

テーマ

身体～「自然」とつながっているわたしたちのからだ

このテーマの設定理由

保育園の子どもたちは、毎日元気に身体をいっぱい使ってあそび、おいしい給食をおなかいっぱい食べて、ちょっとずつ自分で出来ることが増え、ちょっとずつ身体が大きくなっていきます。それは全てのものの造り主である神さまの恵みです。神さまが作られたものを日々自分の中に取り入れて、身体も心も成長してゆくことに気づき、そのことに喜びを感じている姿を一年間かけて追ってみました。

活動スケジュール・・・2024 年 4 月から 2025 年 3 月（設定日というものはなく、日常の保育の中でいろいろな場面を取り上げています。なかでも食育活動や野菜の栽培、運動あそび、身体計測や健診の場面、などを主なエピソードとして取り上げました。

活動のために準備した素材や道具、環境設定

- 屋内・・・ビーズクッション（室内での粗大運動のため、破けたりへたったりしていたものを新調しました）  
ガラスボウル（食育活動で、食材が見えやすいガラスの透明なボウルを使用しました）  
前面窓ガラスの厨房扉（厨房職員のお仕事がよく見え、食に興味関心が湧く環境にしました）
- 屋外・・・野菜の栽培（きゅうり、おくら、ゴーヤ、豆苗、にんじん、ラディッシュ、ピーズ）  
園庭、アスレチック、神田川遊歩道、三鷹台児童公園、など

活動内容



- ・ゴーヤ、オクラ、胡瓜植え付け
- ・自然物集め
- ・そら豆さやむき、玉ねぎ皮むき
- ・アスレチックで身体を動かす
- ・きゅうり収穫→塩もみきゅうりを作る
- ・ジャングルジムに意欲的
- ・巧技台でジャンプ、かけっこ



- ・歯科健診（歯はなぜあるのか考える）★ →歯医者さんごっこ
- ・野菜スタンプ
- ・とうもろこしの皮むき
- ・豆苗を切って茹でて食べる
- ・おにぎりを握って食べる
- ・プレイマットとヨギボーで身体を動かす
- ・思いきり水あそび、泡あそび





- 厨房扉—ガラス張りに付け替え
- ホットケーキを目の前で焼いてもらって食べる
- サラダをガラスボウルで混ぜて食べる
- キャベツちぎり
- 玉ねぎの皮染め（水から煮だして、染める）
- 収穫感謝礼拝に参加
- 計測で「おおきくなった」と喜ぶ
- よーいどんで走る、綱引きごっこ★



- けんけんぱをしたのしむ
- ご飯の温かさを感じる
- おにぎりを握って食べる
- 焼き野菜サラダをガラスボウルで混ぜて食べる
- 絵本を読んで“骨”に興味をもつ
- 玉ねぎの皮むき、食べて「大きくなった」と喜ぶ
- にらちぢみをホットプレートで焼いて食べる
- ヨギボーでバランスあそび



#### ★歯科健診のエピソード

7月1日歯科健診の前日に、人形を使って“口を大きく開けて診てもらおう”ことを伝えました。健診後には「歯って何ではえるの？」という子どもの疑問をみんなで考えてみました。

おとな：「なんであると思う？」 子ども：「噛むから」

おとな：「赤ちゃんのときはどうだった？」 子ども：「ミルク飲んでた」

おとな：「今はどう？」 「なにで食べてる？」

子ども：「噛めるし、座って食べる」「スプーンで食べるよ」

今は大きくなって自分でできるということを感じていました。



#### ★綱引きごっこのエピソード

友だちと綱引きごっこをしたら、身体がどんどんもっていかれるAくん。「あーなんでー」と何度も悔しそうにつぶやきます。数日後、昼食を食べながらAくんは「これ食べたら、元気もりもりになる！」とごはんを見つめ、大人にも視線を送る。食べることで力が強くなることを伝えると「これ食べて元気もりもりになって、綱引きでBくんに勝てるかな」と力強い口調で言いました。それから、しばらく昼食の時間になると、何度もこの話をし、苦手な食材を食べてみようという気持ちも芽生えていました。このやりとりを見続けていたCくんが、ある日、お皿の中に食事が残っている状態でAくんが「もうごちそうさま」と言ったのを聞いて、「これじゃあ、Bくんに勝てないよ」と一言。そのCくんの言葉に、はっとし、Aくんはもう少し食べてみようとしてスプーンをまた握りました。このような経験がAくんの心と身体を強くしていき、散歩で歩くことや固定遊具などで身体を動かすことへの興味・関心が強くなり、積極的になっていきました。

## ◎振り返りによって得た気づき・・・

年間を通してさまざまな場面に当てはまるテーマでした。健診や計測は、年度のはじめには緊張する子もいたのですが、くり返し体験するうちに、あそびの中で再現され、元気であること、大きくなったことを喜ぶようになりました。野菜を洗う、皮を剥く、サラダを混ぜるなど、子どもたちが実際に食材に触れ、興味を持ったり、味やおいを感じたりする体験となりました。普段はあまり進まないサラダも、自分たちで混ぜると味見してみたくなり、おかわりをする子が増えました。栄養士や調理師とのやりとりも、食育活動を通して盛んになり、ガラス扉になった厨房の中を覗いては職員が何をしているか見えています。「今日のご飯はなんですか？」と聞いていたのが「今日はケーキだね」「焼いているのいい匂い」など、中で何をしているか見えることで具体的な表現になっていきました。ご飯を食べることで大きくなる、お肌がつやつやになる、元気になるなど、おとなとのやりとりから、食事が身体に大きく関わっていることも子ども自身が感じて言葉にするようになっていきました。子どもたちの体験をさらに豊かにするために、厨房の扉をガラス張りにしたり、ガラスボウルを使って見せたり、安心して取り組めるような事前準備が保育者にとっては大事なことだということもわかりました。

子どもが自分の身体や五感を使って体験する機会を大切にしていくと、子どものやってみたい気持ちがふくらむことや、自分たちが大きくなったことを実感し、喜び気持ちにつながることがわかりました。

また子どもが疑問に思った時に一緒に考えたり、たのしいと感じている時に共感したりと、身近なおとなとのやりとりが、子どもの興味関心を伸ばしていくための大切なコミュニケーションであることもわかりました。