

2 歳 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
2歳児歯科相談

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いろいろな種類の食べものや料理を味わう	<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 * いろいろな食べものを進んで食べる * いろいろな食べ物があることを知る * 食べ物の名前や味を知る * 手伝ってもらい自分で手を洗おうとする * 食後に歯磨きをする * しっかり噛んで食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事時間は30分を目安にする ・個々の適量を把握し、食べきる喜びを感じられるようにする ・自分で食べられたら“ほめる” ・苦手なものを食べたら“ほめる” ・本や遊具を使用し、食べ物に親しむ ・献立の食材の名前や味を伝える ・手洗いを補助する ・食後にぶくぶくうがいをする ・しっかり噛むように声かけをする
★食と健康人間関係	②食生活に必要な基本的な習慣や態度に関心を持つ	<ul style="list-style-type: none"> * こぼさないように食べる * 自分のものがわかる * もっと欲しい、もういらぬの意思表示ができる * 楽しい雰囲気の中で、一緒に食べる人、調理をする人に関心を持つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・保育士が食べる様子を見せ、手本を見せる ・床に落ちたものは食べないように伝える
★食と文化	③保育士を仲立ちとして、友達とともに食事を勧め、一緒に食べる楽しさを味わう	<ul style="list-style-type: none"> * いただきます・ごちそうさまをする * スプーンやフォークを持って上手に食べる * 食具を持っていない手でお茶碗を支える * 正しい姿勢で食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなそろってあいさつをして食べる ・食事時間や遊びを通して食具の持ち方を知らせる ・遊び食べをせず、前を向いて食べる
★いのちの育ちと食		<ul style="list-style-type: none"> * 旬の食材にふれる * 行事食を通して年間の行事や食文化にふれる * 残さず食べようとする 	<ul style="list-style-type: none"> ・収穫した食材や、給食に使用する食材にふれる ・行事食を食べ、楽しむ
★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 * 落ち着いて食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いて食べられる雰囲気作りをする ・楽しい雰囲気では食べられるように声かけする
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 ・水分補給は水か茶で行なう ●苦手なものが食べられた時は家庭へ知らせ、家庭でも食べてみることを促す ●家族そろって食べることの大切さを伝える 	
自己評価			