

クッキング保育 (アップルポテト作り)

対象年齢:異年齢グループ
(3歳児・4歳児・5歳児)



ねらい:健やかな体・つながる力・学ぶ力

☆意欲を持って楽しく食べる子ども

☆いろいろなことに興味や関心を持ち、やってみようとする子ども

☆相手を思いやり、感謝の気持ちを持つ子ども

- ・自分達で収穫した物を食べる喜びを味わい、食材や作る人への感謝の気持ちを持つ。
- ・身近な野菜や果物を使ってできるメニューを知り味わい、食への関心を高める。

経験する内容

- ・芋ほりをして自分達で収穫したさつまいもを使って調理する。
- ・3歳児→さつまいもやりんごを洗う。
- ・4歳児→さつまいもの皮をピーラーで剥く。
- ・5歳児→りんごやさつまいもを包丁で切り、電気鍋に材料を重ねて入れる。
- ・みんな揃っておいしく食べる。
- ・3歳から5歳のグループで役割を分担しながら、年長児のすることを見て憧れを持ったり、年少児のすることを見守ったりして、一緒に調理することを楽しむ。



子どもの姿

- ・エプロン、三角巾を着け、丁寧に手を洗ってから保育者の話を聞く。
- ・3歳児はさつまいもやりんごを手洗い場で丁寧に洗う。
- ・4歳児は保育者に手を添えてもらいながら、ピーラーを慎重にを使って皮を剥く。
- ・5歳児は猫の手で食材をささえ、真剣な表情で包丁を使って切る。
- ・「先生 良い匂いしてきた」とでき上がりを楽しみに待ち、「おいしい」と喜んで食べる。

環境・援助で気をつけること

- ・衛生面での配慮をする。
家庭で爪を切ってもらう。
エプロン・三角巾を着け、丁寧に手を洗う。
消毒された調理器具を使う。
- ・ピーラーや包丁を使う時の危険性について子ども達に知らせ、安全面に配慮する。
- ・電気鍋が熱くなるので近付かないよう知らせ、子ども達から離れた場所で煮る。

指導例 食育

栄養指導 パネルシアター「元気号」

対象年齢:4歳児、5歳児

ねらい:健やかな体

☆意欲をもって楽しく食べる子ども

- ・食べ物と体の関係に関心を持つ。
- ・食べ物の働きを知り、食品をバランスよく摂ることの大切さを知る。
- ・バランスのよい料理の組み合わせを知る。

経験する内容

- ・パネルシアター「元気号」の食品ボードを媒体として、食べ物の働きと、食べ物が赤（血や肉になる）、黄（熱や力のもとになる）、緑（体の調子を整える）の栄養素に分けることができることを学ぶ。
- ・パネルシアターのいくつかの料理の中から、3つの料理を選び、朝ごはんの献立を作る。選んだ料理を食品ボードに貼り、バランスがとれているかどうか三色栄養の分類を試みみんなで考える。



子どもの姿

- ・パネルシアター「元気号」の食品ボードを見て、興味を持って栄養士の話聞く。
- ・食品の分類の仕方を理解して、「さつまいもは何色に入る?」と聞くと「きいろ」と元気に答える。
- ・料理の組み合わせは実際の食生活が反映されているが、食品を分類する時に「緑がない」「リンゴをいれたらいい」「野菜がいる」など、子どもから声があがり、何が足りないか理解して言うことができる。
- ・食事の時、保育所の食事にも季節の旬のものが入っているか関心を持ち、「残さず食べよう」という声も聞かれる。

環境・援助で気をつけること

- ・子どもが給食の献立と食品ボードに関心を持てるよう、給食室前などに配置する。
- ・その日の昼食の展示食と食品ボードを掲示し、子どもが保護者と一緒に見て、話したり確認したりして関心を持てるようにする。
- ・降園する際に親子で食品ボードに注目している保護者の姿も見られ、「食への関心」が、子ども達だけでなく、保護者にも広がる「きっかけづくり」を提供していく。

