

## 【とうきょうすくわくプログラム 活動報告書】

### テーマ「食育 ～人参栽培を通して～」4 歳児

#### ◎テーマの設定理由

毎日の保育活動の中で、生き物や植物に興味を持っている子どもたちの姿が見られている。そのことから、食育活動の一環としてニンジン栽培に取り組み始めたことをきっかけに、栽培に必要な自然環境を知ったり、世話を自ら行ったりすることで食物に関心を持ってほしいと考える。また、収穫した人参を「食べる」という経験を通して、食への関心をより高めてほしいという願いから「食育」をテーマに設定する。

#### ◎活動スケジュール

- ・遊びや活動を通して人参栽培を行う中で、栽培に必要な道具や環境を調べる。
- ・育てた人参を食べる経験をする。

#### ◎探求活動の実践

#### 【5月 人参栽培のきっかけ】

食育の一環として野菜がどこに実るのか、どうやって実るのか、野菜クイズを行う。子どもが「本物見てみたい」と発言したことをきっかけに野菜を育てることになる。早速、何の野菜を育てるのか話し合い、その時にクラスで飼っていたカタツムリの餌に出来るかもしれない、と言う理由で“人参”を育てることに決定する。



#### 【6月 人参の種植え】

「人参が育つためには何が必要だろう？」という疑問から、人参を育てるためには何が必要か話し合い、下記のモノを準備する。

- ①植木鉢 ②土 ③人参の種 ④太陽 ⑤じょうろ(水)



【7月 人参の間引き】

人参の間引きをする。

小さくても人参の匂いがすることを発見し「他のクラスの友だちに知らせたい」と言う子どもたち。

「どうやって知らせるか」という問いに対し、ポスターにて知らせることになる。



全部間引  
いてしま

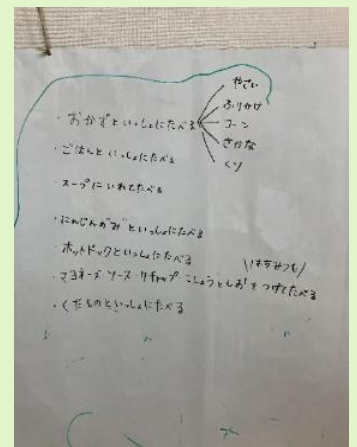
全部間引くと人参が  
育たなくなることを学ぶ。



【9月 人参の葉を食べる】

人参の葉も食べられることを図鑑にて発見する。

食べられそうな葉っぱを相談して自分たちで収穫し、醤油と鰹節をかけて食べる。



「おいしい」「にが  
て」  
「シャキシヤキする」

どうしたら美味しく野菜を食べることが出来るのか、みんな  
で相談し  
色々な調味料を付けて食べる実験を後日行うことになる。  
また、太い茎よりも細い茎の方が食べやすいことに気付く。

### 【10月 人参収穫】

「そろそろいいんじゃない？」という子どもたちの声を聞き、人参を収穫する。実際に抜いてみると、知っている人参の形とは違うことに驚く子どもたち。ボコボコしていたり、細長かったり、まんまるだったり…スーパーで売っている人参は綺麗な形の物を農家の人が選んでいると学ぶ。



土から野菜を抜く

### 【11月 人参を美味しく食べる実験】

人参に合う調味料を予想し、茹でた人参に付けて食べる。

①ソース ②醤油 ③ケチャップ ④塩 ⑤マヨネーズ

→実験シートを作成し「おいしい」「ふつう」「にがて」の中から当てはまる所に○を付ける。



### 【結果】

野菜が苦手な子どもが人参を食べられるように！  
給食を食べる前に人参探しをする  
子どもたちの姿が見られ、食への関心を高めるきっかけにすることが出来た。

「醤油は美味しい、ソースはイマイチ」  
「私はケチャップが好き！」  
友だち同士で意見が違うことにびっくり。



にんじんおいしい！

### 【振り返り】

子どもたちの声をきっかけに始めた人参栽培。人参を育てるため必要な物は何か子どもたちに問いかけることで、自分たちで調べ、考えながら人参栽培を行い、野菜への興味関心を深めるきっかけにすることが出来た。

- ・人参はどうやって大きくなるの？
- ・人参を育てるためには何が必要なの？
- ・育つためには何をしなくてはいけないの？
- ・野菜を美味しく食べるためには何が必要なの？

