



webからすべての
コーナー分が
見られます

じぶんで できるよ!

ひかりのくに

5領域
10の姿
との関わり

健

人

言

1

3

4

9

今日の活動のねらい

- ★気持ちを言葉にする大切さを知る
- ★気持ちを伝え合うとうれしいことに気付く

活動時間

20分

タイミング

午前中

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 4月号
p.2~7

気持ちのお話
ありがとうって うれしいね!



活動の内容と流れ

お話を読み、顔を見ながら気持ちについて話し合う

「ありがとうって うれしいね!」のお話を読む

→もしも友達が困っていたらどうするか聞く

→「ありがとう」を言われるとどんな気持ちになるか共有する

→「ありがとう」を伝えるとどんな思いを感じるか聞く

→誰にどんな「ありがとう」を言いたいか、子どもたちの話を聞く

→「ありがとう」と言われなかったらどんな気持ちになるかも話す

→だまっていると、困っていることもうれしい気持ちも伝わらないことを伝える



保育者の ◆環境づくりと ○援助

輪になって子どもたちの顔を
見ながら話す

○

クラスであった具体的な
エピソードをいくつか紹介し
イメージしやすいようにする



◆
保育者が率先して「ありがとう」
と伝え、お手本となるように
普段から示す

○

「ありがとう」の言葉が子どもから
出たときは「うれしいな」「すてき
だね」など、感情がわかる声かけを
する

活動後、振り返りのポイント

- ★「ありがとう」の言葉がどれだけ大切かを共有できたか
- ★子ども一人ひとりが自分の思いを伝えようとしていたか
- ★「ありがとう」をきっかけに保育者や友達とのコミュニケーションが広がり、
言葉で気持ちを伝える喜びを感じることはできたか

今日の活動のねらい

★春の自然や生き物に興味を持つ

★春の自然に触れる中で友達との交流を深める

活動時間

30分

タイミング

天気の良い日

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 4月号
p.8~11

写真で見つけた！
はるの おともだち
たんけん！



活動の内容と流れ

写真の観察から春の自然に興味・関心を持つ

- ひかりのくにをよく見て、春の生き物や自然について知る
- 触ったことや見たことがあるか、他にも知っている虫や花を話し合う
- 戸外遊びや散歩に出かけ、実際に生き物を見つける
- 触ったり見たりして関心を深める
- 保育室に戻り、どんな発見があったか共有しあう



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
ひかりのくにの写真の他に
園庭にいる虫や花の写真を
用意しておく

◆
虫かごを用意してじっくり
観察できるようにする
また、手作りの虫めがねや杓を
用意し探す気持ちを盛り上げる

○
外に出たときに見つけられた
生き物をすぐ確認できるように
図鑑を持参する



○
花を摘まずに見守る、摘まずに
落ちていた花を拾う、生き物を
捕まえるときは優しく捕まえ、
元の場所に返すなど植物や生き物を
大切にする気持ちを育む

活動後、振り返りのポイント

- ★本物を見ることにより、さらなる興味につながられたか
- ★子どもの興味や関心に寄り添い、適切な声かけができたか
- ★春の自然について深く学び、友達との交流はあったか

今日の活動のねらい

★楽しみながら片付けへの意識を高める

★片付けを自分でしようとする

活動時間

10～15分

タイミング
室内遊び前

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 4月号
p.12～13

絵本で遊ぼう！
おかたづけをしよう！



活動の内容と流れ

シール遊びを楽しみ実際に片付ける

ひかりのくにのシール遊びをして、片付けの意識を高める

→実際におもちゃで遊ぶ

→片付けるときにひかりのくにの話を振り返る

投げて箱に入れないようになど伝える

→楽しみながら片付ける



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
おもちゃの箱におもちゃの
写真を貼って片付けやすくする

○
片付けができたときには
たくさん褒め、成功体験を
重ねられるようにする



◆
実際に使っているおもちゃの箱を
きれいに整えておき、シールの
ルールと似ていることに気付ける
ようにする

○
誰と誰が仲良しさんで箱の中に
入れるのかな？や、この子の
おうちはどこかな？など、
わかりやすい声かけをする

活動後、振り返りのポイント

★楽しんでシールを貼りながら、約束を理解することはできたか

★片付けを通して、物を大切にすることが育めたか

★意欲的に片付けに参加していたか、みんなで片付けられていたか

今日の活動のねらい

- ★食について興味・関心を持つ
- ★ごっこ遊びを通して食べる意欲を高める

活動時間

10分(+30分)

タイミング

昼食前

(+ 落ち着いて
取り組める午後)

