



野菜ソムリエの野菜ぎらい克服塾 カリキュラムのご紹介

カリキュラムの概要

〔対象年齢〕 5歳～9歳 ※対象年齢のお子さまに適した学習内容としています。

〔講師〕 日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエ

〔参加回数〕 表現力コース、観察力コース、総合力コースから任意で選択し、ご参加いただけます。各コースは全2回から構成されています。

〔授業時間〕 50分/1回

※毎回保護者さまのご都合に合わせた自由参観が可能です(ご予約不要)。

〔基本内容〕 毎回 ①お話し ②ワーク(体験) ③試食 で授業を構成しています。

〔補足事項〕 ・授業前・授業中の衛生管理には細心の注意を払っております。

・試食食材に関しては、入荷状況等により変更になる場合がございます。

楽しい教材

お子さまが、楽しく学ぶことができ野菜への抵抗感を和らげることを目的に、野菜ソムリエが開発した学習教材をご紹介します。

〔配布教材〕

エプロン・チーフ 授業でも使用します

野菜ドリル 授業ごとに配布します

野菜図鑑 野菜について詳しくなれるカード

野菜たべたよ！シート チェックシート

出席カード 授業終了時に毎回スタンプを押します

ベジ・キッズ通信 保護者さま向け通信紙

レシピ 野菜ぎらい克服のツボがたったレシピ

エプロン・チーフ



野菜ドリル



野菜たべたよ！シート



ベジ・キッズ通信

(保護者さま向け 毎回配布)



野菜図鑑



野菜ぎらい克服レシピ

(保護者さま向け毎回配布)





野菜ソムリエの野菜ざらい克服塾 カリキュラムのご紹介

表現力コース

①

五感をフルに活用し野菜に触れる事から挑戦していきます

- ・五感ってなに
- ・さわってみよう(はてなBOX)
- ・作ってみよう(人参蒸しパン)

表現力コース

②

五感をフルに活用する第2回。味と香りを実験していきます

- ・かいでみよう
- ・作ってみよう(ドレッシング)

総合力コース

①

野菜が畑から食卓に来るまでの道筋にはたくさんの人に関わっている事を学び、愛着心を抱ききっかけを作ります
◎知っている？野菜が届くまで

総合力コース

②

旬の野菜を知ることで、季節によって育つ野菜に意味があることや、それぞれの野菜の役割を学びます。
◎わかるかな？旬あてクイズ

カリキュラムは、毎回、ワークに重点を置き、お話し、試食の3段階の構成で進めていきます。

お話し

ワーク(体験)

試食

ドリルを使いながらカリキュラムを進めていきます。
1クラスは50分。お話し・ワーク・試食の構成からなる体験型の授業です。



ご家庭



保護者さまにもご家庭で活かせるレシピをご提供

保護者さまは毎回、ご予約不要で自由参観可能

観察力コース

①

野菜が種から成長し、色や形など様々な個性を持っている事を学習します。
◎野菜はどこで育つのかな
◎作ってみよう(浅漬け)

観察力コース

②

実際に野菜を半分にする、種をスケッチするなど個性溢れる野菜を観察します。
◎野菜の花で種類を仲間分け



野菜ソムリエの野菜ざらい克服塾 カリキュラムのご紹介

楽しい教材を使った授業

[授業に登場する教材] こちらについてはお持ち帰りできません。

はてなボックス



ドリルを使いながら、さあ、チャレンジ!

箱の中には野菜が入っています。どんな手触りや形かな? 遊び感覚でお子さまの好奇心を引き出し、授業を楽しく盛り上げます。

食べ比べプレート



いろいろな種類の野菜の食べ比べに登場する検証プレート。色々な種類や調理法に挑戦することで、「これなら食べられた!」という野菜をみつけてもらいます。

香りカップ



野菜の香りを体感する授業で登場する「香りカップ」いろいろな野菜の嗅ぎ分けで、違いを知り、苦手な野菜も克服していきます。

野菜ざらい克服塾のプロジェクトメンバーである野菜ソムリエが開発したオリジナル教材です。

遊び感覚を取り入れた授業

お子さまが楽しく自主的に授業に参加できるように、遊び感覚を取り入れた授業を展開していきます。



ぺったんこ!
ぺったんこ!

子ども達の大好きなシールを使いながら。

研究博士になったみたい!



いろいろなキットを使って
実体験!



先生のお話しも
楽しいよ!



楽しくて
あっという間の50分