

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
子どもの食と栄養 I Children's Nutrilogy I		1年	前期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	演習	選択	(保育士養成課程必修)	こどもフィールドのみ
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
保育士資格取得に必要な科目				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
子どもの保健、乳児保育 I、健康指導法等				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
山崎敬子	福祉棟研究室	月～金曜日の9時～16時（授業時間を除く）		授業中に指示します
授業の概要				
健康な生活の基本としての食生活の意義や栄養に関する基礎的知識を学ぶため、①栄養素の基本的概念と栄養素の働き、②日本人の食事摂取基準、③食品の基礎知識、④献立作成と調理の基本、⑤健全な食生活のための指標について習得を図る。次に、子どもの心身の健全な成長・発育を促すために必要な栄養・食生活の意義、重要性を理解し、授乳期、離乳期、幼児期の発達段階に応じた食に関する知識と実践力の習得を図る。				
授業の目標				
①各栄養素の性質や体内における役割などについて認識し、健康で望ましい食生活を実践できるようにする。 ②子どもの発育・発達と栄養生理の仕組みについて認識し、子どもたちの生活指導に応用できるようにする。 ③授乳期、離乳期、幼児期の栄養と食生活の特徴を分類し、保育士として子どもたちに対する食支援を適切に行うことができるようにする。				
授業の方法				
講義、演習、調理実習を行う。講義の中で演習課題を課し、ディスカッションを行う場合もある。調理実習では少人数の班を編成し、講義を通して学んだ内容を実際に調理・試食し、班別に発表等を行う。また、実習後にレポート作成を課題とし、個別に内容の復習を行い、理解を深める。				
学習の成果（学習成果）				
①各栄養素の性質や体内における役割などについて認識し、健康で望ましい食生活を実践することができる。 ②子どもの発育・発達と栄養生理の仕組みについて認識し、子どもたちの生活指導に応用できる。 ③授乳期、離乳期、幼児期の栄養と食生活の特徴を分類し、保育士として子どもたちに対する食支援を適切に実践することができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス・概要説明・評価方法の説明 子どもの健康と食生活の意義			
第2回目	栄養の基本（栄養とは、食べ物のゆくえ、栄養の摂り方、子どもの栄養の特徴）			
第3回目	栄養素の種類とはたらき①（炭水化物、脂質、たんぱく質）			
第4回目	栄養素の種類とはたらき②（ミネラル、ビタミン、水分代謝）			
第5回目	日本人の食事摂取基準（課題1：自分の食生活チェック）			
第6回目	献立作成・調理の基本（課題2：1日分の献立作成）			

第7回目	小テスト①	
第8回目	子どもの発育・発達と栄養生理	
第9回目	乳児期の授乳の意義と食生活	
第10回目	【実習①】調乳法・授乳法（レポート1）	
第11回目	乳児期の離乳の意義と食生活①	
第12回目	乳児期の離乳の意義と食生活②	
第13回目	【実習②】離乳食の献立と調理（レポート2）	
第14回目	小テスト②	
第15回目	幼児期の心身の発達と食生活①	
事前・事後学習	実習では、事前に内容や準備物を確認しておくこと。授業で不明であったことは次回授業までに調べておくこと。	
成績評価の方法と基準		
評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	10%	①遅刻・欠席等なく授業に出席し、積極的に授業に取り組む（S=90）。②おしゃべりをせず授業に集中して取り組む（A=80）。③授業中の居眠りや、実習時の身支度や衛生状態が不完全である場合は評価が低い。
レポート	70%	①課題(学習の目的)に対して内容が的確であり学習の成果が見られるような考察が書かれている（S=90）。②所定の様式にそってまとめられている（A=80）。③提出期限に遅れた場合は評価が低い。
調査報告書		
小テスト	20%	2回実施する（S:90%以上、A:80%以上、B:70%以上、C:60%以上、D:60%未満）。
試験		
発表内容（態度含む）		
その他		
教科書と参考図書		
教科書：子どもの食と栄養（中央法規）		
履修上の留意点・ルール		
「授業への参加態度」に準ずる。飲食物の持ち込みや携帯電話の使用は不可とする。調理実習時はエプロン・頭覆いを着用、室内用靴を用意する事。衛生上マニキュアや長い爪は厳禁。実習費として別途500円を後日徴収する。		