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 4月号
p.14~19

わくわく食育！
どれが たべたい？



活動の内容と流れ

写真の観察からごっこ遊びにつなげる

- ひかりのくにをよく見て、どんな食べ物があるか話す
- どれが食べたいか聞いて、手を挙げてもらう
- どうして食べたいのが気持ちも言葉にしてみる
- 「いただきます」とみんなであいさつをする
- 食べるごっこ遊びを楽しむ
- 「ごちそうさまでした」もみんなであいさつする
- (→反応がよければ、改めて折り紙などを用意し、見立て遊びを楽しむ)



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
おいしい、苦い、甘いなど、
食べたときに出てくる言葉や
感情にも触れる

◆
折り紙や花紙、画用紙、紙皿、
スプーン、フォークなど見立て
遊びに使う材料を用意する

○
保育者がまず意見を出し、子どもたち
が意見しやすいようにする
友達の意見も聞けるよう、発表の場も設ける
また、あいさつにはどんな思いが込めら
れているのか、考えられるように話をする



○
「おいしそうだね」「先生も食べて
いい？ いただきます！」など
作る気持ちを盛り上げる
あいさつや食べるまねっこをして
食への意欲につなげる

活動後、振り返りのポイント

- ★子どもたちが食に興味を持てるような時間にできたか
- ★食べ物や食について友達や保育者と話そうとしていたか、意見を聞けたか

今日の活動のねらい

- ★トイレのお約束を確認する
- ★知った内容を実践しようとする

活動時間

20分

タイミング
トイレの前

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 4月号
p.20～27

楽しい生活♪
こどもにんじょと
トイレの じゅつ！



活動の内容と流れ

絵本を読み、トイレのお約束を確認する

ひかりのくにをよく見て、トイレのお約束を知る

→忍者ポーズをして実際にトイレに行き、

トイレに対して安心感を持てるようにする

→排泄ができたなら忍者ポーズをして忍者になりきる

→トイレ以外でもできることを見つけて、忍者ポーズをして認め合う



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
トイレの壁面を明るく飾り、
楽しい雰囲気になるように
環境づくりをする

◆
一人ひとりの排泄の間隔を把握し、
必要に応じて個別に声をかけ、
一斉に行く時間と個別に行く
時間を設けるようにする

○
子どもたちができていることや
知っていることを認める
ひかりのくに巻末の二次元コード
から見られる「トイレトレーニング
マンガ」の話を保護者と共有する



○
トイレが怖かったり、自分でする
ことに抵抗がある子どもには、保育者が
寄り添い、家庭とも連携を図りながら
進めていくようにする
失敗したときに嫌な思いが残らない
ように声をかける

活動後、振り返りのポイント

- ★一人一人が排泄の自立について意欲を持っているか
- ★トイレのお約束を守れているか確認できたか
- ★できなかった子は少しずつでも前向きに取り組んでいるか継続して見守る

今日の活動のねらい

- ★保育者や友達と体を動かすことを楽しむ
- ★体の扱い方を知り、気持ちよく動かす

活動時間

15分

タイミング

朝の活動後

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 4月号
p.28-29

まねっこヨーガ

せすじを すっ

チューリップに なろう！



活動の内容と流れ

写真の観察から実際に体を動かす

- ひかりのくにをよく見て、チューリップになりきる
- 写真で見つけたコーナー（p.11）のチューリップを観察し、まっすぐ上に伸びていることを確かめる
- まねっこヨーガのページ（p.28-29）を見て、保育者や友達と一緒にまっすぐ伸びられるかなとチューリップのポーズをとる
- 「チューリップの歌を歌いながら体を揺らしたり、リズムをとったりして楽しむ（→「チューリップを見に行こう！」と屋外での観察につなげる）



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
他に伸びていそうな植物、動物などを
みんなて探して伸びるまねっこポーズをする
また、手を広げてチューリップの葉を表現
するなど発展してみる

○
まわりに危険なものはないかを
見て、十分な広さのあるところで
行う



◆
茎がピンとなっている
チューリップの写真や、
チューリップが載っている
図鑑を用意する

○
一人ひとりの表現方法を認めながら
一度きりではなく、何度も繰り返し
取り組む中で、背筋が伸びているか、
ふらふらしていないかなど少しずつ
体幹を意識できるように促していく

活動後、振り返りのポイント

- ★楽しくポーズをとりながら取り組むことができたか
- ★体を十分に伸ばし、気持ちがよいことに気付けたか
- ★体幹が未発達な子どもも楽しめるように援助ができたか
- ★友達との関わりが見られたか