

講義科目 : 子どもの栄養	単位数 : 2
担当 : 乾 陽子	学習形態 : 選択科目

講義の内容・方法および到達目標

食えることは子どもの健やかな心身の成長・発達の基本となります。本講義では食を通じた子どもの健全育成のため、食べ物や栄養の知識を身につけ、乳児期から学童期までの各時期に応じた食生活を理解し、安全な食が提供できるように学修します。

子どもの食は家庭や保育者の影響を大きく受けます。子どもおよび保護者・家庭に対して適切な食事支援のできる保育者となるよう知識と技能を身につけることを目標とします。

授業計画

- 第1回：子どもの発達と食環境
- 第2回：子どもの発育・発達
- 第3回：栄養に関する基本的知識（栄養素、消化吸収）
- 第4回：栄養に関する基本的知識（食品の栄養的特徴）
- 第5回：妊娠・胎児期の食生活
- 第6回：乳児期の食生活と栄養（乳汁栄養）
- 第7回：乳児期の食生活と栄養（離乳食）
- 第8回：幼児期の食生活
- 第9回：幼児期の食べ物と栄養
- 第10回：学童期の食生活と栄養
- 第11回：特別な配慮を要する子どもの食事と栄養
- 第12回：食物アレルギー
- 第13回：食育の基本
- 第14回：バランスのよい食事の実践
- 第15回：食育の実践

教材・テキスト・参考文献等

・テキスト：岩田章子・寺嶋昌代編「新時代の保育双書 新・子どもの食と栄養」みらい、2021年

成績評価方法

- ・小レポート（50%）、最終課題（50%）で成績評価を行います。
- ・毎回出席確認を行います。
- ・小レポートは毎回授業の終了時に実施します。
- ・最終課題（レポート）を実施します。

その他

毎回テキストを使用するので必ず持参してください。