

令和6年度食育年間計画表 2歳児

	I期(4・5・6月)	II期(7・8・9月)	III期(10・11・12月)	IV期(1・2・3月)
年間目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活に必要な基本的な習慣や態度に関心を持つ</li> <li>・楽しんで意欲的に食事や間食をとることができるようにし、苦手なものにも自ら挑戦しようとする</li> <li>・食事のしかたが分かり、自分でしようとする</li> </ul>			
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スプーンやフォークを正しく持ち、器を持ち上げて食べる</li> <li>・保育者を仲立ちとして、友達と共に食事を進め一緒に食べる楽しさを味わう</li> <li>・よく遊び、よく眠り、食事を楽しむ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育者との言葉のやりとりを楽しみ、楽しい雰囲気食べる</li> <li>・色々な食べ物から栄養素を摂ることで身体が成長することを知り、食事の大切さに気付いていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい雰囲気の中で、自分でも食事をしようとする気持ちを持たせ、嫌いなものでも少しずつ食べられるようになる</li> <li>・盛り付けられた量を食べられる</li> <li>・食事や作ってくれている人に興味を持つ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育者や友達と思い切り遊ぶことにより、食欲を増進させ食べようとする気持ちが増すよう配慮する</li> <li>・食べ物や作ってくれる人に感謝の気持ちを感じられるようになる</li> </ul>
食の介助	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手指など微細運動の発達よりフォークスプーンが下から握られ三指握りの移行を確認していく</li> <li>・自我の育ちを理解し、自分でしようとする気持ちを受け止めさりげなく援助する</li> <li>・食事時間は30分をめどにする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・言葉をかけたり噛む仕草をして、咀嚼を促す</li> <li>・食具の持ち方、器を持って食べることを知らせる</li> <li>・子どもの個人差を考慮しながら、安定した生活リズムを大切にし、心と体の発達を促す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・箸を使うことに興味を持ち、献立によっては箸を使うことができる</li> <li>・食べる量、速度の個人差を把握しておく</li> <li>・慣れたスプーンやフォークも用意し無理強いないよう、家庭と連携しながら子どもの手に合った箸の持ち方を知らせていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい雰囲気の中で自分で食事をしようとする気持ちを持たせ、嫌いなものでも少しずつ食べられるようにする</li> <li>・箸の使い方には個人差があるので、一人ずつ丁寧に関わり正しい持ち方を知らせる</li> </ul>
マナー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保育者の手助けによって、うがい、手洗いなど身の回りを清潔にし、食生活に必要な活動を自分で行う</li> <li>・歯の大切さを知らせ、歯磨きを行う</li> <li>・落ち着いた雰囲気作りをする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事前に排泄、手洗いを行う習慣をつける</li> <li>・食後の手や口の汚れを自分で拭いていくようにする。拭けていない場合保育者が手伝う</li> <li>・あいさつをして食べる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手洗いを自分でできるように促す</li> <li>・友達や保育者と共感しながら食べる</li> <li>・きれいに食事ができたことを十分に褒め自信に繋げていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・箸を使うことに意欲を持ち、正しい食べ方や三角食べなどが身につくようになる</li> <li>・前を向いて食べさせ、正しい姿勢を伝えていく</li> <li>・感染症が流行る時期なので、規則正しい生活に気をつける</li> </ul>
食欲啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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</li> <li>・ごっこ遊びは本物の容器や用具を用意し、食材は毛糸などを用いて色々なものに見立て使用し楽しむ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・暑さで食欲が落ちる時期なので、さっぱりした献立などを取り入れる</li> <li>・食材の名前を話ながら食べたり、食べた時の音に気づかせて楽しく食事が進むよう促す</li> <li>・水分補給に注意する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜を洗うお手伝いをするなど、食材に触れる機会を作る</li> <li>・屋外の活動などで自然と触れ合う中に季節の移りかわりや食物の育ちなどを知らせる</li> <li>・遊びの中にも箸を取り入れていく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友達や保育者とテーブルを囲んで食事をすすめる雰囲気づくりに配慮する</li> <li>・異年齢の園児と交流して食事をするにより愛情や食の意欲につなげていく</li> </ul>