

保育所の活動（年長児） ～ その2 ～

クッキング（カレー作り）



玉ねぎの皮をむく



ピーラーでじゃがいもの皮をむく

活動内容
たまねぎ、じゃがいも、人参の皮をむいたり、食べやすい大きさに切ったりする。
先生と一緒に、材料をいためたり、煮たりする経験をする。



材料の切り方の説明を聞く



包丁を使って切る



カレー粉を入れて混ぜる

活動のねらい（食育）

- ・野菜を洗ったり、皮をむいたり、切ったりする活動を通して、食べ物に関心をもつことができる。
- ・自分たちで育てた野菜を使うことによって、食べる意欲につなげることができる。（野菜嫌いの子も）
- ・ピーラーや包丁の使い方を知ることによって、料理に興味をもち、家庭でのお手伝いのきっかけにする。



持ってきたごはんをお皿に入れる。



配膳をして、「いただきます」を待つ。



やったね
完成！！

～ クッキングで身につけていること ～

- ・エプロン・三角巾を手伝ってもらいながら着ける
- ・エプロン・三角巾を自分でたたんでしまう。
- ・野菜（じゃがいも，人参）を洗う。
- ・ピーラーで皮をむく。
- ・包丁で切る。（玉ねぎは切ると，目にしみることを知る）
- ・熱いところに触らないように，鍋のカレーをおたまで混ぜる。
- ・カレーができあがるまで，みんなで50数える。
- ・ごはんをお皿に入れる。
- ・先生の説明を実演を見ながら聞く。
- ・友だちの活動の様子を見てピーラーや包丁の使い方を理解する。



生活する力（食育）（生活習慣）



今の1年生の子どもたちも，クッキングをきっかけに料理のお手伝いをするようになった子が何人もいます。家庭の方にも様子を伝えたり，要望したりすることが容易になります。

包丁を使うのでリスクもありますが，今後できるだけ経験させてやりたいです。

今年の年長の子どもたちは，去年からクッキングの経験をしているので，意外に上手でした。

子どもが好きなカレーということもあって，とても意欲的でした。

もっと食べ物に関心を持ち，嫌いなものでも少しは食べられるように，活動を考えていきたいです。



担任の細川先生