

授業科目	こどもの食と栄養 (AB クラス)				単位	2		
履 修	選択	関連資格	保育士		ナンバリング	CH11305J		
開講年次	2	開講時期	前期(後期)	該当DP	DP1-2 DP5-3			
担当教員	手嶋 英津子							
授業概要	<p>食べることは、こどもの健やかな心身の成長・発達の基礎である。特に、乳幼児期は食への関心が高まる大切な時期であり、発達段階に応じた栄養と食生活の重要性について理解を深めることが重要である。そのため、栄養の基本的概念、栄養の種類と機能など、栄養に関する基本的知識を理解し、調理実習を通して調理や衛生面等、基本的な食に関する知識・技術を身につける。また、食生活の多様性や食環境の変化における現状と課題を理解した上で、保育者として子どもたちが望ましい食生活を身につけられるように、食育を実践する基盤を養う。</p>							
学生が達成すべき行動目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食生活の意義や栄養に関する基礎的知識を理解し説明できる</li> <li>2. 食育の基本とその内容及び食育のための環境を理解でき、食文化や食との関わりの中で実践できる</li> <li>3. 演習・実習を通して、こどもの発育・発達に応じた食と栄養について理解を深める</li> <li>4. 児童福祉施設における食育の重要性と食事の留意点について把握できる</li> <li>5. 特別な配慮を要するこどもの食についての知識や援助技術を修得する</li> </ol>							
達成度評価								
評価と評価割合／評価方法	試験	小テスト	レポート	発表(口頭、プレゼンテーション)	レポート外の提出物	その他	合計	備考
総合評価割合	0	50	0	20	20	10	100	
知識・理解 (DP1-1)								
知識・理解 (DP1-2)		50		10	10		70	
知識・理解 (DP1-3)								
知識・理解 (DP1-4)								
思考・判断 (DP2-1)								
思考・判断 (DP2-2)								
関心・意欲 (DP3-1)								
関心・意欲 (DP3-2)								
態度(DP4-1)								
態度(DP4-2)								
態度 (DP4-3)								
技能・表現 (DP5-1)								
技能・表現 (DP5-2)								
技能・表現 (DP5-3)				10	10	10	30	
具体的な達成の目安								
理想的レベル				標準的なレベル				
<ol style="list-style-type: none"> <li>1.食生活の意義や栄養の基礎的知識を理解し、発達段階に応じた対応ができる。また、特別な配慮を要する子どもに対して、適切な判断で対応できる。</li> <li>2.自身の健康管理ができ、望ましい食生活を実践することができる。</li> </ol>				<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 食生活の意義や栄養の基礎的知識を理解している・</li> <li>2. 食育の基本とその内容及び食育のための環境を理解でき食文化や食との関わりの中で実践しようとする</li> <li>3. 演習・実習を通して、こどもの発育・発達に応じた食と栄養について理解している。</li> <li>4. 児童福祉施設における食育の重要性と食事の留意点について理解している。</li> <li>5. 特別な配慮を要するこどもの食についての知識や援助技術を修得している。</li> </ol>				
授業計画								

進行	テーマ・講義内容	授業の運営方法	学習課題(予習・復習)	予習・復習時間(分)
1	テーマ:子どもの健康と食生活の意義 子どもの健康や食べることの意義について解説する。また、乳幼児期の食生活が生涯に及ぼす影響について検討する。	ガイダンス 講義 演習	予習:シラバスを読んでくこと 復習:授業の内容について理解を深める。	20
2	テーマ:子どもの心身の健康と食生活 子どもの健やかな成長と食生活の意義について解説する。身体発育、栄養状態の評価について理解する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
3	テーマ:子どもの食生活をめぐる現状(1) 子どもの食生活の現状を「国民健康・栄養調査結果」と「日本人の食事摂取基準」から考える。また、子どもの食生活を取り巻く課題についても検討する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
4	テーマ:子どもの食生活をめぐる現状(2) 「乳幼児栄養調査」より、子どもの食生活をめぐる現状と課題について検討する。また、朝ごはんについてのおたよりを作成する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。朝ごはんについてのおたよりを作成する。	30
5	テーマ:栄養に関する基本的知識(1) 栄養と栄養素について解説する。炭水化物、脂質、たんぱく質について理解する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
6	テーマ:栄養に関する基本的知識(2) ビタミン、ミネラルの働きについて解説する。栄養素の消化の仕組みについてグループでまとめる。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
7	テーマ:日本人の食事摂取基準と調理の基本(1) 日本人の食事摂取基準の概要について解説する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
8	テーマ:日本人の食事摂取基準と調理の基本(2)献立作成の基本、食事バランスガイドについて解説する。	講義 調理実習	予習:テーマの予習をする。前日の食事内容を記録する。 復習:授業の内容について理解を深める。幼児期のお弁当の献立を作成する。	30
9	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(1) 妊娠・授乳期の食生活、健康管理について解説する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
10	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(2) 乳児期の食生活について解説する。調製粉乳の種類について学び、調乳を体験する。	講義 調理実習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。調理実習のレポートを作成する。	30
11	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(3) 離乳の必要性と離乳の進め方について解説する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	20
12	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(4) 離乳期 5、6 か月ころ?18 か月ころの発育・発達に応じた離乳食の調理形態について調理実習と通して学ぶ。	講義 調理実習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。調理実習のレポートを作成する。	30
13	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(5) 幼児期の食生活について解説する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
14	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(6) 幼児期の間食の意義について解説する。また、簡単なおやつ作りを行い、子どもの間食についての理解を深める。	講義 調理実習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30

