

ぽっかぽか りす



あけましておめでとぅございませ

可愛い笑顔が揃い、2022年新しい年がスタートしました。お正月はご家族で楽しく過ごされた事と思います。早いもので、りす組での生活もあと2か月とちょっとになりました。これまでたくさんのことを経験しながら子どもたちはどんどん成長してきました。残り少ない16人での生活も楽しく過ごしていきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い致します。

食べるのだいすき！

言葉でのやりとりが増えてきて、ご飯の際にも「おいしい！」「これなに？」「にんじん！」など食事にもぎやかです！園では「楽しく食べる」「食事って楽しいね」を大切にしながら、スプーンの持ち方や姿勢、バランスよく食べるなどその子に合った支援をしています。特に気を付けていることについてまとめましたので、どのように食べているのか紹介したいと思います。

🔗 一口量で食べる

子どもたちは一口量をすくうことがまだ難しい場合があります。

そこで保育園での給食では、

- ★大人が一口量を切り分ける。
- ★皿の手前に一口量を寄せてすくいやすいようにする。

子どもが目で見えてわかるよう知らせています。そうすることで、スプーンですくったときにちょうどよい量を知ることができます。

スプーンいっぱいこぼれそうなくらいすくっている時には「多いから、半分にしよう」「お口が苦しくなっちゃうね」など声を掛けるようにしています。口にいっぱい入れることで、のどに詰まらせる危険もあるため給

🔗 食事のマナー、姿勢

園では子どもたちが最後まで食事に集中できるようテーブルと椅子の高さを合わせるため

- ★椅子の下にマットを敷く。
- ★背当てを付けてみる。

というような支援をし、姿勢を確認しながら食べ進められるようにしています。

またスプーンを上握りでしっかりと持って食べられるようグリップをつけています。逆手で持ったり、柄の先端をつまむように持ったりする癖が見られるときには

- ★グリップに印をつけて握る位置を伝える。

子ども自身が自分の目で見て確認できるようにしています。しっかり持つことで口まで安定して食べ物を運ぶことができます。自分で食べられることも増え、以前よりももっと食べる意欲が出ている

楽しいご飯の時間ですが、食べられる量や食べるスピードには個人差があり、また好き嫌いが出てくる時期でもあります。そんな時には子どもと相談しながら食べられる量に調節して見通しがつくようにすることもあります。大人の言った言葉の理解も進み「切ってみよう」「おいしいから一口食べてみようか」「よく噛んでからごっくんしようね」などの声掛けが子どもたちにも伝わり、子どもたち自らやってみようとする姿がたくさん見られます。他にも食事で取り組んでいることがありますので、困っていることなどありましたら担任へいつでもご相談ください！

