

まごめby OSAKA ちゃんと食べかへ 優秀賞受賞★★しました!!



～野菜に興味・関心をもつ食育プログラムの実践～

堺市にある幼稚園において、子どもたちが野菜に興味・関心を持ち、その感動を他の人に伝えるとともに、野菜を食べる意欲を育むことを目的に絵本の読み聞かせと連携した食育プログラムを行い、子どもたちの野菜に対する興味・関心の広がりを検討した。食物栄養学科と心理学科の4回生・8名の学生が活動を行った。



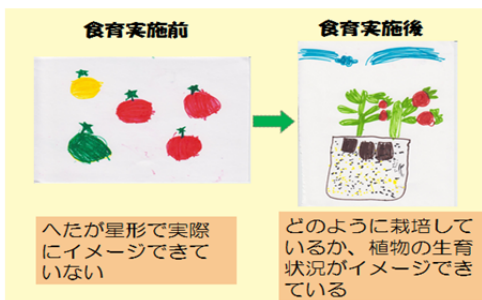
トマトのイメージを探るためにトマトの絵を食育プログラム前後で書いてもらい、イメージの変化を検討。



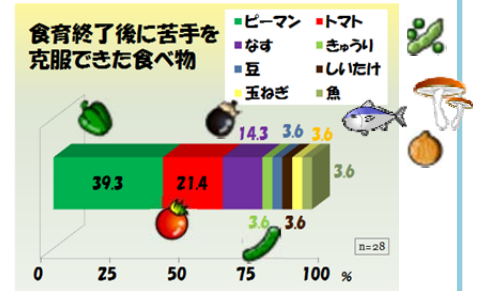
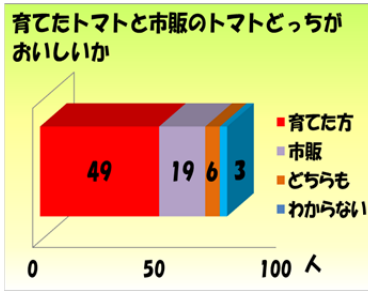
野菜パワーの参加型食育を行い、追体験で野菜の絵本の読み聞かせ、「トマトさんへのお手紙」というお話しづくりを行った。



<プログラム実施後>

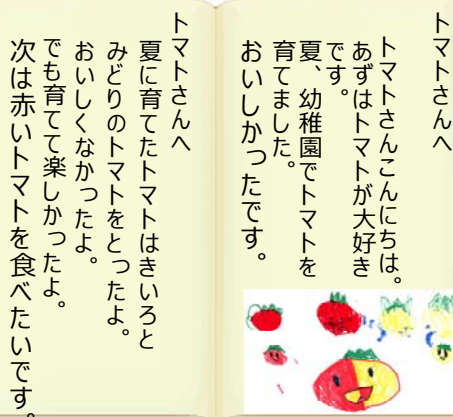


トマトのイメージの変化がわかる。本来の野菜の様子が描かれている。



食育活動で園児が食べ物に興味・関心が広がり、苦手な食べ物を克服。また、栽培活動を通じて、野菜への愛着がみられた。

園児が書いた手紙と絵



4か月間にわたり、毎日の水やりと出来た実の数を数えてシールで記録したり、児が自ら栽培活動をしたことで、栽培活動の楽しさ、大変さを実感し、自分たちで育てたということがしっかりと園児の記憶に納まっていた。作ったトマトはおいしかったりおいしくなかったりという反応も含めて、子どもたちはトマトに出会った様子であった。「水やりは大変だったけれど、育てたトマトは甘かったので、いつか育てたい」といった栽培活動に対する愛着が見られた。

まとめ

- ★ トマトの栽培活動を通じ、野菜への愛着、興味・関心が広がった。
- ★ 食育活動では、野菜の栄養学的側面への理解はおおよそできた。
- ★ 食育後の本の読み聞かせにより、食育への子どもたちの思いを知ることが出来、食育の追体験として絵本の読み聞かせは有効であった。
- ★ 食育プログラム終了後には苦手であった食べ物を克服できたことから、今回の活動は子どもたちへの食べ物への興味・関心を広げたと思われる。
- ★ 子ども自身が体験できる食育プログラムの活動が重要であり、このような食育活動が、幼稚園から小・中学校まで継続的に一貫教育で行えることを期待する。