この他にも沢山の「なぜ」「どうして」に出会い、考えたり、友だちと相談したりする姿がある。

日頃の遊びの中でも当たり前のように沢山考え、多くのことを吸収していると感じた。

今回の”とうきょうすくわくプログラム”を通して子どもたちの世界を覗き、遊びの中からどんなことを学んでいるのか知ることが出来たように感じる。

今後も子どもたちの些細な疑問に注目し、遊びを通して多くのことを学ぶことが出来るように援助していきたい。

# 活動報告書

ソラストお茶の水第二保育園

5歳児クラス たいよう組

## 1. 活動のテーマ

<テーマ> 光の不思議—ブラックライトで見つける「光る色」

<テーマの設定理由>

日常で見ている「色」が、特定の条件下(紫外線下)で変容する現象に対し、5歳児らしい「なぜ?」「どうして?」という知的好奇心を刺激するため。

また、単なる視覚遊びに留めず、「予想・仮説→検証・試行→法則性の発見→共同表現」という科学的探究のプロセスを経験し、可視光線以外の存在を感覚的に捉えるとともに、友だちと感動を分かち合う「協同性の芽生え」を促すことをねらいとした。

<テーマに関する子どもの興味関心、園の特色など>

子どもの姿: 以前、戸外遊びで「虹」を見つけた際、「どうして色があるの?」と光の性質に興味を持つ姿があった。

園の特色: 主体性を大切にしながら、様々なものに興味を持つことが出来る環境を整えている。

---

## 2. 活動スケジュール

1日目(導入): ブラックライトを持って園内を探検。「光る・光らない」の法則性を探る。

2日目(深まり): 蛍光ペンでの自由画。光の強弱(輝度)を比較し、「光る色ランキング」を作る。

3日目(発展): 蛍光絵の具を用いた巨大壁画『光る海』の制作。暗室での没入型鑑賞体験。

---

## 3. 探究活動の実践

<活動の内容・環境構成>

環境設定: カーテンで「暗闇」を意図的に作り、日常と非日常の境界を演出する。

素材・道具: ブラックライト(安全性を考慮した LED タイプ)、蛍光素材(ペン、絵の具)、比較対象としての非蛍光素材(ポスターカラー、クレヨン、通常の紙、模造紙)

### <ねらい>

- ・身近な環境の中で「光る・光らない」という性質の違いに気付き、興味を深める。
- ・自分の気付きをもとに試したり確かめたりしながら、探究する楽しさを味わう。
- ・友だちと協力しながら表現活動や探索活動に取り組む中で、達成感や喜びを共有する。

---

### 【1日目】

#### 〈ブラックライト探索〉

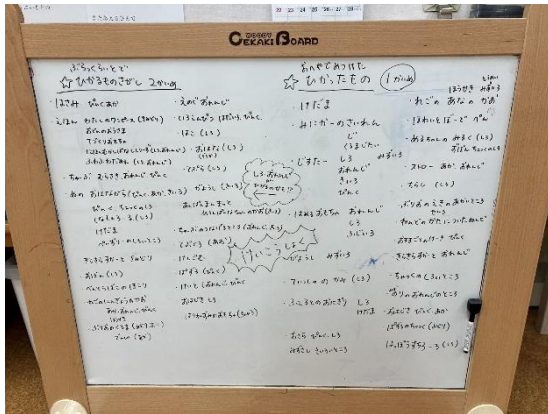
ブラックライトを手にした子どもたちは、保育室の壁や自分の服、爪など、気になったものを次々に照らしながら、「光るもの」「光らないもの」の違いに興味をもって探索を広げていった。ある子が「先生の靴下、光ってる！」と気づいたり、別の子が「僕のシャツは暗いまま。どうして？」と不思議さを言葉にしたりするなど、光り方の違いへの関心が深まっていった。

保育者はすぐに答えを示すのではなく、「本当だね。何が違うのかな？」「光るものだけ集めてみよう」と声をかけ、子どもたちが自分たちで比較したり分類したりできるように声を掛けた。活動が進む中で、子どもたちは「同じ色なのに、こっちは光る！」「オレンジがよく光る！」など色への注目を深め、オレンジ・白・黄緑・水色といった色が光りやすいことを自ら発見していった。

その気づきをもとに、再び保育室内を探索し、「この色はどうかな？」と試しながら発見を共有する姿も見られた。

結果を持ち寄る中で、子どもたちは共通点を見つけ、「蛍光色って光りやすいんだ！」という発見を得ていた。探索・比較・分類を通して、自分たちの気づきから学びを深める姿が印象的だった。

