

# 幼稚園食育推進計画

梶山女学園食育推進基本指針を踏まえ、幼稚園における食育に関する全体計画・年間計画を次のとおり定める。

## 1 食に関する指導の目標

### (1) 健康を守り育てる「食」

#### ア 規則正しい食

(ア) 生活リズムが整っている（早寝早起き、排便など）

(イ) 朝・昼・夕の3食を規則正しく、進んで、よくかんで食べる

#### イ バランスのとれた食

(ア) 好き嫌いなくバランスよく食べる

(イ) 間食（おやつ）を上手にとる

(ウ) 食べたものが体にどのように働くかを知っている

(エ) 調理に興味がある・簡単な調理ができる

#### ウ 安全な食

(ア) 手洗いなど衛生面に気をつける

### (2) 豊かなところをはぐくむ「食」

#### ア 家族や友だちと楽しくいただく食

(ア) 家族や友だちと一緒に食事を楽しむ

#### イ 正しいマナーでいただく食

(ア) 正しいマナーを実践できる

#### ウ 文化を大切にする食

(ア) いろいろな食べ物があることを知っている

(イ) 旬の食べ物、地元の産物、郷土食、行事食を楽しむ

#### エ 感謝していただく食

(ア) 自然の恵み、命あるものの存在に気づく

(イ) 食べ物や作った人への感謝の気持ちをもっている・食べ物を大切にする

### (3) 環境にやさしい「食」

#### ア 環境と調和した食

(ア) 食べ物を残さずに食べる

(イ) 食材、エネルギー、水を大切にする

## 2 各学年の指導基本方針

別紙①の通り

## 3 各学年の年間指導計画

別紙②の通り

## 食育基本方針

	全体	年少	年中	年長
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活に必要な基本的な習慣や態度を身につける。</li> <li>・食べることを楽しみ、健康的な体作りへのつながりを知る。</li> <li>・収穫の喜び、調理の経験を通して、食べ物への興味・関心を持つ。</li> <li>・食べ物・食材を大切にしようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事に必要な習慣や態度を知る。</li> <li>・いろいろな種類の食べ物や料理を楽しむ。</li> <li>・自分たちで植えた野菜を見たり、生長に気づいたりする。</li> <li>・食べ物を残さず食べようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事に必要な習慣や態度を身につける。</li> <li>・健康と食べ物の関係について関心を持つ。</li> <li>・できるだけ多くの種類の食べ物や料理を味わう。</li> <li>・自分たちで植えた野菜を栽培する手伝いをし、その生長を喜ぶ。</li> <li>・食べ物を残さず食べる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の健康に関心を持ち、様々な食品をバランスよく食べる。</li> <li>・食事に必要なマナーを身につける。</li> <li>・野菜の世話をする楽しさや、収穫の喜びを味わう。</li> <li>・自然の恵みの大切さを知る。</li> <li>・生産者への感謝の気持ちを持って食事を味わう。</li> </ul>
内容		<ul style="list-style-type: none"> <li>・幼稚園における生活のリズムを知る。</li> <li>・食べ物に関心を持ち、スプーン、フォークなどを使って自ら進んで食べる。</li> <li>・手洗い、うがい、食前食後のあいさつなど、食生活に必要な活動を身につける。</li> <li>・自分たちで植えた野菜に興味を持って、栽培の手伝いをする。</li> <li>・収穫したものを教師と一緒に調理し、喜んで味わう。</li> <li>・調理したものや給食を教師や友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食べる。</li> <li>・苦手なものや食べたことのないものを食べてみようとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・規則正しい生活のリズムを身につける。</li> <li>・食べ物は口から食べて消化され、便となって体外へ排泄されることを知る。</li> <li>・手洗い、うがい、食前食後のあいさつなど食生活に必要な活動を進んでする。</li> <li>・箸の正しい扱い方を知り、箸を使って食べる。</li> <li>・自分たちで植えた野菜の世話をし、生長に気づき、喜ぶ。</li> <li>・調理に必要な器具や、その正しい使い方を知る。</li> <li>・食材や食品を大切にし、残さず食べる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品は種類によって体の中での働きに違いがあることを知る。</li> <li>・さまざまな食文化に触れたり、食生活の成り立ちを体験したりする。</li> <li>・食事の際のあいさつや姿勢など、気持ちよく食事をするためのマナーを身につける。</li> <li>・食べたいものをクラスで相談し、その計画に基づいた野菜を栽培して、収穫を喜ぶ。</li> <li>・調理器具や道具の正しい使い方を知り、約束を守って使う。</li> <li>・食材や食品を大切にし、感謝の気持ちを持つ。</li> </ul>
主な活動		別紙③の通り		

