

ウガスポ通信 VOL.3

平成31年3月15日

第一幼稚園

運動分野を担当していますオディン理沙です。

あっという間に3月になりました。時の流れの早さに驚いています。

驚いたといえば、この1年間運動や遊びを通して、こどものやる気、底知れぬ体力、ユニークな発想にも驚かされました。

年長さんは4月から小学生、「まずやってみよう！」その心を忘れずに何事にも前向きにチャレンジしてください！応援しています。

今回は、3学期に取り組んだ運動の中から拍遊び&グローバルキッズデーについて紹介します！



運動活動

「拍遊び」



年中の運動の時間に「拍遊び」を行いました。

拍遊びとは、遊びを通してマーチングの際に重要となる7拍のリズム（ポイント間を7歩で進む）をこども自身が考え、身につけるものです。7歩しか歩けない「7歩オニ」や、ポイント間を広くしたバージョン、狭くしたバージョンでこどもたちに歩幅の検証をしてもらい、気づきを発表してもらいました。ポイント間の距離が変わっても、拍をとり7歩で進めるようになってきました。この拍遊びは集中力、空間認知力、調整力、リズム感などが養われます。ぜひ、お子様と一緒にご家庭で挑戦してみてください。

次のポイントは、
少し遠いから、歩幅は…？
少し広くしてみよう！



声に出してカウントを
取ると分かりやすい！



ピッタリ！
7歩で進めた



国際理解・異文化理解活動

「グローバルキッズデー」



現在、第一学園では、グローバル化に向けて様々な取り組みが行われています。今後ますますグローバル化が進み、価値観の違いなど様々な問題が起こることが考えられます。その為幼児期から、多様な価値観や異文化を知り、体験することが必要と考えグローバルキッズデーを企画しました。



記念すべき第一回目（2/22）は、「ウガンダ共和国」。世界地図や地球儀でウガンダを探し、国や言語について学びました。また、この日の給食はウガンダメニュー！いつもおいしい給食を作って下さる南部給食センターさんに協力して頂きました。子どもたちは、初めて目にするウガンダ料理にドキドキワクワクの様子でした。今後はスカイプを使った海外との国際交流を考えています。日々学んでいる英語を使ってコミュニケーションを取ることで、子どもたちがより世界を身近に感じ、言葉が伝わる喜びや世界への興味・関心を持ってくれることを願っています。



幼稚園 HP にもグローバルキッズデーの様子をUPしています。
要 Check!!

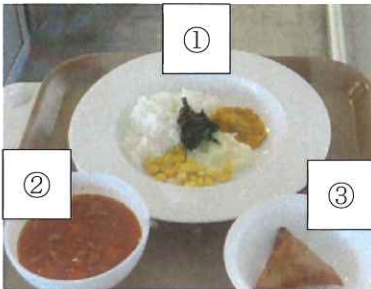


Let's try!!



～親子で作ってみようウガンダ料理～

今回の Let's Try!! は、料理編です。今回紹介するレシピはグローバルキッズデーの給食でこどもたちが実際に食べたものです。ご家庭でも簡単に作れますので、Let's Try!!



主食①ウガンダプレート

(お皿に少しずつ盛り付ける)

- ・ごはん
- ・マッシュポテト
- ・かぼちゃ(ゆでる)
- ・トウモロコシ(輪切りでゆで)
- ・ほうれん草(ゆでる)

※サツマイモなども OK。ウガンダでは茹ですずに蒸し野菜を使用します。

主菜②カトゴ(トマトベースの肉&野菜スープ)

材料(4人分)

- ・肉…200g
- ・人参…1本
- ・ジャガイモ…1個
- ・トマト…1.5個
- ・玉ねぎ…1個
- ・コンソメ…適量
- ・ニンニク…2かけ
- ・塩、こしょう…少々
- ・カレーパウダー…大さじ1
- ・油(具材炒め用)…適量
- ・水…適量(具材が完全に浸る量)

作り方

1. 玉ねぎ(半分くし切り 1cm) をきつね色になるまで炒め、人参(半月切り 5mm)、にんにく(みじん切り)、肉(一口大) を炒める。
2. トマト(角切り 1cm) を加える。
3. ジャガイモを入れる。
4. カレーパウダーを入れる。
5. 水を入れ、具材を軟らかくなるまで煮る。コンソメや塩コショウで味を整える。



副菜: ③サモサ(ひき肉の三角の揚げ物)

材料(12個分)

●具

- ・牛ひき肉…80g
- ・玉ねぎ…1個
- ・人参…0.5本
- ・ピーマン…1個
- ・ニンニク…少々
- ・しょうが…少々
- ・塩、こしょう…少々
- ・油(具材炒め用)…適量

●皮

- ・春巻きの皮…4枚
- (はさみで3等分に切る)

●のり用

- ・薄力粉、水…適量

作り方

1. 〈具作り〉野菜はすべてみじん切り、フライパンにサラダオイル、にんにく・しょうがを入れ火にかけ、味をつけたら冷やす。
2. 〈具を包む〉春巻きの皮の端に具を置き、①②③④の順に三角形に巻き、最後はかために溶いた薄力粉で封をするように貼りつけ留める。(下記写真参照)
3. 〈揚げる〉きつね色程度になるまで上げる。
※具に火は通っている為、色がつけば OK!



サモサは、おつまみにも GOOD!

アレンジも OK!

ドライカレー&チーズ

マッシュポテト&ベーコン

などアレンジを楽しんでください!