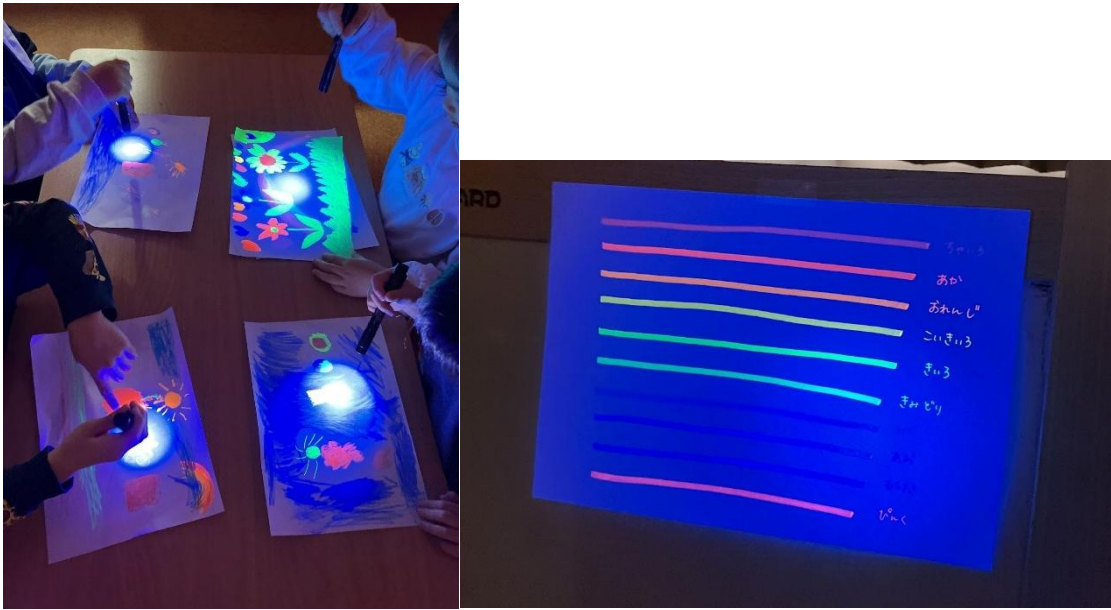




## 【2日目】

### 〈蛍光ペンでの描画〉

前回の探索活動で“蛍光色は光りやすい”という気づきを得た子どもたちは、「蛍光ペンも光るのかな？」と、自分たちの経験を結びつけて新しい興味を広げていった。そこでこの日は、蛍光ペンで自由に絵を描き、ブラックライトを当てて鑑賞する活動を行った。画用紙に線や模様を描き、ライトを当てると浮かび上がる色の明るさに驚き、「もっと描きたい！」「この色が一番光る！」と、発見を楽しみながら活動が進んでいった。描き比べていく中で、子どもたちは蛍光ペンの中にも光り方が強いものと弱いものがあることに注目し始めた。「黄色がいちばんまぶしい！」「青は光るけど少し暗いね」と、色ごとの輝度の違いを自然と比較しながら観察する姿が見られた。そこで保育者は、子どもたちが感じた違いをさらに深められるよう、描いた線を比べて「ランキングにしてみよう」という提案を行い、子どもたち自身が“比較・分析する視点”をもてるようにした。子どもたちは光り方を一つずつ見比べながら意見を出し合い、最終的に「1位は黄色だ！」と、結果を喜びながら共有した。自分たちの気づきが形になったことで、活動への満足感や達成感も深まっていた。



### 【3日目】

#### 〈蛍光絵の具での共同制作〉

3日目は、子どもたちが話し合っで決めたテーマ「海」をもとに、蛍光絵の具を使って大きな模造紙に共同制作を行った。

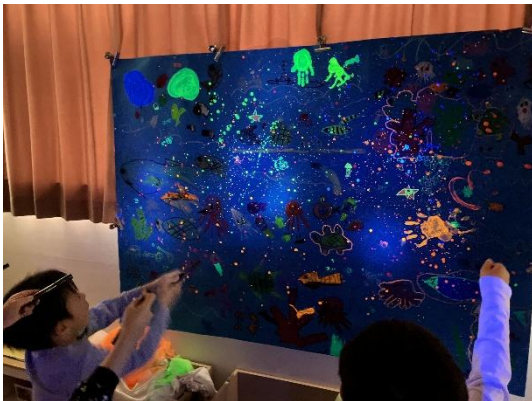
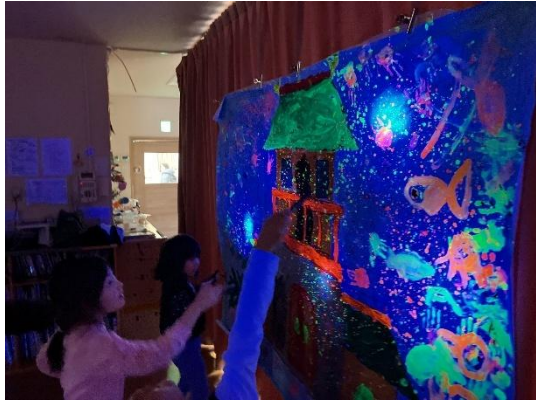
筆で塗ったり、絵の具を飛ばしたりしながら、「ここは波にしよう！」「クラゲをつくりたい！」と、友だちと相談しながら表現を広げる姿が見られた。