年間指導計画表

椋山女学園食育推進基本指針		年少			年中			年長				
		1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期	1学期	2学期	3学期		
健康	規則正しい食	幼稚園における生活のリズムを知る。	健康な生活リズムを身につける。		幼稚園における生活リズムを身につける。	規則正しい生活のリズムを身につける。			規則正しい生活をすすめます。			
						健康な生活に必要な活動をする。			健康に必要な活動を進んで行う。			
		よく噛んで食べる。						自分で食事をしようとする。				
	バランス	苦手なものや食べたことのないものを食べてみようとする。				好き嫌いなく、バランスよく食べる。						
						食べ物は口から食べて消化され、便となって対外へ排出されることを知る。			食品は種類によって体の中での働きの違いがあることを知る。			
	安全	手洗いうがいを自分でしようとする。		手洗いうがいを自分でする。		手洗いうがいを進んでする。	自分の健康に関心を持ち、病気の予防などに必要な活動をする。		病気の予防に必要な活動に気付き進んで行う。			
				調理に必要な器具や、その正しい使い方を知る。			調理器具の正しい使い方を知り、約束を守って使う。					
こころ	楽しくいただく	教師や友達と一緒に食べる雰囲気慣れる。	教師や友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食べる。	教師や友達と一緒に食べることを喜ぶ。				友達と一緒に生活する楽しさや喜びを感じて過ごす。				
		収穫したものを教師と一緒に調理し、味わう。			<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜を育て、食べ物への興味・関心を持つ。</li> <li>野菜を育てることで食べ物への親しみを感じて食べる。</li> <li>自分たちで植えた野菜の世話をし、生長に気づき喜ぶ。</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜を育て調理することで、食べる喜び・楽しさを感じ、食べ物への興味や関心を持ち、自ら進んで食べようとする。</li> <li>食べたいものをクラスで相談し、その計画に基づいた野菜を栽培し収穫を喜ぶ。</li> </ul>				
	マナー	食前食後のあいさつができる。				食前食後のあいさつを進んでする。				食事のあいさつや姿勢など、気持ちよく食事をするためのマナーを身につける。		
		こぼさずに食べようとする。こぼしたら拾う。		こぼさずに食べる。こぼしたら拾う。								
		姿勢良く食べようとする。										
						ご飯とおかずを交代でバランスよく食べようとする。						
	文化	スプーン、フォーク、箸を使って自分で食べる。		箸に興味をもち、箸を使って食べようとする。	箸の正しい扱い方を知り、箸を使って食べようとする。		箸を使って食べる。					
旬の食べ物、行事食を楽しむ。						様々な食文化にふれたり、食生活の成り立ちを体験する。						
感謝						食べ物や作った人に感謝の気持ちを持つ。				食べ物を大切にしたり、感謝の気持ちを持つ。		
							自然の恵みや命あるものの存在に気づく。					
環境	環境	残さず食べようとする。				残さず食べる。						
		身近なものを大切にする。				身近な物や資源を大切にする。						

# 平成 24 年度 年間活動計画

## 年少組

別紙③

	1 学期		2 学期		3 学期	
	野菜	幼児の活動	野菜	幼児の活動	野菜	幼児の活動
畑	さつまいも(6月初め)	・水やりをする	収穫	・収穫をする		・種芋を植える ・水やりをする
プランター	ミニトマト サニーレタス じゃがいも(年中さんから いただいたもの)		きのこ 小松菜 ラディッシュ ブロッコリー	・水やりをする	じゃがいも 収穫 かわいれダイコン(ペット ボトルで作った容器)	・収穫をする
調理	・ミニトマト・レタス (塩をかける) ・コンソメスープ (リーフレタスで) ・焼きポテト (薄く切って焼く)	・調理したものを味 わう	・なめし ・味噌汁(小松菜) ・コーンスープ ・蒸かし芋・雑煮	・調理したものを味わう ・洗う ・混ぜる ・ちぎる	・ラディッシュ(塩かマヨ ネーズをつける) ・シチュー(ブロッコリー) ・味噌汁 ・五平餅(時間があれば) ・恵方巻き	・調理したものを味わう ・洗う ・ちぎる ・つぶす
教材	紙芝居「おにぎりおにぎり」青47 紙芝居「ピーマンとニンジンさん」赤8		紙芝居「おいしいとびらをとんとんとん」 ピンク33		紙芝居「まことくんとおかし」ピンク35 エプロンシアター「おりょうりしましょう」	

