

食事からみる子どもの成長～0歳～



5,6カ月になると離乳食が始まり、ポタージュ状のものを1さじずつゆっくり食べていき目をあわせながら「美味しいね」「ごっくんだよ」と声を掛け、食べ物をのみこむ練習をしていきます。
体が安定するまでバスタオルなどをはさみ、子どもの姿勢の負担にならないように配慮します。



食べさせてもらっていた子ども達も自分から顔を前にだして、「ごはんはやくちょうだい」とアピールしています。すこし間があくと「はやくちょうだい～！！」と泣くこともあり「よくモグモグしてね！」と声をかけながら進めていきます。



ごはん
楽しみな
だ

泣いて食べなかった子ども達も少しずつ保育士に慣れ、食事の時間に笑顔が増えてきました。近くで食べているお友達の存在も気になり始め、色々なところを指さしています。



ピンクの
スプーンが

身の回りのスプーンなどに興味を持ち始めます。
子どもが持ちやすいよう軽いスプーンを用意し食具を握る練習をしています。



手指の力もついてくるので、両手で食器を持つことも上手になります。まだ力加減が分からずこぼしてしまう事が多いので保育士がそっと支えて器から飲む練習をしていきます。



指先でも物をつまめるようになりスティックの野菜を手づかみで口に運ぼうとします。自分で食べたい気持ちがふえてくるのでとり皿を用意し「はい、〇〇ちゃんのお皿だよ」と言って渡すと一生懸命食べようとしています。



姿勢もしっかりし、口まで上手に運ぶことができます。好き嫌いがでてくるので指をさして「これ食べたい」、口をとじて「これはいらない!」と自分の意思を保育士に伝えます。今まで食べていたものも食べないことが増えてきました。



1日の生活リズムが整い、保育士が食事の準備をしているとまわりに集まり給食の時間を楽しみにまっています。給食の歌を歌うと体をゆらゆら動かしながら「いただきます」と手をパチパチ鳴らすこともあります。遊び食べも増えてくるのでダラダラと食べるのではなく、時間で区切り無理強いしないことに気を付けます。

毎日少しずつですが出来る事が増えていっています。
初めは子ども達の泣き声が多かった0歳児クラスですが
今では手づかみやスプーンを使って勢いよく食べています。
1歳をすぎると好き嫌いや遊び食べが始まって大変な時期で
は
ありますが焦らず食事の時間を楽しく過ごしてもらえればと思

