

すくわくプログラム

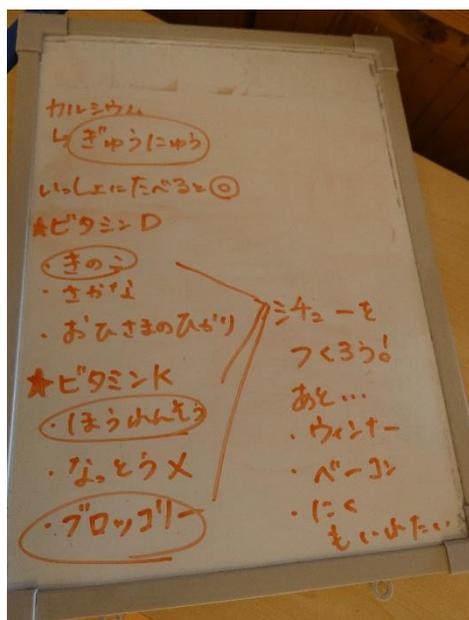
骨を強くするためには？



骨について調べる中で子ども達は様々なことを知りました。経験したことをお伝えします

【僕達、私達も食べたい】

年末の話し合いの際、2つのグループに分かれたことで経験に差が出てきていることに不満を持った子ども達は担当の保育士に対して「あっちのグループはいつも食べてるよ！」と伝えてくれました。骨から連想できるもので実食に繋がるものはないか、と子ども達と話し合いましたが答えは出ず、結論は年明けに持ち越されました。



【シチューを作ろう!】

年明けの話し合いで「骨はカルシウムでできているんだよ。もう骨が折れないようにカルシウム沢山摂ってるんだよ！」と教えてくれる子どもがいました。そこから「カルシウムをたくさん摂る為には何と一緒に食べたら良い？」という話題となりました。結果としてビタミン D を含むきのこ類、ビタミンKを含むブロッコリー・ほうれん草を牛乳と一緒に食べたら最高！という流れからシチュー作りに活動が移っていきました。

【スーパーへお買い物体験】

シチュー作りの材料をせっかくなので市内のスーパーへお買い物に行くことにしました。何を買ってくるのかを子ども達で確認しながら売り場を歩きました。「安いのがいいと思う!」「沢山作れるシチューのルーがいい!」と生活と密接した言葉が出てきながらも子どもらしい感性を見せてくれました。帰り道は「買い物にかかったお金はいくら位だと思う?」「はやく調理がしたいな!」と話ながら帰りました。

【いよいよシチュー作り本番】

買った材料を各担当に分けて作業をしました。ブロッコリー、ほうれん草、しいたけ、ベーコン（野菜ばかりだとシチューっぽくないという理由で入れることにしました。）を手で食べやすい大きさにちぎりました。火を入れている間は、子ども達は元気に園庭で遊び、沢山の日光を浴びて「これで骨が強くなるぞー！夕方も遊ぶぞー！！」と張り切っていました。出来上がったシチューはおやつとして食べ、もう一方のグループにも振舞いました。食べる前に「骨を強くする為にはカルシウム、ビタミンD、ビタミンKが大事だよ！外で沢山遊ぶことも必要だよ！」と情報を共有している姿もありました。

今回のすくわくを通して知識を蓄えることだけでなく、自分で考えることや疑問に思ったことを行動に移す行動力が育まれたように思います。また、自分だけでなく周囲のことも考え、協力する力も更に育まれたように感じました。

すくわくの活動だけでなく、これまでの保育園生活で育んだ力や経験を糧に、益々成長していてもらいたいと願います。



（作成者：藤原 太）