# 年中組

	1 学期		2 学期		3 学期	
	野菜	幼児の活動	野菜	幼児の活動	野菜	幼児の活動
畑	さつまいも	<ul style="list-style-type: none"> <li>・収穫をする</li> <li>・苗を植える</li> </ul>	年長園庭に玉ねぎを植える → 収穫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・収穫をする</li> <li>・苗を植える</li> </ul>		
プランター	なす ピーマン ジャがいも (年少からの持ち越し)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水遣りをする</li> <li>・収穫をする</li> </ul>	大根 人参 → 収穫 小松菜 きのこ → 収穫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水遣りをする</li> <li>・収穫をする</li> </ul>	→ 収穫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・収穫をする</li> </ul>
調理	なすの浅漬け サラダ(塩) いもモチ 味噌炒め ピザ 夏: フルーチェ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理したものを味わう</li> <li>・混ぜる</li> <li>・切る(バナナ、豆腐などやわらかいもの)</li> </ul>	おひたし お雑煮 お味噌汁(ぬき菜) ピザ(餃子の皮 or トースト) 茶巾しぼり 焼きうどん さつまいものつるのきんぴら コンソメスープ ケチャップごはん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理したものを味わう</li> <li>・つぶす</li> <li>・切る</li> </ul>	おでん 大根の葉のふりかけ 人参蒸しケーキ 恵方巻き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理したものを味わう</li> <li>・混ぜる</li> <li>・すりおろす</li> <li>・切る</li> </ul>
教材	エプロンシアター「早ね早おき朝ごはん」		絵本「ピーマンマンシリーズ」計4冊 紙芝居「そらまめおいしい！」ピンク34		紙芝居「おうちでレストラン」ピンク36 絵本「たからものはなあに？」青47A	

# 年長組

	1 学期		2 学期		3 学期	
	野菜	幼児の活動	野菜	幼児の活動	野菜	幼児の活動
畑	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タマネギ(年中からの持ち越し)</li> <li>・トマト</li> <li>・すいか</li> <li>・トウモロコシ</li> <li>・大豆</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>種をまく</li> <li>苗を植える</li> <li>収穫する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・にんじん</li> <li>・だいこん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>種をまく</li> <li>苗を植える</li> <li>収穫する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・白菜</li> <li>・にんじん</li> <li>・だいこん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>種をまく</li> <li>苗を植える</li> <li>収穫する</li> </ul>
プランター等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・イチゴ</li> <li>・きゅうり</li> <li>・さつまいも</li> <li>・ピーマン・米</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>種をまく</li> <li>苗を植える</li> <li>収穫する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブロッコリー</li> <li>・小松菜</li> <li>・きのこ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>種をまく</li> <li>苗を植える</li> <li>収穫する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜</li> <li>ラディッシュ</li> <li>サラダ菜</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>種をまく</li> <li>苗を植える</li> <li>収穫する</li> </ul>
調理	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ピザ</li> <li>・サラダ</li> <li>(夏)フルーツポンチ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・切る</li> <li>・混ぜる</li> <li>・炒める</li> <li>・量る</li> <li>・練る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーパーティー</li> <li>・ご飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・サツマイモを使って</li> <li>・おでん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・切る</li> <li>・いためる</li> <li>・混ぜる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シチュー</li> <li>・恵方巻き</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・きな粉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・切る</li> <li>・巻く</li> <li>・つけ分ける</li> <li>・煮る</li> <li>・挽く</li> </ul>
教材	<ul style="list-style-type: none"> <li>絵「ごはんのはなし」青大 17A</li> <li>絵「おいものはなし」青大 17C</li> <li>絵「おまめのはなし」青大 17D</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>エプロンシアター「なんでもたべる元気なまあちゃん」</li> <li>絵「からだのなかはどうなっているの？」青大 27A</li> <li>絵「うんちはどうしてでるの？」青大 27B</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>絵 元気をつくる食育絵本シリーズ 青大 46A～D</li> </ul>	