(7)【1年生】

大切にすること		知的好奇心を大切に、学び合いの楽しさを伝え、意欲と自信を持って取り組む姿勢を育む。	
発達の特徴 子どもの姿		わかった！できた！やってみよう！ 就学前の経験が、新たな学びにつながる。 話し言葉を文字で表現したり、数の増減を数式で表すことができるようになるなど、具体的思考から抽象的思考への移行期である。 友達と一緒に遊んだり、学んだりすることを楽しいと思うことができる。 友達の立場で考えたり、友達の気持ちを想像できるようになる。	
		内容	環境・援助
保育・教育内容	つながる力 関わる・伝える・感謝・思いやり・折り合い・規範意識・ルール	○周囲の人々に適切なあいさつができ、気持ちよく応じることができる。 ○自分の気持ちや考えを相手に分かるように言葉で表現することができる。 ○クラスや係の一員として当番活動ができる。 ○相手の話を聞いて共感ができる。 ○困っている友達に気が付いて、声をかけたり、助けてあげたりすることができる。 ○友達の良さを見出しながら、クラスの一員としての自覚をもつ。 ○自分の行動を振り返り、善悪の判断ができる。 ○学校やクラスのルールを理解し、守ることができる。 ○学校外の社会的なルールを意識できる。	○自然にあいさつができるように、学校全体で取り組む。 ○「ありがとう」「ごめんなさい」など感謝や謝罪の言葉も表現できるように、場面に応じて伝える。 ○一人一人が役割を果たせるよう給食活動や当番・係活動などの仕事を設定する。 ○互いの気持ちを出し合い、お互いに認め合うことができるように、援助する。
	豊かな心 自尊・自信・環境感受性	○日々の生活の振り返りの中で、友達に認められたり、感謝されたりすることで、自尊感情や自信を持つ。 ○分からないことが理解できたり、課題をやり遂げたりしたときの喜びや達成感を持つ。 ○当番活動などを行うことにより、人の役に立つ喜びを持つことができる。 ○1年間の自分の成長を振り返り、喜ぶことができる。 ○四季の変化や身の周りの環境に対して興味・関心を持つ。 ○動植物を育てる活動を通じ生き物への親しみをもち、命の大切さを感じる。	○日々の学習や行動を振り返り、自分や友達のいいところを認め合う機会をつくる。 ○学校行事での取り組みや発表を通して、達成感や充実感を味わう。 ○動植物の世話をする活動を取り入れる。 ○学校探検・地域探検、遠足など校外学習を取り入れる。 ○1年間の振り返りを行い、自分や友達の成長を喜び合う場をつくる。
	健やかな体 生活習慣・運動	○給食や食育を通じて、献立や栄養に興味や関心を持つことができる。 ○マナーを守って楽しく給食を食べようとする。 ○時間割のある学校生活に慣れ、小学校生活のリズムを身に付ける。 ○家庭学習や学校の学習の準備など自分でできる力を付ける。 ○簡単な決まりや活動を工夫して、様々な運動に楽しく取り組むことができる。 ○休憩時間にも友達と体を動かして楽しんで遊ぶ。	○給食指導や食育の授業に取り組む。 ○小学校生活に必要な習慣を身に付けられるように、家庭と連携する。 ○器具、教具、遊具などを工夫し興味を持って全身運動ができる環境を整える。 ○ルールを守って遊ぶことができるように配慮する。 ○学習時の座位の姿勢についても言葉をかけて、意識できるようにする。
	学ぶ力 興味・関心・探究心・言葉・聞く・話す・遊び・体験・達成感	○興味・関心を持ち、就学前に得た知識や経験を生かして、新たな学びにつなげる。 ○大事なことを落とさないようにしながら、興味を持って聞く。 ○順序を考えながら、相手に分かるように話す。 ○本や文章を楽しんで読む。 ○話し言葉を文字で表現できる楽しさを知る。 ○経験したことを順序よく書く。 ○体験や活動したことを各教科の学習に生かし、また学習したことを生活に生かす。 ○友達と一緒に学ぶ楽しさを共有する。 ○学んだことを振り返り、できた喜びを知る。	○知的好奇心を促し、学ぶことの面白さ、楽しさを伝える。そのために具体物を使ったり、具体的な場面を通して学習できるように、教材・教具を準備したり、場を設定する。 ○経験したことや、考えを発表したり、聞き合ったり、互いに教え合う環境をつくる。
家庭との連携		○家庭でお手伝いをすることは、家族を思いやる優しい気持ちを育て、感謝されることで家族の役に立つことに喜びを感じ、自信となることを伝える。 ○親同士のつながりを持つ大切さを知らせる。 ○新しい環境の学校生活に入る子どもをサポートする方法や悩みを言い合える親同士のつながりを持てるようにする。 ○学校生活の習慣を、学校と協力して1年間かけて確立していく。	