製作後は、完成した大きな“光る海”を壁に貼り、部屋を暗くしてブラックライトを当てる「光る部屋」をつくった。保育者は、電気を消す前に「どんなふうに見えるかな？」と期待が高まる声かけを行い、子どもたちはワクワクした表情でその瞬間を待っていた。

部屋が暗くなると、作品が浮かび上がるように光り、「暗くすると、本当に海の中にいるみたい」「みんなで描いたクラゲが泳いでるよ！」と、驚きや喜びの声が次々にあがった。

子どもたちは光って見える部分を指さしながら、「ここがすごく光ってる！」「波のところが明るいよ！」と発見を共有し合い、作品の中を歩き回りながら鑑賞を楽しんだ。自分たちの表現が光の中で新しい姿を見せたことで、達成感や共同制作の喜びがいっそう深まっていた。

保育者は、光の演出を通して子どもたちの期待感を高めつつ、「どこが光っている？」「どうしてここは明るいのかな？」と興味の広がる声掛けを行い、作品の鑑賞をじっくり楽しむようにした。





---

### 3. まとめ・振り返り

・科学的気づきの深まり：子どもたちは単に「綺麗」と感じるだけでなく、「同じピンクでも、このペンは光るけどこのクレヨンが光らない」という素材の特性(蛍光剤の有無)を、実体験として理解していった。これは「目に見えるものだけが全てではない」という抽象的な科学概念への第一歩だと感じた。

・学びの連続性：活動後、子どもたちが戸外で「これは光る色かな？」と花の色を観察したり、家庭で洗剤のパッケージの蛍光色を見つけて報告してくれたり、園での探究が生活の中の科学へと繋がっていく様子が見られた。

・主体性と共同性：「光る部屋」という魅力的な環境設定が、普段控えめな子の発言や、友だち同士の「こっちを照らして！」という協力関係を自然に引き出していた。保育者として、環境(道具と空間)が子どもの思考をいかに豊かにさせるかを再認識する機会となった。

---

# とうきょうすくわく プログラム

ソラストお茶の水第二保育園 2歳児・こころ組

---

# テーマ：自然

## テーマを選んだ理由

日々の生活や散歩の中で、花壇の花をじっと見つめたり、触れたりしようとする姿がありました。また、散歩先でも葉っぱや木の実を拾い「これなに？」「かわいい」など興味を持っています。身近な自然物に自ら関わろうとする姿が育ってきており、その興味関心を広げていきたいと考えた為、自然をテーマにしました。

# 問いを考える①



みてみて！何かあるよ

これ、なあに？



パンジーっていうお花だよ

どうして、いろいろないろがあるの？

これはかたちがちがうよ



## 問いを考える②



大きな葉っぱがあるよ

みどりいろのはっぱかわいい

きいろのもようがある

わたしの”て”よりもおおきい

# 環境をデザインする

---



散歩先で集めた葉っぱや、花びら、木の實を持ち帰れるようにカバンを作る。

---

# 探求活動を実践する



## 探索活動

- ✎ 色々な花があることを知る。
- ✎ 季節によって咲く花が変わることに気づく。
- ✎ 指で優しく触れる中で、真ん中には黄色い雄しべがあることに気づく

ピンクいろいろのおはなかわいい

# 探求活動を実践する



## 落ち葉集め

- ✎ 夏は緑色の葉っぱ、秋は黄色の葉っぱになることに気づく。
- ✎ 顔よりも大きい葉っぱがある。
- ✎ 落ち葉を踏んでみると、カサカサと音が出ることに気づく。

