

大野町こども園 令和6年度 4歳児 食育年間計画

- 目標 ・友達と楽しく食事をし、様々な食べ物を食べる楽しさを味わい、食の幅を広げる
 ・食事、衛生、健康などの生活に基本的習慣が身につく

期	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月	
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物の名前や料理名を覚え、友達と楽しみながら食事や間食をとる 	<ul style="list-style-type: none"> ・よく噛んで食べようとする ・五感を使って様々な食材を味わう ・楽しく食事をし、食事のマナーを身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事のマナーを守る ・友達と一緒に食に関する活動を行う中で自分でできることを増やす ・食べ物の役割を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・伝統的な食文化に親しみをもつ ・食事を共にする中で愛情や思いやりを深める ・様々な体験を通して食べることへの意欲をもつ 	
内容	健康	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗い、うがいの大切さを知り、衛生面に気を付け自主的に行う ・からだを動かし空腹感を覚え、意欲を持って食事をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・虫歯予防、丈夫な歯を作る話を聞きよく噛むことの大切さや正しい歯の磨き方を知る ・自分の食べられる量がわかる 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事、運動、睡眠することが丈夫な強いからだを作ることを知り、意欲的に活動に取り組む ・季節の変化に応じて健康的な食習慣を身につける 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムを見直す ・食べ物とからだの関係について関心をもつ
	食と文化	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつや姿勢など気持ちよく食事するためのマナーを身につける ・三角食への説明を聞き、実践する 	<ul style="list-style-type: none"> ・食器の正しい配置や箸の持ち方、姿勢についてもう一度見直す 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事マナーを確認しながら学ぶ ・食文化を体験し、郷土への関心や愛情をもつ 	<ul style="list-style-type: none"> ・行事食を知り、食べることによって伝統的な食文化に親しみをもつ ・友達と一緒に楽しく食事する中で自然とマナーが身につく
	命の育ちと食	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な動植物に触れて共感し、命を育む自然に感謝の気持ちをもつ 	<ul style="list-style-type: none"> ・旬の食材を知る ・動植物に触れあうことで命の尊・新しいクラスでの食事の仕方を知り、友達と一緒に 	<ul style="list-style-type: none"> ・動植物の飼育や栽培の手伝いを通して興味や関心をもち、感謝する気持ちを育てる 	<ul style="list-style-type: none"> ・命をいただくことに感謝の気持ちを持ち自分を大切にすることを考える
人間関係	<ul style="list-style-type: none"> ・新しいクラスでの食事の仕方を知り、友達と一緒に食事をする喜びを味わう ・食事の準備から後片付けまでの流れで友達と協力してできる 	<ul style="list-style-type: none"> ・食感、味、においなどを友達、保育者と共感し表現する ・献立内容を知り、食材の名前や料理に興味をもつ 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達と一緒に準備から片付けを行う中で自分でできることを増やす ・思いやり、助け合いの気持ち、人の役に立つことの喜びを感じる 	<ul style="list-style-type: none"> ・共に食事することで思いやりや愛情、助け合いの気持ちを培う ・食育活動で体験したことを自分なりの言葉で表現する 	
配慮	<ul style="list-style-type: none"> ・一人ひとりの心身の状態を把握し子どもの負担にならない言葉かけ、環境づくりに留意する ・なぜあいさつをするのかを教え、感謝の気持ちから「食べ物を大切にすること」を伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・量くなり食欲が減退しやすいため、食事量を個人で加減し食べられるようにする ・食事のマナーを知らせ、楽しく食事をするためにはどうしたらいいのか知らせる 	<ul style="list-style-type: none"> ・食欲旺盛となる時期なので意欲的な食事ができるように働きかける ・食に対する「楽しみ」や「意欲」を育つような活動を取り入れる 	<ul style="list-style-type: none"> ・風邪予防のために、手洗い、うがいの大切さを知らせ、衛生面に気をつけていけるように促す ・苦手な食べ物を少しでも克服しようとする意欲を促し、克服した自信につなげていく 	