

食 育 計 画

潮 保 育 室

★食育の大目標…食を営む力の基礎を培う！楽しくよく食べる元気な子どもに！★

	目標	発達と子どもの姿	ねらい	内容	援助・配慮
0 歳 児	<p>親しい大人との安定したかわりの中で食事し、心地よい生活を送る。</p> <p>適切な援助により食に対する意欲を持つ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・母乳、ミルクを飲む ・ゲップをする ・お腹がすくと泣く ・水分を欲しがる ・授乳時間が一定してくる ・スプーンからスープを飲む ・どろどろ状の食事を食べる ・食事を見るところしそにする ・食器やスプーンに興味をもつ ・哺乳瓶やコップに両手をそえようとしたり持とうとする ・栄養補給の主体がミルクから離乳食へ移行する ・食べ慣れない物に抵抗を示す ・手づかみなどで自分で食べたがる ・離乳食から乳児食へ、乳児食から幼児食へと移行する 	<ul style="list-style-type: none"> ・一人ひとりの子どもの生活のリズムを重視して、食欲、睡眠、排泄などの生理的欲求を満たし、生命の保持と安全を図る ・個人差に応じて授乳を行い、離乳食を進めて、健やかな発育、発達を促す ・離乳を進め、様々な食品に慣れさせながら、乳児食、幼児食への移行を図る 	<ul style="list-style-type: none"> ・授乳は、抱いて微笑みかけ、優しく言葉をかけたりしながら、ゆったりとした気持ちで行う ・ミルク以外の味やスプーンから飲むことに慣れるようにし、一人ひとりの子どもの状態に応じて離乳を開始する ・楽しい雰囲気の中で、喜んで食事できるようにし、次第に乳児食へ、そして幼児食へと移行していく ・食事の前後や汚れた時は、顔や手を拭いて清潔になることの快さを喜ぶようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・授乳や食事は清潔に行えるように配慮し、子どもの個人差や健康状態に十分注意する ・授乳は必ず抱いて、視線を合わせたり話しかけたりしながら行う ・一人ひとりの子どもの哺乳料を考慮して授乳し、哺乳後は必ず排気させ、吐乳を防ぐ ・授乳や離乳食は一人ひとりの子どもの健康状態や食欲に応じて行うとともに、発育・発達状態に応じて食品や調理形態に変化を持たせるなどして進め、適切な時期に完了し、乳児食・幼児食へと移行する ・離乳食においては、咀嚼や嚥下の発達を適切に促せるように、食品や調理形態に配慮し、子どもが自分から食べようとする意欲や行動を大切にしながら適切な援助を行う
1 歳 児	<p>様々な食べ物に関心を持ち、見る、さわる、噛んで味わう。</p> <p>自分で進んで食べようとする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食事を楽しみにする ・手づかみで食べる、自分で食べたがる ・人のものを欲しがる ・好き嫌いが始まる ・乳児食から幼児食へ移行する ・スプーンを自分で使い、口の中でひっくり返す ・指でつまんで食べる ・食事の前に保育者と一緒に手を洗う ・スプーン、フォークを使って自分で食べようとする ・食前食後のあいさつを自分からしようとする ・食事の用意ができるのを待つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・安心できる保育者との関係のもとで、食事・排泄などの活動を通して、自分でしようとする気持ちが芽生える ・楽しい雰囲気の中で、一緒に食べる人に関心をもつ 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい雰囲気の中で、食事や間食が食べられるようにする ・安定した人間関係の中で食事をし、安心して食べる ・スプーン、フォークを使って、ひとりで食べようとする気持ちを持つようにする ・よく遊び、よく眠り、食事を楽しむようにする ・咀嚼を促されながら、よく噛んで食べようとする 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で食べようとする気持ちが持てるよう、話しかけ、楽しい雰囲気を作っていく ・食べ物に興味をもって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 ・一緒に噛むマネをして見せたりし、噛むことの大切さが身につくように配慮する ・自分でやろうとする姿を認め、必要な時には手を添え自分で喜んで食べられるようにする ・食欲や食事の好みに偏りがあられやすい時期なので、一人ひとりに合わせて食べさせるようにする ・色々な食材に接する事ができるように配慮する