

2月12日(木)

3歳つき組 4歳ほし組 5歳はっぴー組

五感を使って、みかんと触れ合おう♪

今日は、幼児3クラス一緒に
みかんのサペレメソッドを行いました♪

サペレメソッドとは…？

サペレメソッド(SAPERE METHOD)とは、
ラテン語で「知る」「味わう」という意味です。

従来の食育活動は、
「これを食べると元気が出るよ」
「これは身体に良い食べ物だよ」
「この絵本に出てきた野菜はね…」などと
大人が働きかけることで
こどもが食材に興味を持てるようにする
『外発的動機付け』という手法でした。

一方、サペレメソッドでは
まず、こどもが食材と触れる機会を提供します♪

自分自身の五感を使い、
「面白い形だな」「いい匂いがするな」と
実際に体験することで、食材への関心が芽生え
こどもが自ら「食べてみたい！」という気持ちになります。
これを『内発的動機付け』といい
欧州諸国で取り組みが進んでいる食育活動です。

引用:一般社団法人味の教室協会 HP より

五感とは…？



視覚…じっくり観察してみよう！なにが見えるかな?
触覚…どんな触り心地？固い？やわらかい？
嗅覚…どんな匂いがする？場所によって匂いは違うかな?
味覚…どんな味がするのかな?
聴覚…食べている時の音は、どんな音かな？

味の教室協会の教材動画をスクリーンに映しながら、
じっくりと「みかん」とのふれあいを楽しみました♪



その1:自分でみかんを選んでみよう



これにする！

んー…
おおきいのがいいなあ

その2:みかんのへたを取ってみよう



とれたー！
へたのしたに
てんてんがあるよ



けっこ
かたいな…



その3:みかんの皮をむいて、何粒あるか数えてみよう



1・2・3・4・5…
10こはいってた！

ぼくのみかんは
なんつぶかな…

その4:匂いを嗅いだり、音を聞きながら、みかんを食べてみよう！

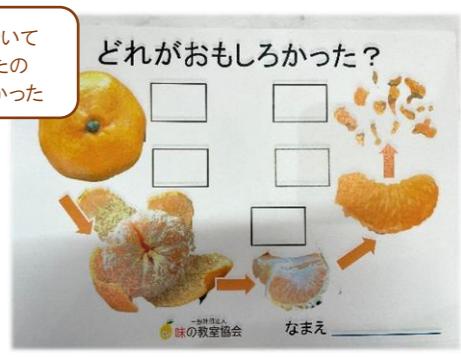


ほんとは、みかん
きらいなんだけど
きょうはたべられた！

みかんのおと
きいてみる

かわむいて
たべたの
たのしかった

その5:サペレメソッドで楽しかったことは？ワークシートにシールを貼ろう



みかんの皮を細かくちぎってから干し、
陳皮づくりにも挑戦しています♪



ほんとうに
たべられるのかな

みかんのかわ
ちぎったら、
「て」がみかんの
においになった！



いつできるのかな…
はやくべてみたい

『陳皮』って、どんな味がするのかな？
みかんっておもしろいね！♪