みどりいろがきいろにかわったよ。  
あかいはっぱも ちゃいろいはっぱもある

# 探求活動を実践する



## 落ち葉製作

はっぱをかざりたい！

- ✎ 落ち葉製作の中で、葉脈に気づく。
- ✎ どうして葉っぱの色が違うの？という疑問が生まれる。

なんかはっぱにせんろ（葉脈）みたいなのがあるよ

# 探求活動を実践する



## 松ぼっくりで遊ぶ

- ✎ 松ぼっくりを転がして遊ぶ。
- ✎ 松ぼっくりに刺があることに気づく。
- ✎ 水に濡れると、萎むことに気づく。

ちくちくしてる

# 探求活動を実践する



## どんぐりで遊ぶ

- 色々な形のどんぐりがあることに気づく
- コップに入れて遊ぶ中で、音が鳴ることに気づく。
- マラカス作りをして、楽器遊びをする。

あかちゃんどんぐりと、パパどんぐりとママどんぐりを  
いれようかな

## 振り返り

---

- ✎ 保育者の声掛けをきっかけに、「季節ごとによって咲く花が変わること」「葉の色が変わること」に気づく姿があった。
  - ✎ 花壇に咲く花に興味を持ち、抜いてしまいそうな姿があったが、「がんばって大きくなってね」と声をかけ優しく触れるようになった。
  - ✎ 触覚、嗅覚、視覚を使って自然との関わりを楽しむようになった。
  - ✎ 季節ならではの自然物を子どもたち自信が遊びの中に取り入れるようになり、遊びが広がるようになった。
  - ✎ 「どんぐりあつめしたい」「はっぱをひろってあそびたい」と主体的に遊ぶようになった。
-



とうきょう  
すくわく  
プログラム

ソラストお茶の水 第二保育園 ☺ 1歳児めばえ組

# 目次



1. 活動の  
テーマ



2. 活動  
スケジュール



3. 探究活動の  
実践

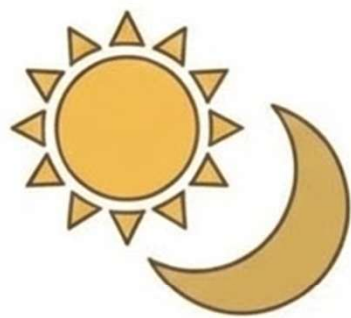


4. 振り返り

# 1. 活動テーマ

〈テーマ〉

## 光・影



〈テーマの設定理由〉

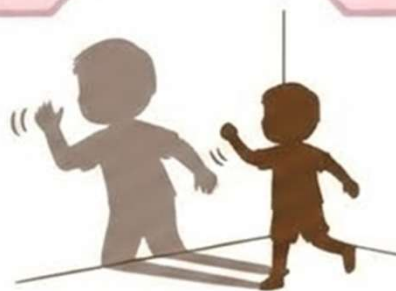
普段の保育の中で、保育室の中に差し込む光や、水遊びの時に反射する光、散歩時に映る自分の影などに興味を示す姿が多く見られていたことから、光をテーマとしました。



## 2. 活動スケジュール



光と水の関係性を探る。



影遊びを通して、身体  
の動きに合わせて影が  
動く様子を体験。



懐中電灯を使い、様々な  
素材を壁に映したり、窓  
にカラーセロハンを貼  
り、色の変化を楽しむ。

### 3. 探究活動の実践

#### 〈準備物〉



懐中電灯



プラスチック製の  
コップや容器



水



カラーセロハン

7～9月の水遊びでは、懐中電灯に照らされてキラキラと揺れる水を見つめ、不思議そうな表情を浮かべたり、笑顔を見せたりする姿が見られました。

水をすくったり流したりする中で、光の当たり方によって見え方が変わることに気づき、じっと見つめたり、何度度も同じ動きを繰り返したりする様子がありました。

水遊びを通して、光に対する関心がより深まっていきました。

#### 〈活動の様子と気づき〉



## 影遊び：身体と光との関係を体感

その後、子どもたちが身体を動かして遊ぶことに楽しさを感じ始めてきた時期に、影遊びを取り入れました。動く保育者の影を追いかけてたり、影を踏んだりする中で、自分の体を動かすと影も動くことに気づき、繰り返し身体を動かして、影を追いかける姿が見られました。影の存在を身近に感じながら、身体と光との関係を体感していました。

- ・動く保育者の影を追いかけてたり、影を踏んだりする中で、自分の体を動かすと影も動くことに気づき、繰り返し身体を動かして、影を追いかける姿が見られました。
- ・影の存在を身近に感じながら、身体と光との関係を体感していました。



# 光と影の探究活動（2月）



## 懐中電灯とカラーセロハンの発見

室内を暗くし、懐中電灯で様々な素材を壁に映す中で、物体を動かすと形が変わる様子や、カラーセロハンを通した色がそのまま映ることに気づき、喜ぶ姿が見られました。



## 主体的な影作りと光の遊び

子ども自身が懐中電灯を持ち、手をかざして影を作ったり、友だちや物に光を当てたりするなど、主体的に試そうとする姿が多く見られました。



## 保育者の関わりと言語化

保育者は、子どもの気づきや発見を受け止め、「光が動いたね」「影を追いかけるの楽しいね」「色が残ってきれいだね」などと声を掛け、体験を言葉にして共有することを大切にしました。



