

やってみよう！楽しい食事！

R7,07.28
あかねこども園

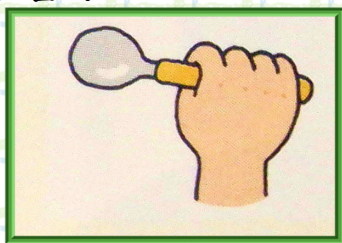
あかねこども園の子どもたちは、毎日元気に体を動かして遊んでいます。たっぷり体を動かし、「お腹が空いて食事の時間が楽しみ」という気持ちや感覚を大切にしています。食事を楽しむために年齢ごとに大切にしている思いや願い、活動などをご紹介します。ご家庭とあかねこども園が一緒に取り組むことで元気な体を作っていけるといいですね。

2, 3 歳児の食事

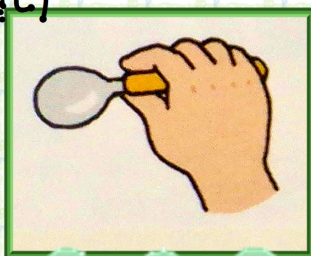
「3歳になったから箸の練習を…」など、食具の使い始める目安を『年齢』で捉えてしまう傾向がありますが、子どもの発達には個人差があります。スプーンの三点持ちがしっかりできるようになったら箸を持つ目安となります。一人一人の心身の発達を見極めながら焦らずに進めるようにしていくといいですよ。

スプーンの持ち方は指先の発達で自然に変わっていきます

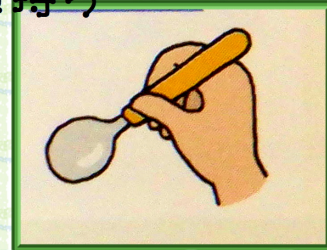
手のひら握り



指握り



三点持ち



スプーンや箸を上手に持てるようにするには、体の発達が追いついていないと難しいです。食事だけでなく生活や遊びの中には指先や手を使う動きがたくさんあります。あかねこども園では遊びの中で楽しみながら指先の発達を促せるようにしているので、指先遊びをいくつか紹介します。ぜひご家庭でも遊んでみてください！

アイクリップ



リモーザ



モザイクステッキ



ラキュー

