

講義科目名称： 食と健康

授業コード：

英文科目名称： Food and Health

開講期間	配当年	単位数	科目必選区分
前期	1	2	選択
担当教員			
古田 豊子			
木1			
添付ファイル			

科目の概要	健康な生活を送ることは、生きる上で最も重要な事柄である。しかし、現代社会においては、様々な課題がある。生活の中から身近な課題を取り上げて、食の大切さに気づき、食と健康の関係を学ぶ。
授業の内容	<p>1 オリエンテーション 授業について、見通しを持つ。</p> <p>2 子どもの食生活の課題について学ぶ。 単に空腹を充たす食事から、心を充たす食事への転換について理解する。</p> <p>3 幼児の食育計画について学ぶ。① 発達段階ごとに、指導内容を整理する。</p> <p>4 幼児の食育計画について学ぶ。② まとめたことを発表する。</p> <p>5 幼児の食育計画について学ぶ。③ 発達段階ごとに、指導内容を整理する。</p> <p>6 健康とは何かに潰え考える。① 食事と健康との関係について、自分の考えをまとめ、それを基に意見交換をする。</p> <p>7 健康とは何かに潰え考える。② 食を重視した健康な生活について、提案発表をする。</p> <p>8 「共食」について考える。 共食の意義と重要性について学ぶ。</p> <p>9 食と健康を意識化するための工夫をする。① 食のカレンダーなど、食についての啓発資料を作成する。</p> <p>10 食と健康を意識化するための工夫をする。② 各班での取り組みを進め、資料を完成させる。</p> <p>11 スポーツと栄養① 体づくりのためのスポーツと食事との関係を整理する。</p> <p>12 スポーツと栄養② 指導者としての留意点について学ぶ。</p> <p>13 好き嫌いについて考える。 野菜嫌いを克服する手立てを考える。 なぜ、好き嫌いが起こるのかについて知る。</p> <p>14 子どもが興味を持つゲームを工夫する。 楽しく遊びながら、子どもが食べ物に興味を持つように工夫する。 発達段階を考えて、内容を整理し、理解できるようにする。</p> <p>15 まとめと整理 食と健康について学んだ内容を整理し、自分の考えを入れて1000字にまとめる。</p>
学習到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者として、基本的な食と健康のかかわりを理解し、現場で応用する力をつける。 ・子どもたちが、発達段階に応じて、自分で健康管理ができるように支援することができる。
授業の方法	<p>基本的事項を学び、知識を得る。</p> <p>健康についての様々な事例や必須事項を理解する。</p> <p>グループ活動やプレゼン発表等、意欲と工夫で学びを表現する。</p>
成績評価の方法	<p>テスト 60%</p> <p>まとめと発表 20%</p> <p>提出物・積極的参加度 20%</p>
教科書・テキスト	食と学びの力 青鞥社 古田豊子編著
参考書	授業中に紹介する

授業時間外の学修について（事前・事後学習について）	生活の中で、実際に「食と健康」について考え、実践する。それを記録しポートフォリオとして積み上げる。
履修上の留意事項	積極的に課題に向かう学習姿勢を必要とする。
オフィスアワー	月曜日 12：30～13：00
担当教員への連絡方法	研究室 4号館 6階 601室
その他	