



おすすめ絵本



『おつきみっておいしいね』

きむら ゆういち・作 ふゆのいちこ・絵 教育画劇

なぞときしながら、数々のしかけでお月さまのかわりゆく姿が楽しめます。おつきみの頃にぴったりです。

『パパ、お月さまとって!』

エリック・カール さく 偕成社

月がきれいに見える夜、お月さまと遊びたくなったモニカは「パパお月さまとって!」とお願いしますが…? しかけのある絵本で子供も大人も楽しめる1冊です。

《実践! ひねるクッキング》 「おにぎり」を作ろう

「ひねる」クッキングで、ラップを使ってできるおにぎりを作ってみましょう。

用意するもの: ごはん・ラップ・スプーン・コップ・皿

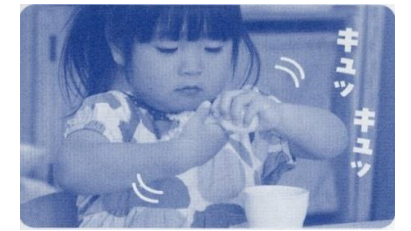
ステップ1
コップにご飯を入れる



ラップを敷いたコップに、スプーンでご飯を入れていきます。

コップなど深さのある容器を使った方が、子どもたちが入れやすく、おにぎりにちょうどいい量にすることができます。

ステップ2
ラップをひねる



コップからごはんをラップごと持ち上げて包み、手首を使ってラップをひねってご飯を丸い形にします。

ステップ3
お皿に載せる



丸い形ができたならラップをはずし、器にのせます。味付けせずにそのままOK!

完成



完成したおにぎりを食べてみましょう。ごはんが自分の動作でおにぎりの形に代わっていくことに、達成感を得て、楽しく食べることに繋がります。

- ・ 日常生活で減っている「ひねる」行為を積極的に入れましょう。
- ・ 「ひねる」には、見ることと体幹を鍛えることが大事です。