## 4. 振り返り



光や影は、日常の中に自然に存在する身近なものであり、特別な照明をしなくても、環境を整えることで子どもたちの興味や探求心を引き出せることを実感しました。

子どもたちは、光の見え方や影の動きに気づくと、同じ行動を何度も繰り返しながら確かめる姿を見せており、その繰り返しが学びに繋がっていると感じました。



また、保育者が答えを示すのではなく、子どもの気づきに共感し、言葉を添えることで、子どもたちの主体的な関わりが深まっていきました。

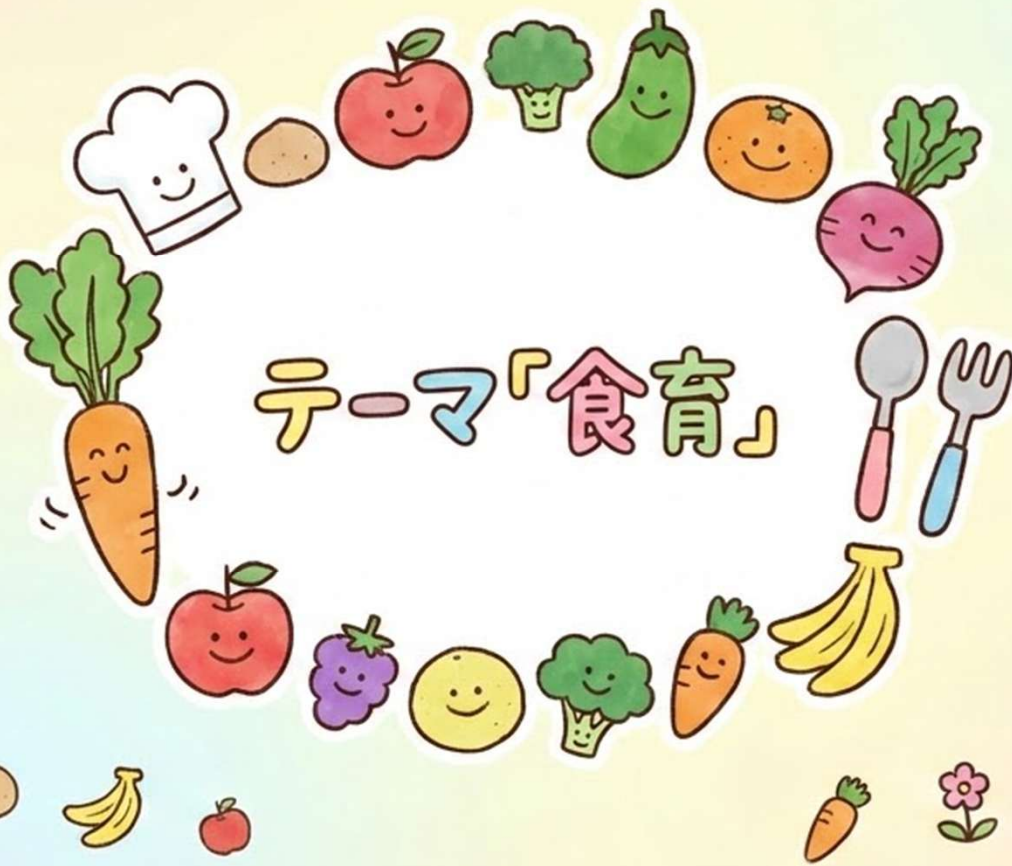
今後も、子どもの「不思議だな。」  
「やってみたいな。」という思いを大切にしながら、身近な環境を活かした探究的な活動を継続していきたいです。

とうきょう とうきょう すくわくプログラム活動報告書の報告書

園名

ソラストお茶の水第二保育園

テーマ「食育」





## <テーマの設定理由>

日頃から食べるのが大好きな子どもたち。  
食事は私たちにとって生きるために欠かせないことであり、とても重要なものである。  
様々な種類の野菜に直接触れたり、臭いを嗅ぎ、観察をしたりと様々な経験を積み上げていくことで食への探究をさらに深めていきたいと思い、「食育」をテーマに設定する。

