

授業科目名	授業形態	単位数	担当教員名
子どもの食と栄養Ⅰ	演習・選択	1単位	廣田 有加里

記載不要

【授業のテーマ及び到達目標】

- ① 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。
- ② 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。
- ③ 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. 子どもの食生活が生涯に及ぼす影響

事前学修課題: 指定テキストP.8～13を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

2. 子どもの心身の健康と食生活

事前学修課題: 指定テキストP.14～21を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

3. 子どもの食生活の現状と取り巻く課題

事前学修課題: 指定テキストP.22～27を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

4. 平成27年乳幼児栄養調査の結果からみた食生活状況

事前学修課題: 指定テキストP.28～36を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

5. 栄養とは何か

事前学修課題: 指定テキストP.38～43を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

6. 栄養素の種類と機能(炭水化物、脂質)

事前学修課題: 指定テキストP.44～51を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

7. 栄養素の種類と機能(たんぱく質)

事前学修課題: 指定テキストP.52～57を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

8. 栄養素の種類と機能(ビタミン、ミネラル)

事前学修課題: 指定テキストP.58～63を、ノートを取りながら読む。【1.0時間】

事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0時間】

9. 栄養素の消化と吸収

事前学修課題: 指定テキストP.64～70を、ノートをとりながら読む。【1.0 時間】
事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0 時間】
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)
事前学修課題: 指定テキスト P.72～79を、ノートをとりながら読む。【1.0 時間】
事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0 時間】
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)と献立作成と調理の基本
事前学修課題: 指定テキスト P.80～92を、ノートをとりながら読む。【1.0 時間】
事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0 時間】
12. 妊娠・授乳期の食生活
事前学修課題: 指定テキスト P.94～101を、ノートをとりながら読む。【1.0 時間】
事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0 時間】
13. 乳児期の食生活の特徴
事前学修課題: 指定テキスト P.102～107を、ノートをとりながら読む。【1.0 時間】
事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0 時間】
14. 離乳食の進め方
事前学修課題: 指定テキスト P.108～113を、ノートをとりながら読む。【1.0 時間】
事後学修課題: 授業内容をまとめる。【1.0 時間】
15. 試験およびまとめ
事前学修課題: 指定テキスト P.8～113を通読し、まとめたノートを復習する。【2.0 時間】
【学習のあり方】
保育士を目指す学生の素養として、日頃から食に関する情報に興味や関心を持ち、新聞、書籍、雑誌などから取り入れる習慣を持つ。子どもの望ましい発育のためには周りの大人の自覚ある生活が必要であるため、自分自身の食生活を振り返り、見直す姿勢を持ち、実践を心がける。
【成績評価】
1. 授業参加態度(20%) 「メモを取る」、「質疑応答に積極的に取り組み、自分の意見を述べることができる」(80 点以上)、「発言や質問に対して対応することができる」(60 点以上)
2. 提出物(20%) 課題内容が概説され(60 点以上)、応用・発展(70 点以上)
3. 確認テスト(60%) ①子どもの食生活と栄養および健康について、十分な理解の習得が確認できる(80 点以上) ②子どもの食生活と栄養および健康について、ある程度の理解が確認できる(70～79 点) ③子どもの食生活と栄養および健康について、科目の目標の必要程度の理解が確認できる(60～69 点) ・上記項目を総合的に評価する。
【課題(試験・レポート等)に対するフィードバックの方法】
・提出物については、次回の授業時に返却、説明する。 ・質問については、授業時に全体に向けて回答し説明する。必要に応じて、個別に説明する。
【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】
授乳・離乳の支援ガイド, http://rhino.med.yamanashi.ac.jp/sukoyaka/pdf/zyunyuu_all.pdf

平成 27 年度乳幼児栄養調査結果の概要,<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000134208.html>

【実務経験の有無】

管理栄養士としての実務経験を生かし、食を通して実践的な子どもの関わり方を授業で行う。