

3歳児 実践事例 いっしょに遊ぼう！げんきッズ～大きなラディッシュごっこ（9）月  
 観点（生活） 視点（健康 ～げんきいっぱい～ 食育）

【遊びの経過】

クラスの菜園活動で、毎日水やりや草取りをして大切に育てたラディッシュを収穫し、給食で味わったことや、食育絵本から始まった「げんきッズあそび」を通して、元気な体や身近な食べ物への興味が少しずつ見られるようになってきた。

【ねらい】

食べ物が元気な体をつくることを知り、身近な食べ物に興味をもつ。

【評価】・歌を歌ったり、げんきッズになりきって体を動かしたりして遊ぶことを楽しみ、進んでいろいろな食べ物を食べようとする気持ちをもつ。

○幼児の様子

★環境の構成

■保育者の援助

★げんきッズのパネルシアターは、見やすいよう高さに配慮する。

○パネルシアターを見ながら、元気な体のもとについて話したり、歌ったりする。



ごはんは何色の仲間かな。【疑問】

ごはんは白なのに、黄色の仲間だって。

【驚き】

黄色のげんきッズは、つよい力がでるよ。【興味】

- 知っている食べ物の名前を言い合うことで、友達と共通のイメージをもち、身近な食べ物への興味や次の活動への期待がもてるようにする。
- 子どもの言葉を受けとめながら、やりとりを進め、子どもたちの「元気になりたい。」という気持ちを高める。

★栄養を意識した、赤、黄、緑のブレスレットを用意しておく。

○げんきッズに変身して、色々な動きをする。



私もスキップしてみよう。【チャレンジ】

げんきッズになって出発しよう。【意欲】【楽しさ】

私は、赤と緑のげんきッズ。元気いっぱいになっちゃった。【意欲】【楽しさ】

- 好きな色のげんきッズのブレスレットを選び、身に付けることで、これから始まる遊びに期待をもち、食べ物への興味（栄養）への興味が広がるようになっていく。
- 自分なりの工夫した動きを引き出せるように、ピアノの音の強弱やリズムに変化をもたせる。
- いろいろな動きを楽しんでいる子どもの姿をまわりにも伝え、挑戦してみようとする気持ちを高める。

○げんきッズの力を合わせて、大きなラディッシュを抜く。

★保育者がラディッシュになり、声をかける。



みんなでひっぱってみよう。【共通の目的】

うんとこしょどっこいしょ。【夢中】

土を掘ったらでてくるよ。【思考】【提案】

- 友達とつながってひっぱるのが難しい子どもには、保育者が手助けをし、一緒に楽しめるようにする。
- 「どうしたら抜けるかな。」と、子どもたちに問いかけ、子どもの発想を受けとめていく。
- 大きなラディッシュが抜けたのは、元気で力がいっぱいあったからだお知らせ、これからはいろいろな食べ物をすすんで食べていこうという意欲につなげていく。

【考察】

パネルシアターを使った歌遊びで、身近な食べ物を栄養素の色別に分類して楽しむ姿が見られた。また、食育絵本で親しんでいる「げんきッズ」のブレスレットをつけたことで、活動への期待が高まり、友達と一緒にいろいろな動きを楽しんだ。今後は、引き続き運動遊びやごっこ遊びの中で「げんきッズあそび」を継続していくとともに、調理員とも連携をとりながら、子どもたちが親しみをもっている「カミカミデー」に登場する「カミカミちゃん」も遊びの中に取り入れていくことで、何でも食べることが元気な体をつくるという視点で、食に関する興味や関心、食事への意欲の向上につなげていきたい。