

科目名	こどもの食と栄養 I		担当教員	島本和恵		
			担当形態	単独		
テキスト	「子どもの食と栄養」アイ・ケイ・コーポレーション 「基本マスター フード&クッキング」実教出版社	単位数 授業形態	1単位	演習	開講時期	前期
<p><b>講義概要</b></p> <p><b>■到達目標</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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理解し、説明できる。</li> <li>・子どもの発育・発達と食生活の関連についての重要性を認識し、意見を持てる。</li> </ul> <p><b>■授業の概要</b></p> <p>子どもの栄養と食生活は、単に栄養素を摂取するだけでなく、心身の順調な発育・発達を促し、健康な生活を営むための基礎となる。子どもの発達段階における栄養や食生活の特性・重要性を認識し、調乳や保育者として知っておくべき調理の基本について具体的に学ぶ。</p> <p><b>■授業計画</b></p> <p>第1回 オリエンテーション 子どもにとっての栄養とは</p> <p>第2回 子どもの食生活の現状と課題</p> <p>第3回 栄養の基本的概念</p> <p>第4回 栄養素の種類と機能</p> <p>第5回 日本人の食事摂取基準</p> <p>第6回 食事バランスガイド</p> <p>第7回 食事バランスと調理</p> <p>第8回 実習① 調理の基礎</p> <p>第9回 子どもの食と衛生</p> <p>第10回 子どもの心身の健康と食生活</p> <p>第11回 妊娠期の栄養</p> <p>第12回 胎児期の栄養</p> <p>第13回 乳汁栄養</p> <p>第14回 実習② 調乳</p> <p>第15回 まとめ</p> <p><b>■準備学習</b></p> <p>授業で指定された課題について、以下のことを踏まえて、授業に出席すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・次回授業で取り扱う指定課題について、熟読し理解を深めておく。</li> <li>・実習を通じて理解を深めた内容については、理論的に考察を行うこと。</li> </ul> <p>その他、必要に応じて課題等を提示するので、指示に従ってレポート等を作成すること。</p> <p><b>■評価方法</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業内の取り組み（グループワークおよび実習参加状況） — 20%</li> <li>・レポート — 40%</li> <li>・試験 — 40%</li> </ul>						
参考文献	特になし。		特記事項	特になし。		
卒業・免許状・資格との関連	保育士資格必修		幼			
			保	保育の対象の理解に関する科目		