指導例

学校は楽しいよ

ねらい: つながる力・豊かな心

- ☆自分からあいさつをする子ども
- ☆決められたルールを守り、自分達のルールをつくって遊ぶ子ども
- ☆自分が好きと感じ、自分に自身を持つ子ども
- ☆できた喜びを感じる子ども

- ・分からないことが理解できたり、課題をやり遂げたりしたときの喜びや達成感を持つ。
- ・学校やクラスのルールを理解し、守ることができる。
- ・周囲の人々に適切なあいさつができ、気持ちよく応じることができる。
- ・友達と一緒に遊んだり、学んだりすることを楽しいと思うことができる。
- ・今までの幼稚園、保育園生活との違いを知る。

経験する内容

◎学校の中を異学年とともに探検し、学校の様子を知り、決まりなどを学ぶ。

- ・担任の先生から、学校の様子を聞く。
- ・異学年の子どもと名刺交換をする。
- ・グループに分かれる。
- ・グループで、学校を探検する。
- ・どのような教室があるか知る。
- ・あいさつの仕方、廊下の歩き方などを教えてもらう。
- ・回った個所で、カードにスタンプを押してもらう。(スタンプラリー)
- ・出会った人にあいさつをする。

校長室にて

おすすめ
絵本

「おこだでませんように」
くすのきしげのり 石井聖岳 小学館

調理室前にて



子どもの姿

- ・上の学年の子どもとの触れ合いを楽しんでいる。
- ・学校の広さに驚き、初めて見る教室に興味を示す。
- ・決まりをしっかりと覚えて、繰り返して言うなど、守ろうとしている。
- ・スタンプを楽しんで集めることで、学校の様々な場所があることを知ることができる。
- ・はぐれた時は、必ずグループで探して、一緒に行動しようとする姿が見られる。

環境・援助で気をつけること

- ・すべての教室を楽しくできるように、探検カードを用意する。
- ・各ポイントで、必ず職員が配置され、スタンプを押すことや、何らかのトラブルに対応できるようにする。
- ・1年生が安心して異学年と出会えるような配慮を行う。(ここでは名刺交換)
- ・上の学年の子ども達に、1年生のサポートをしっかりとできるように指導しておく。
- ・あいさつの仕方、スタンプを押してもらう時の言い方などを指導しておく。

指導例

ひらがな学習

ねらい：豊かな心・学ぶ力

☆自分が好きと感じ、自分に自信を持つ子ども

☆いろいろなことに興味や関心を持ち、やってみようとする子ども

☆できた喜びを感じる子ども

- ・ わからないことが理解できたり、課題をやり遂げたりしたときの喜びや達成感を持つ。
- ・ 興味関心を持ち、就学前に得た知識や経験を生かして、新たな学びにつなげる。
- ・ 友達と一緒に学ぶ楽しさを共有する。
- ・ 話し言葉を文字で表現できる楽しさを知る。

経験する内容

- ・ えんぴつの持ち方を確かめる。
- ・ 曲線・直線・斜線などの、線の書き方を楽しく学ぶ。
- ・ どんなひらがなを学習するかを知る。
- ・ ひらがなの読み方を確認する。
- ・ ひらがなを書く練習をする。
 - 画数を知る。(色分けをする。)
 - 書き順を知る。
 - 空書きをする。(声を出して画数を確認しながら)
 - 指書きをする。(声を出して画数を確認しながら)
 - 書く位置を確かめる。(左右上下)
 - えんぴつで書く。
- ・ ひらがながつくもので、ひらがなの形を作る。(アルミホイルで「あ」を作るなど)
- ・ 学習するひらがながつく言葉を考えて発表する。
- ・ 出てきた言葉が、いくつの音でできているか、手拍子で確認しながら言ってみる。
- ・ 出てきた言葉をリズムに乗せて歌う。