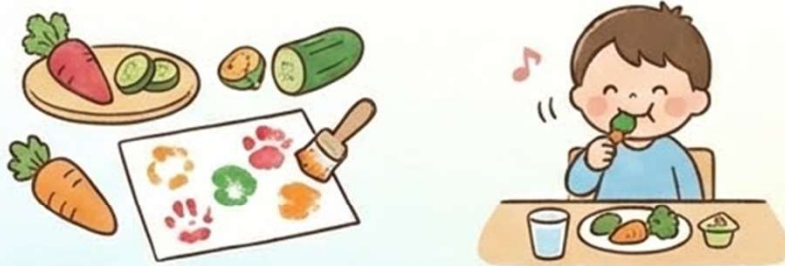


## 2. 活動スケジュール

### ◎9月までの取り組み



- 4歳児のにんじん栽培に興味を持ち、一緒に観察を行ったり、水やりを行ったりする。



- 野菜スタンプを行い、楽しく野菜に触れ、その後の給食で、野菜に挑戦する力を育む。

### ◎もやしの活動



- ◎もやしの種の観察

- ◎もやしの栽培方法を知る。(実際にもやしの栽培を行う。)

- ◎育てたもやしに触れ、匂いや感触を楽しむ。



- ◎様々なもやしの種類を知る。

- ◎様々なもやしを育ててみる。

- ◎様々なもやしの観察を行う。

# 3. 探究活動の実践

## ◎4歳児のにんじん栽培を見る。



◎4歳児のにんじん栽培を見る。

- ・4歳児がにんじん栽培を行っている。「何しているの?」「やりたい。」と興味を持ち、一緒に参加する。
- ・にんじんが育っていく様子に驚き、栽培に興味や関心が見られる。



## ◎野菜スタンプ



- ・楽しく野菜に触れ、その後の給食で、野菜に挑戦する力を育む。
- ・匂いを嗅いで「野菜の匂いがある。」と言ったり、絵の具を付けることを楽しんだり、それぞれ野菜に触れる。



## ◎野菜スタンプ



# ◎もやしの種の観察

## 背景と目的

- 野菜が苦手な子どもが多かった。
- 特にもやしに関して、「絶対食べない！」と言う子どもの姿も見られていた。
- 野菜に対する苦手意識を少しでも少なくするために、野菜の観察をしようとする。

## 活動と反応

- 皆でもやしの種に触れてみる。  
→もやしの種が想像していた物と異なっていたようで驚く姿が見られた。  
(もっと長くて柔らかい物だと思っていた)



「硬い。」

「小さい。」

「黒い。」

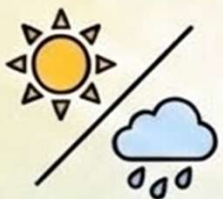


今後の展開 ⇒そのままもやしの種を植えて育ててみよう

## ◎もやしの栽培方法を知る。🌱



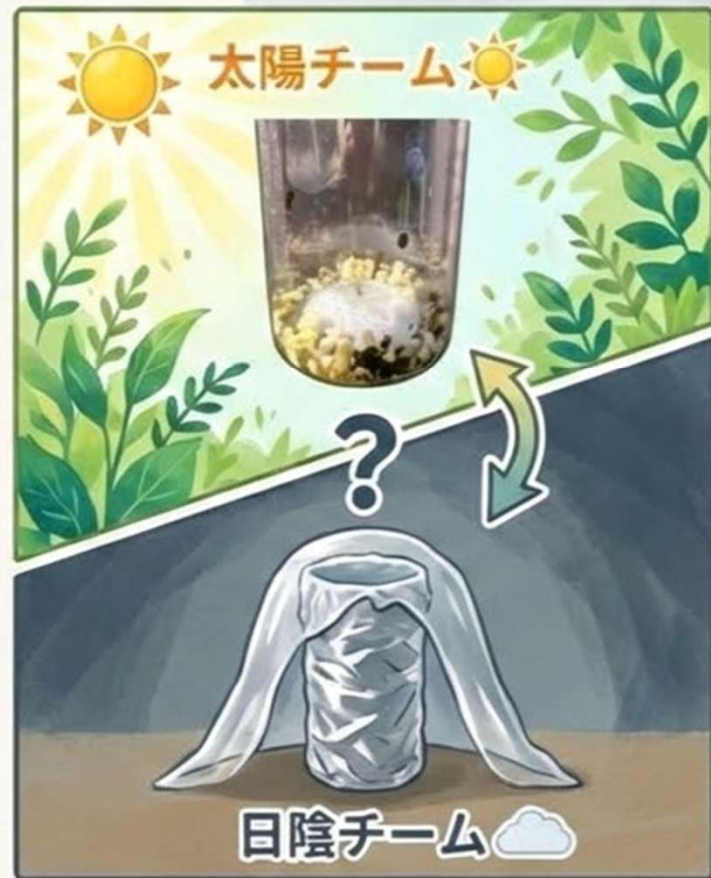
- 太陽を浴びたほうが育つのか、日陰で暗い中育てるほうが育つのか、子どもたちと考える。



