

科目名	授業形態	単位数	担当教員名
子どもの食と栄養Ⅰ	演習	2	廣田 有加里
【授業のテーマ及び到達目標】 親の生活習慣に影響を受ける子どもの食生活の現状を把握し、認識することで課題を探りだすことができる。また、子どもの食と栄養の特性を理解し、発育・発達段階に応じた適切な食生活について説明することができるようになり、乳児期では、離乳の意義と実践の方法について、具体的に指導ができるようになる。			
【授業の概要】 乳幼児期の栄養と食生活は、豊かな人間性を育て、生きる力を育み、発達を支え、健康な身体をつくる基礎であることを理解する。また、子どもの発達に必要な栄養と食生活に関する基礎知識および実践的な専門知識を身につけ、保育者としての使命感と倫理観、専門的な知識と思考力などを身につけ、健全な発育・発達を促すために必要なことを学ぶ。			
【全体の授業計画・内容】			
1. 授業方針の説明、子どもの食生活が生涯に及ぼす影響			
2. 子どもの心身の健康と食生活			
3. 子どもの食生活の現状と取り巻く課題			
4. 平成27年乳幼児栄養調査の結果からみた食生活状況			
5. 栄養とは何か			
6. 栄養素の種類と機能(炭水化物、脂質)			
7. 栄養素の種類と機能(たんぱく質)			
8. 栄養素の種類と機能(ビタミン、ミネラル)			
9. 栄養素の消化と吸収			
10. 日本人の食事摂取基準(食事摂取基準とは、エネルギー代謝)			
11. 日本人の食事摂取基準(エネルギー産生栄養素、ビタミン、ミネラル)			
12. 献立作成と調理の基本			
13. 妊娠・授乳期の食生活			
14. 乳幼児の食生活			
15. 試験およびまとめ			
【準備学習の内容】			
予習のあり方: 次回の授業までにテキストを熟読し、受講に臨む。			
学習のあり方: 日常生活の中で、食に関する情報に関心を持ち、新しい情報を取り入れる習慣を持つ。			
復習のあり方: 疑問がある点については、自分で調べ整理することを基本とし、次回質問できるようにしておく。			
【成績評価】			
平常試験(60%)、提出物(20%)、授業態度(20%)			
【課題(試験・レポート等)に対するフィードバックの方法】			
発表に対して口頭でコメントする。課題については提出後に模範解答の解説を実施する。			
【テキスト】			
松本峰雄 監修 『子どもの食と栄養 演習ハンドブック』 ミネルヴァ書房			
【参考文献】			
小川雄二 『子どもの食と栄養演習』 建帛社 堤ちはる 土井正子 『子どもの食と栄養』 萌文書林			