

1歳3か月 ～ 2歳未満児 ☆ 食 育 計 画

目 標 (保育課程から)

- ①お腹がすくリズムが持てる子どもに
- ②食べたいもの、好きなものが増える子どもに
- ③一緒に食べたい人がいる子どもに

市で行なわれる事業
1歳6か月健診(内科・歯科)

大和市公立保育園

	子どもの姿 (ねらい)	内 容	配慮事項
★食と健康	①お腹がすき、食事を喜んで食べ、心地よい生活を味わう ②いろいろな食べものを見る、触る、噛んで味わう経験を通して自分で進んで食べようとする	<ul style="list-style-type: none"> * よく遊び、よく眠り、食事を楽しむ * 決まった時間に食事をする * 個々の適量を残さず食べる * いろいろな食品が食べられる * 食べ物の名前や味を知る * 食事の前後や汚れたときは、顔や手を拭き、きれいになった快さを感じる * 手伝ってもらい手を洗う * 食後は口の中をきれいにする * よく噛んで食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・一人一人の子どもの安定した生活リズムを大切に、食欲を育む ・個々の適量を盛り付け、食べきる喜びが分かるように 配慮する ・いろいろな食品を使用し、うす味で多様な味付けの給食にする ・苦手な食べ物は無理強いしない。ただし、1～2口は勧めてみる ・苦手な食べ物に良いイメージがつくように、楽しい雰囲気をつくる ・献立の食材の名前や味を伝える(声かけ) ・絵本や遊具を使って、食べ物に興味を持たせる ・手洗いの習慣をつける ・食後に口の回りをふく習慣をつける ・食後に白湯やお茶を飲み、口の中をきれいにする ・食後のぶくぶくうがいをする(見せる) ・よく噛むまねをして見せる ・子どもの咀嚼や嚥下機能の発達に応じて、食品の種類、量、大きさ、固さなどの調理形態に配慮する(※保育の手引き「離乳食のすすめ方」参照)
★食と健康人間関係		<ul style="list-style-type: none"> * 楽しい雰囲気の中で、一緒に食べる人に関心を持つ 	
★食と文化		<ul style="list-style-type: none"> * いただきます・ごちそうさまをする * いろいろな食べものに関心を持ち、手づかみ、または、スプーン・フォークなどを使って自分から意欲的に食べようとする * 良い姿勢で座って食べる * 遊び食べをしない * 行事食を通して年間の行事や食文化にふれる 	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつをしてたべる ・食具(スプーン・フォーク)の持ち方を知らせる ・自分で食べられたら“ほめる” ・食べる姿勢を整える(テーブル・イスの高さを配慮) ・保育士が食べる様子を見せ、手本や見本を示す ・行事食を食べ、楽しむ
★いのちの育ちと食		<ul style="list-style-type: none"> * 旬の食材に触れる 	<ul style="list-style-type: none"> ・収穫したものや、料理に使う食材にふれる
★料理と食		<ul style="list-style-type: none"> * 食事やおやつに関心を持って食べる * 食事を楽しみに待つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いて食べられる雰囲気作りをする
家庭への働きかけ		<ul style="list-style-type: none"> ●朝食の大切さを知らせる ●食事のリズムの大切さを伝える <ul style="list-style-type: none"> ・空腹で食事ができるようにする ・おやつの必要性和適切な量、内容について知らせる ●苦手なものでも、食卓に並べる ●家族そろって食べることの大切さを伝える 	
自己評価			