- 太陽チーム☀️と日陰チーム☁️に分かれてそれぞれ栽培していく。



- 光と日陰、どっちが大きくなるかなとそれぞれ考え、育つと思うもやしに水やりを行う。



# 【1週間後】

- 日なたのもやしと日陰のもやしで大きな差が出て、日陰のもやしが大きく生長した。
- 子どもたちは、二つのもやしの成長の違いにとっても驚いていた。また、実際に食べているもやしの形に生長したことにも驚いていた。



◎育てたもやしに触れ、匂いや感触を楽しむ。

# ◎育てたもやしに触れ、匂いや感触を楽しむ。

## 観察・発見



- ・触ったり、匂いを嗅いだりと、もやしの観察をする。
- ・「もやしの匂いがする」「ちょっと臭い」とそれぞれ感想を話していた。
- ・「食べたい。」という声も聞こえてきた。



- ・感想を話していた。
- ・「食べたい。」という声も聞こえてた。

⇒「いっぱいあるね」の声から何個のもやしを育てることができたのか、数えてみようと考え。

次の活動へ



# ◎再度もやしを育てる🌱

## ●結果・考察



再度もやしの種を容器に入れ、育てた。



すると今回は、もやしは育たず、腐ってしまう。



⇒子どもたちとどうして育たなかったか、考える。

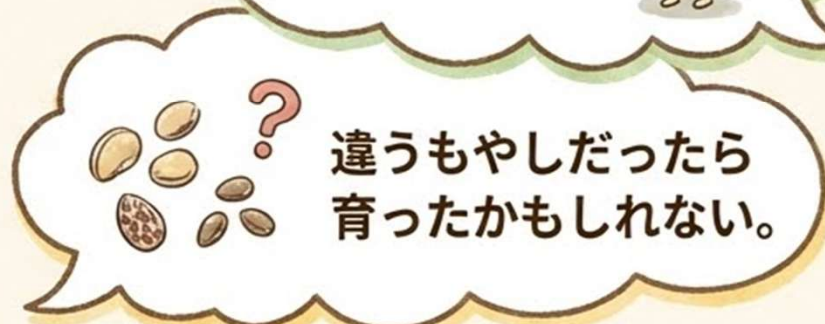
## 【子どもたちから出た意見】



水をあげなかった。



もやしが元気なかった。



違うもやしだったら育ったかもしれない。

## Q 違うもやしって何だろう? ⇒ 様々なもやしの種を育ててみよう。

### ◎ 様々なもやしの種類を知る。

- ・写真等を用いて、様々なもやしの種類を知る。
- ・「育ててみたい」という子どもたちの声から、様々なもやしを育ててみることにする。

### ◎ 様々なもやしを育ててみる。

左: 黒豆もやし



中央: 緑豆もやし




右: 子大豆もやし



- ・子どもたちからは「納豆みたい」「この色が良い」とそれぞれ種を観察し、水やりを定期的に行う。

## ◎様々なもやしの観察を行う。



- それぞれの豆に触れながら、  
「種の色は違うけど、もやしの色は同じだね。」
- 「味も同じなのかな。」  ?
- 「納豆もやし(子大豆もやし)が一番大きくなったね」  
とそれぞれ友だち同士感想を言い合う。

子大豆もやし

- 子どもたちは、もやしの育つスピードが ?  
異なること、また味に違いがあるのか、  
という点で問いが出ていた。



## 4. 振り返り

<振り返りによって得た保育者の気づき>



### 主体的な探究活動

正解を知ることよりも、感じたことをそのまま表現することを大切に。身近な「もやし」を通して、自ら「見たい」「触りたい」という気持ちを引き出した。



### 成長への関心

短期間での生長が、子どもたちの興味や驚きを喚起。毎日観察し、昨日との違いを感じ取ろうとする姿が、成長への関心につながった。



### 違いの発見と表現

種類を増やすことで、違いを感じ取る経験に。感じたことを言葉や表情で表現する姿が増加した。



### 友だちとの関わり

友だちの声を聞いて真似や共感をする姿が見られ、活動を通してやり取りの広がりが感じられた。



今後も子ども同士のやり取りを見守り、考えを深める関わりを意識していきたい。