

科目名 Course Name	子どもの食と栄養 I Children's Nutrition I	ナンバリング No.	K1-009				
年次	1年	期別	前期	単位数	1	授業形態	演習
担当者氏名	佐々木 敬子						
連絡方法	C-Learning で対応。オフィスアワーは授業担当時間以外。						
必修/選択	選択(保育士養成課程必修)						
関連 DP	DP1, DP2						
授業の概要と到達目標	子どもの健康な食生活の意義や栄養に関する基礎的知識を演習により習得する。 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グループワークで実際に調理・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し、個別に内容の復習を行い、理解を深める。						
学習成果	L01	① 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。					
	L02	演習、実習では講義を通して学んだ内容を踏まえ、グループ内での話し合いを積極的に行い、連携して作業を行うことができる。					
	L03						
	L04						
課題に対するフィードバック	小テストは、予備テストを事前に実施して模範解答を示し解説を行う。						
教科書/参考図書	子どもの食と栄養(中央法規)・堤ちはる、藤澤由美子						
履修上の留意点やルール等	●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・三角巾を着用、室内用靴を用意する。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。●事前事後学習に費やすべき時間の目安は各回 45 分とする。						
担当教員の実務経験	管理栄養士実務経験:34年 栄養教諭実務経験:7年						

成績評価の方法と基準					
評価の領域	評価基準	学習成果の割合			
		L01	L02	L03	L04
授業参加態度	演習や実習でグループ内での話し合いを積極的に行い、連携して作業を行っている。		10		
レポート/作品	期間内に提出されており、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。各 10%合計 60%の配点である。	60			
発表					
小テスト	1回実施し、15%の配点である。	15			
試験	第 16 回目に定期試験を行う。	15			
その他					
合計		90	10		

回数		授業計画
1	授業内容	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
	事前・事後学習	子どもの栄養の概念について調べる。
2	授業内容	栄養と食品に関する基礎知識
	事前・事後学習	食品の分類について復習する。
3	授業内容	栄養素の種類とはたらき①(炭水化物、脂質、たんぱく質)(課題1:6つの基礎食品群の分類)
	事前・事後学習	課題1を行う。
4	授業内容	栄養素の種類とはたらき②(ミネラル、ビタミン、水分)
	事前・事後学習	各栄養素の種類とはたらきについて復習する。
5	授業内容	日本人の食事摂取基準(課題2:自分の食生活チェック)
	事前・事後学習	課題2を行う。
6	授業内容	献立作成・調理の基本(課題3:1日分の献立作成)
	事前・事後学習	課題3を行う。
7	授業内容	乳児期の授乳の意義と食生活、
	事前・事後学習	乳児期の栄養・食生活の特徴について確認
8	授業内容	予備テストと解説(栄養素の種類とはたらき 炭水化物、脂質、たんぱく質ミネラル、ビタミン、水分)(日本人の食事摂取基準)
	事前・事後学習	予備テストの復習
9	授業内容	小テスト(栄養素の種類とはたらき 五大栄養素) (日本人の食事摂取基準 生活習慣病予防)
	事前・事後学習	小テストの復習
10	授業内容	【実習①】調乳法・授乳法(レポート1 調乳作業について)
	事前・事後学習	レポート1を行う。
11	授業内容	乳児期の離乳の意義と食生活①
	事前・事後学習	乳幼児の食生活の確認
12	授業内容	【実習②】離乳食の献立と調理(レポート2 手づかみ食への重要性について)
	事前・事後学習	レポート2を行う。
13	授業内容	乳児期の離乳の意義と食生活②
	事前・事後学習	ベビーフードを調べる。
14	授業内容	【実習③】ベビーフードの利点と注意点(レポート3 各離乳期ごとのベビーフードの比較)
	事前・事後学習	レポート3を行う。
15	授業内容	予備テストと解説(母乳と人工栄養について、調乳法・授乳法、離乳食について、ベビーフードの利点と注意点)
	事前・事後学習	予備テストの復習