

講義コード	1116	科目区分	専門教育科目
(フリガナ)	コドモノシヨクトエイヨウ	(フリガナ)	ノムラ キョウコ
授業科目名	子どもの食と栄養	担当教員名	野村 京子
英文授業科目名			
基準年次(開講期)	3年生(前期)	履修形態	選択(保育士必修科目)
曜日/時限/講義室	水曜日/3時限/保育実習室		
授業の方法	講義	授業の方法 (詳細情報)	
単位	2	週時間	2
授業のキーワード			
授業概要・目的	小児期の栄養と食生活は、生涯にわたる健康と生活の基礎であることを理解し、小児から成人に至る一貫した食生活の意義を理解させる。現代の食生活と社会的背景を的確に把握し、子ども達の食生活において生じる問題をとりあげて「食」が子どもの健全育成の基本であることを理解させる。子どもの食と栄養の基本的理論を体系的に理解し、保育士としての支援のあり方や考え方を学ばせる。		
到達度評価の 評価項目	①小児期の日々の食生活が子どもの健全な食習慣の確立や食行動の自立につながることを理解する。 ②発達段階に合わせた適切な食事の提供、食事指導ができる基礎知識を身につける。		
授業計画			
第1回	オリエンテーション 授業計画について。学生自身の食生活について振り返る。		
第2回	成人の食生活 生活習慣病予防を視野に入れた食生活について学ぶ。学生自身の食生活について考える。		
第3回	栄養に関する基礎知識 健全な成長や健康維持・増進のための望ましい食べ方や献立作成、調理について学ぶ。生活習慣病予防を視野に入れた食生活について学び、基本的な生活習慣について考える。		
第4回	栄養に関する基礎知識 健全な成長や健康維持・増進のための望ましい食べ方や献立作成、調理について学ぶ。調理実習、レポート作成(食べ物でからだをつくり、食べ方で心をつくる…とは、)		
第5回	栄養に関する基礎知識 健全な成長や健康維持・増進のための望ましい食べ方や献立作成、調理について学ぶ。調理実習、レポート作成(食べ物でからだをつくり、食べ方で心をつくる…とは、)		
第6回	子どもの健康と食生活 子どもの食生活の現状から問題点や課題について知る。小児と成人の栄養の違いを知り、成人期とは異なる小児期の栄養と食生活の特徴を理解する。		
第7回	子どもの健康と食生活 乳児期の食機能の発達や、幼児期に向けて自分で食べる能力等の特徴について理解する。 調理実習、レポート作成(生活リズム「早寝早起き朝ごはん」について)		
第8回	子どもの健康と食生活 乳児期の食機能の発達や、幼児期に向けて自分で食べる能力等の特徴について理解する。 調理実習、レポート作成(生活リズム「早寝 早起き 朝ごはん」について)		
第9回	乳幼児期に食生活 子どもの身体発育や食べる機能の発達について理解し、発育・発達に沿った栄養状態の把握の仕方について学ぶ。 生涯にわたる食生活の基礎が形成される幼児期の支援のあり方について学ぶ。		
第10回	食育の基本と実践 食を通して子どもの育ちや保護者の子育てをどのように支援することができるか学ぶ。 調理実習、レポート作成(和食のよいところ)		
第11回	食育の基本と実践 食を通して子どもの育ちや保護者の子育てをどのように支援することができるか学ぶ。 調理実習、レポート作成(和食のよいところ)		
第12回	学齢期・思春期の食生活 この時期特有の心身の特徴を理解し、生活習慣病予防を視野に入れた食生活について学ぶ。 子どもの生活リズム「早寝 早起き 朝ごはん」について実践例より理解する。		
第13回	特別な配慮を要する子どもの食と栄養、家庭や児童福祉における食と栄養 疾病および体調不良、食物アレルギー等のある子どもへの対応について学ぶ。 児童福祉施設における食生活のありかた、および家庭との連携について学ぶ。		
第14回	食育の基本 保育所における食育について「食育基本法、保育指針から」		
第15回	食育の基本と実践 楽しい食事となる環境を整える食育指導計画を考える。		
教科書・参考書等	参考文献 「子どもの食生活」上田玲子著(ななみ書房出版)、「子どもの食と栄養」峯木真知子、高橋淳子著(株 みらい出版)、「子どもの食と栄養」児玉浩子(中山書店)、「発育期の子どもの食生活と栄養」菅原 園(学建書院)		
授業で使用する 機器等			
予習・復習への アドバイス			
履修上の注意・ 受講条件等	講義中の携帯電話の使用は禁止、質問は授業中、授業後でも受け付ける。		
成績評価の基準等	この授業は受講態度(30)、資料ファイル他(30)、レポート(40)で評価します。資料ファイル、レポートの提出はその都度通知する。		
メッセージ			
オフィス・アワー			
その他			