

トントントン、リズムカルにこねよう 足ぶみうどん

サラサラの粉が塩水を混ぜるとベタベタに。よくこねるとポロポロになって、もっと手を動かすと……。手や足を力いっぱい動かして、粉がうどんに変化していく様子と感触を、十分に感じるのがねらいです。

- 材料 5人分**
- 中力粉 500g (強力粉350g・薄力粉150gでもいい)
 - 水 225cc
 - 塩 大さじ1
 - つけ汁/つゆの素
 - 打ち粉用/小麦粉.....少し



用具

ボウル コップ ビニール袋
ディナーナイフ なべ ざる はし
★ボウル、コップ、ディナーナイフは家から持ち寄る。

作る前にこんな導入を

粉と塩水を混ぜるとどうなるかな？



作っておいた生地を切ると……



ビニール袋に入れて足ぶみコネよう

●保育者がする
厚地のビニール袋（縦30×横25cmくらいのもの）を2枚重ねておく。
つけめんのつけ汁をつゆの素で作っておく。



3 生地がまとまってきたら、ビニール袋に入れる。



うどんくんがお昼寝。おいしくなるようにやすみなさい。

4 音楽や歌に合わせて10分くらい足ぶみする。ひっくり返してふんでみよう。

5 冷蔵庫か日陰で1時間ねかせておく。