

# テーマ：食べる

## テーマを設定する

食事時間に自分で食器を運びながら置く場所を保育者に確認したり、「こっちだよね～」とたずねる様子がある。

## 活動 食器の置き方（食事中）

年齢によっては自分で配膳をおこなっている。自分で食器を並べたりすることで食への興味にもつながる。

## 環境をデザインする

- 準備したもの  
給食見本

## 探究活動を実践する

- 活動内容  
正しい食器の位置を知り、食べ進める

- 子ども達の様子  
子ども達の食事中、食器の置く位置がずれてしまったり、違う置き方で食べ進めていることがある。給食見本を見せると、配膳中に指をさしながら置き方を確認する姿が見られた。0歳児は「ご飯は左だよ」と声をかけながら食器を保育者がかえると、その様子を見つめていた。

## 活動スケジュール

活動内容	時間/回	人数/回
配膳	5分/回	14人/都度
食器の置き方（食事中）	30分	14人/都度



## 振り返りをふまえた気づき

保育者が意識をして子ども達に伝えていくことで、子ども自ら気に掛ける様子もあった。正しい皿の置き方や持ち方など子どもが理解できるように見本を見せ知らせていく。

## テーマ：食べる

### テーマを設定する

ランチをしながら「今日は何の野菜が入っている？」など友だちと食材に関心を持ちながら会話を広げている様子がある。

### 活動 食品成分表

毎月のクッキングや国際食、郷土食メニューを通して、食材に関心を寄せていた。自分たちが日々食べている物で体が作られること、食事の大切さも伝えようと思った。

### 環境をデザインする

#### ●準備したもの

給食見本・栄養素表・食品カード

### 探究活動を実践する

#### ●活動内容

給食を食品成分表で分ける。

#### ●子ども達の様子

ランチを食べている時に「今日は〇〇が入っているね」やクッキングをした友達に「何の野菜を使って作ったの？」など日常から食べ物に関心を持っている様子だった。回数を重ねるごとに料理に入っている食材を細かいところまで考えることが出来ていた。

### 活動スケジュール

活動内容	時間/回	人数/回
食品成分表	30分/1回	2人/1回



### 振り返りをふまえた気づき

続けることによって栄養素を自分たちで分けることが出来るようになってきている。繰り返し実施することでさまざまな食材や調味料に関心が広がっていくため、引き続き成分表の取り組みを実施していく。

## テーマ：食べる

### テーマを設定する

日本各地の郷土料理の違いや年末年始の行事に関心を持っている様子がある。

### 活動 春の七草の紹介

旬の食べ物を知らせることで季節を感じたり、日本の伝統行事への興味にもつながっていく。また七草にはそれぞれ異なる名前や形があるため、実際に触れたり、匂いを嗅いだりすることで、食材への関心につながっていく

### 環境をデザインする

#### ●準備したもの

実物（春の七草）・絵カード

### 探究活動を実践する

#### ●活動内容

春の七草に触れ、実物合わせをする。

#### ●子ども達の様子

おやつメニューが七草粥で「七草ってなに？」と疑問に持つ子がいた。実物と絵カードを使って紹介すると「大根ってずずしろとも言うんだ」と別名に関心を持ったり、草の特徴が分かりにくい実物合わせにも積極的に挑戦していた。

### 活動スケジュール

活動内容	時間/回	人数/回
春の七草の紹介	20分	35人 /1回



### 振り返りをふまえた気づき

いくつもある日本の伝統的なものを提示し、忘れずに伝承していく。また、名称などが現代と昔とで違うことに気が付いているので、行事食にかかわらず、子どもが自身が関心が深まるように環境を準備していく。