

科目区分：保育士養成コース（受講生数 33 名），  
 授業科目：子どもの食と栄養（2 コマ×7 回分（宇高担当部分））

## 広範囲な知識理解と実践能力育成を両立させる授業の組立て

家政教育講座・宇高順子

### 1. 授業の概観

本授業は、保育士養成コースの 2 年次前期必修科目である。内容は栄養学、公衆衛生学、調理学、食育に渡り、対象は乳幼児・学童期、特別な配慮を要する子ども、妊娠・授乳期等、広範囲である。これらの基礎的な知識理解に加えて、実践能力の育成も求められる。

これを 1 科目で行うことは困難であるので、授業の組立を以下のように工夫した。すなわち、①基礎知識に関する講義、②離乳食・幼児食の計画および調理実習に加えて、③毎回の課題（宇高担当部分）として、moodle で保育士過去試験問題を解いて自学自習を促し、最終回のテストは、主に課題問題をアレンジして出すこととして、平常時の課題の自学自習が定着するようにした。

＜授業のスケジュール＞は、前半・後半のオムニバス形式で、16 回目にテスト（合同）を行った。

第 1～8 回 栄養と食生活の基礎知識  
 （岡本教員担当）

第 9 回 宇高の出産育児体験談（導入）

第 10～11 回 乳幼児の食べる機能の発達と食生活

第 12 回 離乳食・幼児食実習計画

第 13 回 離乳食（中・後期、献立要素別）

第 14 回 幼児食（献立要素、食品群別）

第 15 回 幼児間食（補食的、食品群別）

第 16 回 テスト（合同）

第 9 回目は、毎年宇高の体験談を語っており、好評で、学生が学習内容をリアルにとらえることができることにつながっているようである。

第 10～11 回は、乳児の摂食機能に関する反射を VTR 教材で紹介し、発達時期と食事内容や食べさせ方の関係を把握させる。これにより、離乳食の内容と時期の関係がわかった上で調理計画・実習を行うことが

できる。

第 12～15 回は、発達段階に対応した乳幼児食について、班単位でテーマを設定して調理計画を立てて調理実習を行い、全員が試食をするとともに、工夫点の発表、講評ならびに、moodle のフォーラム形式を用いて、受講者間の感想考察を共有するようにした。調理実習の方法は、調理学の授業では、調理科学および調理技能の習得に力点を置くのに対して、本授業では、子どもの発達に対応した食事内容を、学生が工夫して体験することに重点を置き、試行錯誤をさせた。

本授業担当部分の＜到達目標＞は、以下のように設定した。

- ① 子どもの成育段階に応じた食生活について説明できる。
- ② 子どもに対する適切な調理方法を実践できる。

### 2. 授業内容の評価

Moodle で授業評価アンケートを行った。有効回収率は 52% であった。結果を以下に示す。

回答者数 17 (数値は%)	大変良い	まあ良い	ふつう	不良	全然不良
知のおもしろさがあったか	67	33	0	0	0
得るところがあったか	100	0	0	0	0
意欲的に取組めたか	100	0	0	0	0
教員の説明はわかりやすかったか	56	33	11	0	0
資料や教材はよかったか	33	0	67	0	0
moodle 課題の内容や量が適切であったか	44	22	11	22	0
書籍等でよく自学したか	0	56	33	11	0
授業の難易度	適切	もっと易しく	もっと高度に		
	89	11	0		

- ・授業の知的面白さ、得るところのある授業だったか、意欲的に取り組めたかについて、いずれも 100%の学生が、大変良いまたはまあ良いと回答しており、好評といえる。

導入の宇高の体験談については、「先生の実体験を聞かせていただき、女として知りたいことを知ることができた。」「先生自身の経験談では妊娠期から授乳期において、あまり教科書には出てこないような実際に役立つ知識を得ることができた。」等の意見が見られた。

自由記述には、調理実習から学んだ内容が多かった。以下に紹介する。

「調理実習を通して、乳幼児にとって適切な食を考えることが初めてで難しいと感じたこともあったけれど、どのように工夫すればいいか、どのような食材をとり入れればいいかなどその度に考えて調理することができ、今までにない体験をして、知識をつけることができました。」

「離乳食を作るという体験から学ぶことが多くあり、とてもよい経験となった。みんなで意見を出しあって協力して作業することに意味があると思った。」

「実際に調理実習もしたので、実践から学ぶことが多かった。ハウレンソウは最初に茹でてアクをとるとか、エビは冷凍より新鮮なもののほうがいい味が出る、また、離乳食にふさわしい料理とはどのようなものかなど、たくさん学ぶことができた。」

「具体的に離乳食の硬さや味の濃さは食べてみないとわからないので、自分で食べてみて実感として学びを得ることができた。」

「実際に調理することを通して、乳幼児食やアレルギー食について考えることができたので、学ぶことが多かった。他班の料理も試食することができたので、調理していなくてもその条件についても考えることができ、面白かった。」

「実習を複数回行うことで、前回の反省点を活かすことができ、経験しながら学習することができたのでよかった。また楽しく学ぶことができたのが何よりもよかった。」

「子どもの食と栄養の教科書をもっと深く読み直したいくらい、この授業は楽しく興味深いものだった。ここで得た知識は絶対将来に役立つので、忘れないようにしたい。」

- ・教員の説明は、大変良いまたはまあ良い、

の評価が 89%で、ほぼ良好と考える。自由記述には「実習中に、その場で指導をしていただいたので、すぐに改善することができたり、考えなおすことができたりしたので良かった。」等の意見が見られた。一方で、「実習時は声が聞き取れにくい時があった。」という意見が見られた。この点は、意識して指導するようにしたい。

- ・資料や教材は、大変良いが 1/3、普通の評価が 2/3 を占めていた。自由記述では「適切なビデオが選ばれていた。ビデオで見た乳幼児期の発達がわかりやすかった。」という意見があった。一方、離乳食・幼児食のコツをもっと知りたかったという意見があった。この点は充実していきたい。

- ・Moodle による課題提出については、普通以上の評価が 77%であった。自由記述には、「問題は moodle で学習するという方法でしたが、間違えたところはちゃんと解説がついていたり、何度も解きなおして復習ができるのでよかった」

「実習レポートは他の人の意見を見ることができ、自分の班の評価も知ることができるので良かった。」等の意見が見られた。

課題は、調理実習の計画と事後レポートに加えて、保育士過去試験問題を課したことに対して、量が適切という評価と大変だったという評価に分かれた。練習問題の量を加減する検討をしたい。

- ・書籍等による自学については、普通以上の評価が 89%であった。しかし、Moodle の課題について、教科書等の学習と併用させる学生と、moodle の正解の解説を読むだけで済ませる学生に分かれる様子が伺われた。

- ・授業の難易度は、適切が 89%、もっと易しくしてほしいが 11%見られた。moodle の自学自習による知識習得部分が難しいと感じた学生がいた。Moodle の問題の解説をよりわかりやすいものにする工夫をしたい。

なお、毎年のことであるが、幼年教育専修生を中心に、保育士コースの学生は、大変礼儀がよく、学生の方からこやかに明るく挨拶をし、授業にも大変意欲的に取り組んでいることに、いつも驚かされている。家政教育や生活環境コースでも、勉学以前に、このように学生指導をする必要があると感じている。大いに学びたい。