

令和3年8月 わくわくたべもの集会(新型コロナウイルス感染予防、クラス実施短縮用)指導案

保育園 4・5オクラス 名 8月 日()

1. テーマ : 上手に食べよう大好きおやつ
2. ねらい : 好きな食べ物をおいしく食べる <食と健康>
3. 展開

時間	主な内容と活動	配慮事項
	○挨拶 今月の内容を伝える	
導入	1. どのようなおやつが好きか聞く 2. なぜ、おやつを食べるのか聞く	○どのようなお菓子が好きか考えさせる。 ○何故、おやつが必要か考えさせる。
展開	3. 紙芝居(おやつのじかんだよ)5分程度	
	4. 紙芝居からクイズを出す ○悪魔は、どのようなお菓子が好きでしたか。 ○お砂糖がいっぱい入った甘いお菓子を食べて、骨や歯はどうなると言っていましたか。	○砂糖が多く含まれる物を沢山食べると、骨や歯がボロボロになる事を気付かせる。
	5. 紙芝居に出てきたジュースや甘いお菓子にどれだけの砂糖が含まれているか知る。	○食べ物カードとスティックシュガーを使って、どれだけの砂糖が含まれているか目で確認する。
	6. ジュースや甘いお菓子やアイスを食べ過ぎるとどうなるか確認する。 ○ご飯が食べられなくなる。 ○むし歯になりやすくなる。	○ジュースや甘いお菓子やアイスを沢山食べると、お腹がいっぱいになり、ご飯が食べられなくなる事に気付かせる。
	7. まとめ おやつをおいしく食べる為の3つの約束を確認する。(おやこシェアカード使用) ①時間を決めて ②量を決めて ③おやつの内容(選び方)について	○食事がおいしく食べられるよう、おやつの時間を決めて食べるよう伝える。 ○時間を決めて、ダラダラ食べないように伝える。 ○量は、子どもの片方の手のひら分くらい。小皿に取り分けて食べるよう伝える。 ○おやつに食べる物は、甘い飲み物に甘い食べ物は組み合わせないように伝える。夏場は特に、ジュースやアイスの食べ過ぎに気を付ける。
	○終わりのあいさつ	

※使用するもの: 紙芝居(おやつのじかんだよ)、食べ物カード、スティックシュガー、おやこシェアカード

※園にて用意・決めていただきたいこと
・子ども用机1台