15	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(7) 幼児期のお弁当を作りを通して、幼児期の食事の特徴について理解する。	講義 調理実習	予習:テーマの予習をする。幼児期のお弁当献立をグループで作成する。 復習:授業の内容について理解を深める。調理実習のレポートを作成する。	40
16	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(8) グループで作ったお弁当を発表し、評価を行う。	発表 演習	予習:テーマの予習をする。グループでお弁当の発表準備をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	60
17	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(9) 学童期・思春期の食生活について解説する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
18	テーマ:子どもの発育・発達と食生活(10) 生涯発達と食生活について解説する。若年女性の食の課題について考え、自らの食生活の振り返る。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
19	テーマ:食育の基本と内容(1) 保育における食育の目標と基本的考え方について解説する。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	40
20	テーマ:食育の基本と内容(2) 保育所における食育の実践に向けて、グループ別にテーマを決めて食育プログラムの計画を立てる。	演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
21	テーマ:食育の基本と内容(3) 各グループで計画した食育プログラムについて発表する。	講義 演習	予習:発表の準備をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
22	テーマ:食育の基本と内容(3) 各グループで計画した食育プログラムの発表について評価し、改善する。	講義 演習	予習:発表の準備をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	20
23	テーマ:食育の基本と内容(5) 食育のための環境づくりや、家庭や地域への支援についてグループで検討する。	講義 演習	復習:こどもの間食の役割について レポートにまとめる	30
24	テーマ:食育の基本と内容(6) 行事食作りを通して、食と文化を理解する。	講義 調理実習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。調理実習のレポートを作成する。	30
25	テーマ:家庭や児童福祉施設における食事(1) 児童福祉施設・保育所の食事と保育者の役割及び児童福祉施設における食事の留意点について解説する	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	20
26	テーマ:児童福祉施設における食事(2) 障害のある子どもの食生活を理解し、基本的な介助方法について学ぶ。また、偏食のある子どもの支援についてグループで考える。	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
27	テーマ:特別な配慮を要するこどもの食と栄養(1) 食物アレルギーのある子どもへの対応について解説する	講義 演習	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	30
28	テーマ:まとめ、小テスト 重点項目について解説をし、小テストを実施する。	講義 小テスト	予習:テーマの予習をする。 復習:授業の内容について理解を深める。	40
29				
30				

理解に必要な予備知識や技能	「子どもの保健1a・1b・2」「乳児保育1・2」「保育内容の研究・健康」と特に関連が深いです 関連づけて授業に臨んで下さい
テキスト	「子どもの食と栄養」 児玉浩子編(中山書店)
参考図書・教材／データベース・雑誌等の紹介	必要な教材については随時紹介する 実習・演習資料は配布をおこなう
授業以外の学習方法・受講生へのメッセージ	演習授業なので、グループ学習を多く取り入れています。協力して取り組んでください。 調理実習も行いますので、基本的な調理技術や衛生面の知識など身につけてほしいと思っています。 生きる上で「食」は欠かせないものです。この授業を通して、食の重要性を感じてもらい、保育者として食育に生かしてもらいたいと願っています。
達成度評価に関するコメント	評価の詳細と課題の内容は授業で説明します。 その他では、演習や調理実習への参加態度を評価します。