

# 授 業 概 要

(こども保育科)

授業のタイトル (科目名)  こどもの食と栄養 I	授業の種類  ( 講義・ <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">演習</span> ・ 実習 )	授業担当者  須貝 裕	当該科目に関する実務経験																																													
授業の回数 15回	時間数 (単位数) 30時間 (1単位)	配当学年・時期 1年・前期	必修・選択 必修																																													
<p>[授業の目的・ねらい]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 小児の栄養と食生活の重要性を理解し、栄養、食物、献立、調理等に関する基本的知識を理解する。</li> </ul> <p>[授業全体の内容の概要]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 生涯にわたる健康な生活の基礎になる小児期の栄養と食生活について理解を深め、小児の発達段階に応じた基礎的知識と応用能力を養う。</li> </ul> <p>[授業終了時の達成課題 (到達目標)]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 小児の栄養と食生活の重要性を理解でき、栄養、食物、献立、調理等に関する基礎的知識を習得する。</li> </ul>																																																
<p>[授業の日程と各回のテーマ・内容・授業方法]</p> <p>コマ数</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">1</td> <td style="width: 35%;">子どもの健康と食生活の意義①</td> <td style="width: 35%;">*子どもの心身の健康と食生活</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>子どもの健康と食生活の意義②</td> <td>*子どもの食生活の現状と課題</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>栄養の基本①</td> <td>*栄養とは? *食べ物の行方 *栄養の摂り方</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>栄養の基本②</td> <td>*子どもの栄養の特徴①</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>栄養の基本③</td> <td>*子どもの栄養の特徴②</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>栄養素の種類と働き①</td> <td>*栄養素の種類と働き *水分代謝</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>栄養素の種類と働き②</td> <td style="text-align: center;">,, ,,</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>栄養素の種類と働き③</td> <td style="text-align: center;">,, ,,</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>日本人の食生活の目標①</td> <td>*日本人の食事摂取基準*食事バランスガイド*食生活指針</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>日本人の食生活の目標②</td> <td style="text-align: center;">,, ,, ,,</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>献立作成・調理の基本①</td> <td>*献立作成の基本 *調理の基本</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>献立作成・調理の基本②</td> <td>*調理実習 (幼児食の基本)</td> </tr> <tr> <td>13</td> <td>献立作成・調理の基本③</td> <td style="text-align: center;">,,</td> </tr> <tr> <td>14</td> <td>前期試験のポイント</td> <td></td> </tr> <tr> <td>15</td> <td>期末試験</td> <td></td> </tr> </table>				1	子どもの健康と食生活の意義①	*子どもの心身の健康と食生活	2	子どもの健康と食生活の意義②	*子どもの食生活の現状と課題	3	栄養の基本①	*栄養とは? *食べ物の行方 *栄養の摂り方	4	栄養の基本②	*子どもの栄養の特徴①	5	栄養の基本③	*子どもの栄養の特徴②	6	栄養素の種類と働き①	*栄養素の種類と働き *水分代謝	7	栄養素の種類と働き②	,, ,,	8	栄養素の種類と働き③	,, ,,	9	日本人の食生活の目標①	*日本人の食事摂取基準*食事バランスガイド*食生活指針	10	日本人の食生活の目標②	,, ,, ,,	11	献立作成・調理の基本①	*献立作成の基本 *調理の基本	12	献立作成・調理の基本②	*調理実習 (幼児食の基本)	13	献立作成・調理の基本③	,,	14	前期試験のポイント		15	期末試験	
1	子どもの健康と食生活の意義①	*子どもの心身の健康と食生活																																														
2	子どもの健康と食生活の意義②	*子どもの食生活の現状と課題																																														
3	栄養の基本①	*栄養とは? *食べ物の行方 *栄養の摂り方																																														
4	栄養の基本②	*子どもの栄養の特徴①																																														
5	栄養の基本③	*子どもの栄養の特徴②																																														
6	栄養素の種類と働き①	*栄養素の種類と働き *水分代謝																																														
7	栄養素の種類と働き②	,, ,,																																														
8	栄養素の種類と働き③	,, ,,																																														
9	日本人の食生活の目標①	*日本人の食事摂取基準*食事バランスガイド*食生活指針																																														
10	日本人の食生活の目標②	,, ,, ,,																																														
11	献立作成・調理の基本①	*献立作成の基本 *調理の基本																																														
12	献立作成・調理の基本②	*調理実習 (幼児食の基本)																																														
13	献立作成・調理の基本③	,,																																														
14	前期試験のポイント																																															
15	期末試験																																															
<p>[使用テキスト・参考文献]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「子どもの食と栄養」 第5版 健康と食べることの基本 (医歯薬出版株式会社)</li> </ul>																																																
<p>[成績評価の方法と基準]</p> <p>教科出席率が80%以上の者に対して、以下の配点による総合点を算出し、学内共通の基準による絶対評価を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 考查点(75%) <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 到達目標の修得状況を測るために、筆記及び実技試験により期末考查を実施する。</li> </ul> </li> <li>・ 平常点(25%) <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 事前課題を期限までに提出し、その内容が課題に沿ったものである。</li> <li>・ 授業に積極的に参加し、周囲と協調しながら自らの向上を図っている。</li> </ul> </li> </ul>																																																