環境・援助で気をつけること

- ・ 線を書くことに興味を持ちやすい教材の準備をする。
- ・ 筆順を色分けした教材や、チョークの色を分けて、正しい筆順を示すようにする。
- ・ 1マスをもとに4つに区切った小黒板を用意し、書き始めの位置などが分かりやすいようにする。
- ・ 学習するひらがなのつく言葉の絵カードを用意する。
- ・ 間違えても気にしないように、環境づくりをする。
- ・ 様々な活動(書く・作る・歌うなど)を取り入れ、興味を持って学習できるようにする。



保健指導「歯は大切だね!」

子どもの姿

- ・ えんぴつを使って曲線をなぞるなど、楽しんで線を書いている。
- ・ 大きな声で、学習するひらがなを発声する。
- ・ 学習するひらがなのつく言葉を、必死で考えて元気よく発表している。
- ・ 空書きする教師の手の動きに合わせて、声を出して、書き順を確かめながら学ぶ。
- ・ ゆっくりとえんぴつを動かして集中してひらがなを書く。
- ・ ひらがなのつくもので、ひらがなを作る作業を楽しんでいる。
- ・ 次に学ぶひらがなは何で作のかなどの想像を膨らませている。



読書指導「本って楽しいなあ!」

指導例

一学期の体育

ねらい: 健やかな体・豊かな心・つながる力・学ぶ力

☆体を使って思い切り遊ぶ子ども

☆場面に応じて柔軟に体を動かす子ども

☆できた喜びを感じる子ども

☆友達の気持ちに気付き共感する子ども

- ・簡単な決まりや活動を工夫して、様々な運動に楽しく取り組むことができる。
- ・友だちと一緒に遊んだり、学んだりすることを楽しいと思うことができる。
- ・学校やクラスのルールを理解し、守ることができる。
- ・学んだことを振り返り、できた喜びを知る。
- ・困っている友達に気が付いて、声をかけたり、助けてあげたりすることができる。
- ・体育館や運動場などの使い方について知る。
- ・いろいろな遊具や器具の使い方を知り、体を動かす楽しさを知る。



休憩時間「鉄棒大好き!」

経験する内容

- ・遊具を回る。
- ・集合の仕方を学ぶ。(集まる・整列の違い)
 - 運動場で、鉄棒にタッチして集合・整列。
 - 担任のいる場所に移動して集合・整列。
 - 1列の縦隊・横隊の仕方を知る。
 - 2列の縦隊・横隊の仕方を知る。
 - 4列の縦隊・横隊の仕方を知る。
- ・話の聞き方を知る。
 - 体育座りの仕方
- ・準備体操をする。
- ・一人で運動
 - 様々な体勢をつくる。
 - 体ほぐし
- ・ペアで運動
 - 押し合い・引っ張り合い
 - 鬼ごっこ
 - 足じゃんけん
 - 体ほぐし(きゅうりの塩もみなど)
- ・グループで運動する。
 - 押し合い・引っ張り合い
 - 鬼ごっこ
 - 足じゃんけん など
- ・集団ゲーム

子どもの姿

- ・学校の遊具を回り、その大きさや、使い方に興味を持ち、楽しんで体を動かす。
- ・体育館などの、広い空間で楽しんで体を動かす。
- ・集合の仕方を何度も繰り返すうちに、様々な並び方を知り、経験を繰り返すうちに、素早く集合できるようになる。
- ・準備体操では元気よく声を出して、体操できる。
- ・一人運動では、動物の模倣をして動くなど、自分で工夫した動きを見せる。
- ・ペア、集団では、友達と声をかけ合いながら、楽しく運動する姿が見られる。
- ・抵抗なく友達と体を触れ合わせる様子が見られる。
- ・ゲーム等、全力で楽しんで体を動かす様子が見られる。
- ・ゲームなどで、簡単なルールを理解して取り組める。
- ・友達のどんなところが良かったか、発表する。

環境・援助で気をつけること

- ・体操服の着方、しまい方などの指導を徹底しておく。
- ・短い言葉で、分かりやすく指示を出す。
- ・見本をたて、視覚的にルールを理解できるようにする。
- ・短時間で、たくさん運動できる題材を用意する。
- ・運動が苦手な子も楽しめるよう、配慮をする。
 - ゲームの中で、自然とグループ分けができるもの。
 - できなくても構わないという声かけ。
 - 良い声かけができた子をほめる。
- ・安全に運動するためのルール作り、場の設定を行う。
 - 集合の仕方。
 - 走るルートを学ぶ。