2020年度　日本工学院八王子専門学校											
こども学科											
調理総合演習											
対象	2年次	開講期	後期	区分	選	種別	演習	時間数	15	単位	1
担当教員	三重野真樹			実務経験	有	職種	保育士				

授業概要

幼児期は食生活習慣の基礎が形作られる時期であり、子どもの食生活は親や園生活の支援する保育士の作り出す食環境が強い影響を与える。幼児期においての適切な食生活を理解し、食教育実践の基礎作りを目指す。保育所で実際に提供される幼児食を中心に調理を行っていき、食育について考えていく。

到達目標

子どもの発育・発達と食生活の関連についての理解を深める。栄養の基礎知識を習得する。幼児期の子どもにとって適切な食生活を理解し、献立を作ることができる。また、実際の調理実習を通して、味覚が育っていく幼児期の子どもにふさわしい調理技術を習得していく。

授業方法

「食と栄養」で学んだ理論・実践を踏まえて、さらに幼児期の子どもに限定した献立を考える。調理実習の中では、味・固さ・彩りなど、味覚が育っていき、好き嫌いもある幼児期の子どもたちにとってふさわしい食事を作っていく。実際に味わいながら、調理方法を振り返り、改善できるところを発表し合う。

成績評価方法

課題の評価（２０％）
調理実習の計画・事前準備等の内容の評価（５０％）
積極的な授業参加度、授業態度によって評価する（３０％）

履修上の注意

授業に出席するだけでなく、社会への移行を前提とした受講マナーで授業に参加することを求める。調理実習において必要なエプロン・三角巾・マスク等を忘れずに持参すること。

教科書教材

毎回レジュメ・資料を配布する。
参考書・参考資料等は、授業中に指示する。

回数	授業計画
第１回	献立作成と調理の基本
第２回	幼児食（保育所給食1～2歳）
第３回	幼児食（保育所給食3～5歳）

2020年度　日本工学院八王子専門学校	
こども学科	
調理総合演習	
第４回	間食（身近な食材を利用して手作りおやつ）
第５回	お弁当（1日の約1/3量を目安に彩り、バランス、食べやすさに配慮する）
第６回	お弁当（1日の約1/3量を目安に彩り、バランス、食べやすさに配慮する）
第７回	行事食（子どもが喜ぶメニュー）
第８回	行事食（子どもが喜ぶメニュー）