

令和7年8月 たべて元気！わくわくたべもの集会指導案

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楽しく食べる <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を聞く 2. なぜ、おやつを食べるのかを聞く	○どのようなおやつを食べているか思い出させる。 ○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ると、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たくさん食べると、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を知る	○食べ物の模型と飲み物の容器、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を目で確認する。
	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を確認する ○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多く食べると、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ための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に伝える。 ○あめ、グミ、ガム等を食べ続けないように伝える。 ○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に伝える。 ○甘いケーキやクッキー類と甘い飲み物を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	

※ほいく課が使用する物品:紙芝居(おやつのじかんだよ)、食べ物の模型と飲み物の容器、スティックシュガー、おやこシェアカード

※園にて用意していただきたい物品
・子ども用机1台