로 도출할 수 있는 재료의 구성, 맛, 플레이팅 뿐만이 아닌, 음식에 대한 본질의 이해와 문화적 교감을 토론할 수 있다.
- 3) 결과물에 대해 토론하며 자신의 부족한 부분과 보완점을 알 수 있다.

#### 7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항

- 정기평가 기간 : 8주차, 15주차
- 과제평가(레포트 및 수시평가) 기간 : 5주차(수시평가-퀴즈), 10주차(레포트 제출)
- 성적확인 및 이의신청기간 : 종강일 이후 12일차 ~ 14일차 (3일간)
- 2018년 8월 학위예정자 수강 가능

#### 8. 문제해결 방법(실습·실습 등의 학습과정의 경우에 작성)

1. 생채 조리 시 물이 많이 생길 때의 해결방법 - 양념장을 미리 만들어 두고 제출직전에 버무린다.
2. 축의 농도를 맞추기가 어려울 때 해결방법 - 축의 농도는 저였을 때 지나간 자리가 바로 없어질 정도가 좋으며 식으면 농도가 되직해지므로 제출하는 시간에 맞추어 완성한다.
3. 쇠고기와 두부를 섞어서 만든 소가 거칠고 갈라지는 경우의 해결방법 - 쇠고기와 두부의 수분을 제거하고 곱게 다져서 잘 치대야 끈기가 생겨서 빚을 때 갈라지지 않고 모양이 잘 나온다.
4. 국수가 삶아 지면서 서로 뭉칠 때의 해결방법 - 국수를 삶는 때는 충분한 물을 붓고 끓여야 하며 국수는 끓는 물에 부챗살 모양으로 펼쳐 놓아야 뭉치지 않는다.
5. 콩나물밥 완성 시 비린내가 나는 경우에 해결방법 - 콩나물밥을 짓는 동안 뚜껑을 열지 않아야 비린내가 나지 않는다.

