

2017年度 和泉短期大学

授業科目名	子どもの食と栄養 I	教員氏名	及川 静・里井 恵子
学年	2年		
授業形態	演習	開講学期	前期
必修・選択	保育士必修	単位数	1単位
テーマ	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本的知識を学び、子どもの発育・発達と食生活の関連について学習する また、実習を通して食品や栄養について理解を深め、保育現場での食育実践の基礎づくりを目指す		
授業の概要	<ul style="list-style-type: none"> ・講義を中心に、栄養に関する基本的知識、子どもの発育・発達の特徴、乳児期・幼児期の特徴・食生活のあり方を学ぶ ・実習を通じて講義の内容に対する理解を深め、子どもと保護者への支援ができる力を培う ・実習時には、上履き、エプロン、三角巾、ふきんの持参が必須である 		
授業の到達目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 子どもの食生活上の発育・発達の特徴を理解し、発達に応じた援助ができるようになる 2. エネルギー、栄養素の基本知識や食品の組み合わせ方を理解し、健康な食生活を実践できるようになる 3. 乳汁栄養の特徴を知り、人工栄養の調乳ができるようになる 4. 離乳食の意義を理解し、離乳食の進め方がわかる 調理試食を通じて保護者の支援ができるようになる 5. 幼児期の心身の特徴と食生活の関係を理解し、食生活上の問題に対応できるようになる 		
テキスト	上田玲子 編著 『新版 子どもの食生活 -栄養・食育・保育-』 ななみ書房		
参考書	授業中にプリントを配布する		
ポートフォリオ	なし		
成績評価方法	授業内試験70% レポート30% 実習時の服装は、エプロン、三角巾、上履きを着用し、ふきんを持参すること 忘れた場合、授業への参加は、衛生・安全上の観点から認めない		
授 業 概 要 と 課 題			
第1回	テーマ内容	成人期とは異なる子どもの栄養と食生活の特徴を学ぶ	
	授業外指示	<予習>テキスト(p.11～19)を読んでおく <課題>保育実習等で体験した子どもの食事情について考察する	
第2回	テーマ内容	子どもの発達と食生活を理解するための栄養の基礎知識として5大栄養素を学ぶ① ～エネルギー・炭水化物・脂質～	
	授業外指示	<予習>テキスト(p.35～49)を読んでおく <復習>授業時に配布したプリントの内容を復習する	
第3回	テーマ内容	子どもの発達と食生活を理解するための栄養の基礎知識として5大栄養素を学ぶ② ～たんぱく質・ビタミン・ミネラル・水分～	
	授業外指示	<予習>テキスト(p.35～49)を読んでおく <復習>授業時に配布したプリントの内容を復習する	
第4回	テーマ内容	発育・発達のために何をどのくらい食べるとよいかを学び、食事バランスの評価をする	
	授業外指示	<予習>テキスト(p.50～64)を読んでおく <課題>自分の2日分の食事を書き出し、食事バランスを評価する	

第 5 回	テーマ 内容	子どもの身体発育や食べる機能の発達について理解する
	授業外指示	〈予習〉テキスト (p.21～34) を読んでおく 〈復習〉授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 6 回	テーマ 内容	母乳栄養の特徴を知り、保育者としてのかかわり方を考える
	授業外指示	〈予習〉テキスト (p.65～74) を読んでおく 〈復習〉授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 7 回	テーマ 内容	人工栄養の特徴を知り、調乳方法を学ぶ
	授業外指示	〈予習〉テキスト (p.74～79) を読んでおく 〈復習〉授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 8 回	テーマ 内容	人工栄養の調乳を実習し、粉乳の種類と特徴を理解する
	授業外指示	〈予習〉調乳方法を確認し、市販されている粉乳の種類を調べる 〈課題〉粉乳の特徴と扱いの注意をまとめる
第 9 回	テーマ 内容	離乳の必要性と役割を学ぶ
	授業外指示	〈予習〉 テキスト (p.80～83) を読んでおく 〈復習〉 授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 10 回	テーマ 内容	離乳の支援のポイントを学習する
	授業外指示	〈予習〉テキスト (p.83～94) を読んでおく 〈復習〉授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 11 回	テーマ 内容	離乳食前半の調理実習
	授業外指示	〈課題〉離乳食前半に扱いやすい食材と調理形態をまとめる
第 12 回	テーマ 内容	離乳食後半の調理実習
	授業外指示	〈課題〉離乳食後半に扱いやすい食材と調理形態をまとめる
第 13 回	テーマ 内容	幼児期の心身の発達と食生活の関わりを学習する
	授業外指示	〈予習〉テキスト (p.95～98) を読んでおく 〈復習〉授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 14 回	テーマ 内容	幼児期の栄養・食生活の実態と保育者としての対応を考える
	授業外指示	〈予習〉テキスト (p.98～108) を読んでおく 〈復習〉授業時に配布したプリントの内容を復習する
第 15 回	テーマ 内容	まとめ
	授業外指示	栄養に関する基本的知識、子どもの発育・発達と食生活の関連について総括する