

食事からみる子どもの成長～2歳～

2歳になったら
もう一人で食べ



スプーン、フォークを使いながら自分で食べようとしています。食材は大きめにしフォークで切り分けて食べる事を覚えていきます。苦手な食材は保育士と一緒に「一口は食べようね！」と声をかけながら進めていきます。

人参と玉ねぎ
知ってるよ
～!!



4～5月の頃の食育は子ども達が見慣れている人参や玉ねぎ、じゃがいもなどの野菜から始めていきます。繰り返し行うことで「にんじんだ～」と野菜の名前を覚えていきます。食育を行った日の給食はいつものより積極的に食べているように感じます。

僕の苦手なお野菜
が.....



好き嫌いが増え、朝の野菜スティックなどは0、1歳に比べ残すことが多くなってきました。カレーや混ぜご飯でも器用に苦手な食材だけを残す事もあります。友達同士の真似が多くなり一人が「カレーあまい！」というとみんなで「甘い甘い」と繰り返して真似をしています。

スプーンはこうやっ
て持つんだよ！
お家ではお箸も使っ



お箸にむけて上持ちから下持ちに変化していきます。下持ちが上手にできないとスムーズにお箸に移行できないため保育園でも声を掛けて練習していきます。

これはね～じゃが
いもって言うんだ
よ！



食事中に会話をする事も増えてきて「これはじゃがいもだよ！」など教えてくれます。お話に夢中になってしまった時は「時計の針がこままできたらお終だよ」と具体的に教えて時間も意識していきます。お散歩から帰ってきたら手を洗ってイスに座り給食を待つ、など保育園での流れを理解していきます。

僕の足見てみて～
ちゃんと床についでしょ～



「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶を大切に、食事のマナーも教えていきます。足がちゃんと床についているか確認している子どものほうから「見てみて！」と声をかけてくれます。繰り返し教えていくことで子ども達も自然と身についていきます。

今日はクッキーの
型抜きするんだ



好き嫌いが増え、朝の野菜スティックなどは0、1歳に比べ残すことが多くなってきました。カレーや混ぜご飯でも器用に苦手な食材だけを残す事もあります。友達同士の真似が多くなり一人が「カレーあまい！」というとみんなで「甘い甘い」と繰り返して真似をしています。とてもワクワクします。

いただきます～



保育士と食べる時は「一緒だね」と嬉しそうにお話ししながら食べています。「この野菜はシャキシャキして美味しいよ～」と声をかけるといつもより興味を持って食べようとする姿が見られます。

お話が上手になり食事中はお出がけしたことや楽しかった事をたくさん
教えてくれます。お友達の真似をすることも多くなり一人が遊び始めると
みんなで真似をして笑い声が止まらなくなってしまうこともあります。

