大野町こども園　令和6年度　1歳児　食育年間計画

目標　・様々な食品に慣れながら自分で意欲的に食べることができる。
　　・保育者や友達と一緒に食事することを楽しむ。

期		4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
ねらい		・お腹が空き食事を喜んで食べる ・心地よい生活を味わい園での食事に慣れる ・「自分で食べたい」という意欲をもつ	・スプーンを使って自分から意欲的に食べようとする ・よく噛んで食べる ・いろいろな食べ物に関心をもつ	・いろいろな食べ物を見る、触る、味わう経験を通して自分から進んで食べる ・食具による食事に移行する	・こぼしながらもスプーンやフォークを使ってひとりで食べる ・様々な食品を食べてみようとする気持ちをもたせる
内容	食の介助	・スプーンが上手に使えない子や食が進まない子は保育者が援助する ・「もぐもぐ」「かみかみ」など言葉がけをして咀嚼を育てる	・食具の持ち方を真似をする ・噛む真似をして噛むことが身につく	・皿を支えて食べることを伝える ・食わず嫌いな子には保育者がおいしそうに食べる真似や言葉がけをする	・食具が正しく使用できているか見る ・食べる意欲を大切にしながら手づかみの場合はさりげなくスプーンやフォークを持たせるように意識させる
	健康	・食事の前後や汚れた時に顔や手を拭いてもらい、きれいになった快さを感じる ・十分にからだを動かし、満足するまで食べる	・手洗いを習慣づけていく ・水分補給をする ・からだをしっかり動かし、お腹がすき、食べる喜びを味わう	・しっかりとからだを動かし空腹感を覚え食事を楽しむ ・自分で手洗いをするようになる	・手洗いが自分でできる ・よく遊び、よく眠り、食事を楽しむ
	人間関係とマナー	・楽しい雰囲気の中で友達と一緒に食べることを喜ぶ ・食事のあいさつを練習する	・食事のあいさつをする ・保育者とのやりとりを楽しみ、楽しい雰囲気の中で食べる	・友達や保育者と共感し食べる楽しさを味わう ・自分のものと他人のものがあることを知る	・あいさつが定着する ・最後まで座って食べられるようになる
	食への意欲	・いろいろな食べ物に関心を持ち、手づかみ、またはスプーンで意欲的に食べることで自分で食べた、という満足感を味わう ・食材に触れる、絵本で食材の名前を知る	・味覚の発達を促し、様々な味を体験する ・食材の名前や食べた時の音に気付かせる	・紙芝居や絵本を通していろいろな食材に親しみをもつ ・食材の名前を覚え、食べ物に関心をもつ	・行事食を味わいながら興味をもつ ・苦手なものが食べられた時は同じテーブルの子どもたちと喜ぶ
配慮事項		・咀嚼しやすいように食品や調理形態に配慮する ・個人の生活リズムを大切にし、心とからだの発達を促す ・自分で食べようとする姿を見守り、食べたら褒めて次回も食べようとする気持ちにする	・子どもの健康状態に応じ、無理強いにならないようにする ・子どもが自ら食べようとする姿を受け止め自立心を尊重する ・遊び食べ、むら食べに注意する	・盛り付けは個人差を考慮し、食べ終わった喜びや満足感を味わえるようにする ・こぼしもあまり口出しせず、スプーンの動かし方や食器の持ち方を一人ひとり応じる ・体調に配慮する	・食べる意欲やマナーについて伝えていく ・意欲的に食べようとする姿を受け止め自立心の芽生えを尊重する ・一緒に噛む真似をして見せ、噛むことの大切さが身につくようにする