

# 幼稚園食育基本方針

## 1、ねらい

健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付け、見通しをもって行動する。

## 2、内容

年少組・幼稚園における生活のリズムを知る。

- ・食べ物に興味、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。
- ・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。
- ・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。
- ・収穫したものを教師と一緒に調理し、喜んで味わう。
- ・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。
- ・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。

年中組・規則正しい生活のリズムを身につける。

- ・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。
- ・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。
- ・箸の正しい扱い方を知り、箸を使って食べる。
- ・自分たちで植えた野菜の世話をし、生長に気づき、喜ぶ。
- ・調理に必要な器具や、その正しい使い方を知る。
- ・食材や食品を大切にし、残さず食べる。

年長組・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。

- ・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。
- ・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。
- ・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。
- ・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。
- ・食材や食品を大切にし、感謝の気持ちを持つ。

## 3、指導上の留意点

### ①健康について

- ・健康で規則正しい生活リズムが身につくよう、家庭へ発信していく。
- ・絵本、紙芝居、ペープサートやエプロンシアターなどを使って、健康に興味や関心が持てるようにする。

### ②食事について

- ・飲食前の手洗い、うがい、アルコール消毒を徹底する。
- ・スプーン、フォーク、箸などの正しい扱い方を伝える。
- ・皿の持ち方、姿勢など、正しいマナーを身につけられるよう指導する。
- ・よく噛んで、バランスよく食べられるよう指導する。
- ・楽しい雰囲気の中で、無理のない範囲で、苦手なものを食べられるよう励ます。
- ・「命をいただいている」ことを知らせていく。

- ・食べ物や作った人への感謝の気持ちを持てるようにする。
- ・食事前の挨拶を全学年で統一する。(教)「手を合わせましょう」(子)「いただきます」
- ・食事前の歌は「給食のうた」を1曲歌う。

#### ③栽培について

- ・プランターなどは安全で遊びを妨げないよう、配置に気をつける。
- ・間引き方…残す本数を2～3本に限定し、早めに間引きする。根をいためるため、抜くのではなく、はさみで根元を切る。
- ・夏休みが始まる時点でプランターを空にして土を寝かせておく。

#### ④調理について

- ・十分収穫できなかった野菜は購入して調理し、なるべく計画を達成できるようにする。
- ・調理の際には子どもたちは全員マスクを着用する。教師はエプロン・三角巾・マスクの着用をする。
- ・調理器具の扱いについては、最善の注意を払い、調理を進める。
- ・使用した調理器具はしっかり乾燥させ、衛生的に管理する。
- ・調理の際には清潔に心がけ、手洗い、アルコール消毒、など徹底する。
- ・火気の取り扱いには細心の注意を払い、絶対に火から目を離さない。

# 幼稚園年間活動計画

## 年少組

	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
年少畑	ミニトマト きゅうり (前年度栽培したためプランターにて)	・水やりをする ・収穫をする	キャベツ		→	・収穫する
畑	さつまいも (6月初め)	→	収穫をする	・収穫をする	じゃがいも (年中で収穫)	・種芋を植える ・水やりをする
プランター		・収穫をする	きのこ ラディッシュ 水耕栽培	・水やりをする	→	・収穫をする
子どもの活動内容	・きゅうりの和え物 ・ミニトマト ・コンソメスープ (リーフレタスで)	調理したものを味わう	・焼き芋 ・干し芋	調理したものを味わう ・洗う	・キャベツのお好み焼き ・五平餅	調理したものを味わう ・洗う ・ちぎる ・つぶす ・混ぜる ・成形
教材	紙芝居「おいしいとびらをとんとんとん」		エプロンシアター「はらぺこかいじゅう」 紙芝居「はたけのあじ」		紙芝居「まことくんとおかし」水色 31 食育エプロンシアター「味覚」	
行事食	ちまき (5月)		月見団子 (9月)		恵方巻き (2月) 花見団子 (3月)	

## 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
屋上	さつまいも じゃがいも (年少からの持ち越し)	・ 苗を植える ・ 収穫をする	玉ねぎ	・ 収穫をする		(年長で収穫)
園庭畑	なす 枝豆 ピーマン とうもろこし ※各クラスで2つほど決める	・ 苗を植える ・ 水遣りをする ・ 収穫をする	大根 キャベツ	・ 種を植える ・ 水遣りをする		・ 収穫をする
プランター	トマト (大玉)		にんじん (お盆)			・ 収穫をする
部屋			きのこ	・ 収穫をする		
子どもの活動内容	・ サラダ ・ いもモチ ・ ピザ ・ なすの浅漬け	調理したものを味わう ・ 混ぜる ・ 切る (ピーマン)	・ スイートポテト ・ つるのきんぴら ・ きのこの醤油炒め ・ 菜飯	調理したものを味わう ・ つぶす (さつまいも) ・ 混ぜる	・ 大根料理 (おでん) ・ 人参ホットケーキ ・ お好み焼き	調理したものを味わう ・ 混ぜる ・ ちぎる ・ すりおろす ・ 切る (大根)
教材	エプロンシアター「早ね早おき朝ごはん」 紙芝居「おふくちゃんのおいしいごはん」 絵本「ピーマンマンシリーズ」		紙芝居「はたけのあじ」 紙芝居「くまくんのあさごはんとうぼん」 紙芝居「やさいもぜんぶたべられた！」 紙芝居「おいしいランドのたんけんたい」		紙芝居「おうちでレストラン」ピンク 36 紙芝居「おやおやもったいない！」	
行事食	ちまき (5月)		月見団子 (9月)		恵方巻き (2月) 花見団子 (3月)	

## 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
屋上	玉ねぎ (年中からの持ち越し) さつまいも	・収穫する ・苗を植える		・収穫する		
年長畑	トマト きゅうり とうもろこし スイカ なす ※各クラスで選択する	・種をまく ・苗を植える ・収穫する	きのこと かぶ 大根 キャベツ ブロッコリー	・収穫する ・種をまく ・苗を植える		・収穫する
水田	稲作	・芽出しする ・育苗する		・収穫する		
活動内容	・ピザなど ・サラダなど	・切る ・混ぜる ・炒める	・ご飯 ・スイートポテトなど	・切る ・炒める ・混ぜる ・煮る	・恵方巻き	・巻く ・つけ分ける (挽く)
教材	クラスで育てるものに準じたしぜんの絵本 芝居「はたけのあじ」青大 17C しぜん 1「まめ」(クラスの本棚)	エブロンシアター「なんでもたべる元気なまあちゃん」 絵 元気をつくる食育絵本シリーズ 青大 46A～D紙 絵「からだのなかはどうなっているの？」青大 27A	絵「うんちはどうしてでるの？」青大 27B			
行事食	ちまき (5月)	月見団子 (9月)	恵方巻き (2月) 花見団子 (3月)			