

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

言

1

2

9

今日の活動のねらい

- ★暑さに対応する方法を知る
- ★帽子を被ったり水分補給をしっかりとできる
ようにする

活動時間

20～30分

タイミング

戸外遊びの前

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 6月号
p.14～21

楽しい生活♪
あつい ひも げんきの じゅつ



活動の内容と流れ

絵本を読み、熱中症を予防する方法を学ぶ

- ひかりのくにを読み、暑い日の過ごし方を知る
- 外が暑いのか否かを知り、何が必要か友達と話し合い考える
日なたと日陰を覚えられるように話す
- 必要なものの絵カードを集めるゲームをして楽しく覚える
- 水分補給と帽子の着用を促して実際に戸外に出て楽しく遊ぶ
保育者の声かけに耳を傾け、汗を拭いたり水分補給をしたり
日陰で休んだりする
どこに日陰があるかみんなて探す



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
帽子、水筒などの絵カードを
作り丸の中に置く
歯ブラシなど惑わせるカード
も置いておく

○
日なたで長めに遊んでいる子に
声をかけて日陰に行くように促す



◆
あまりにも気温が高くなる
日は無理に外に出ず、室内
遊びを促す

○
どうして帽子をかぶるのか、水分をとら
ないといけないのかわかりやすく話す
子どもたちが自分で暑さを感じられるよ
うに気候に着目して話をする

活動後、振り返りのポイント

- ★活動に夢中になっても、こまめに水分補給をしたり日陰で休憩したり
することを忘れずに行動できるよう、声かけや援助ができていたか
- ★自分自身で気を付けようとする気持ちが生まれているか

5領域
10の姿
との関わり

健

言

表

1

9

10

今日の活動のねらい

- ★よく噛むことの大切さを知る
- ★食への興味を持つ

活動時間

10～20分

タイミング

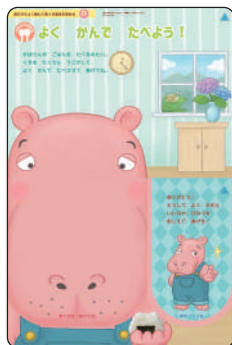
昼食前

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 6月号
p.22～25

わくわく食育!

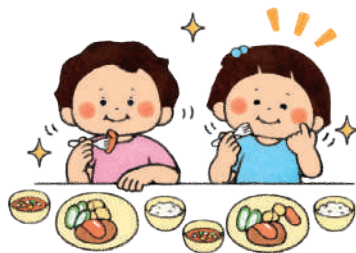
よく かんて たべよう!



活動の内容と流れ

絵本を読み、よく噛むことの大切さを知る

- カバの口を実際に動かす
- 自分の口もくもくさせながら食べるまねっこをして楽しむ
- よく噛むとどんな良いことがあるのか知る
- いつも食べ物を食べるときはどうしているか話す
- 早く食べるより、丁寧に口に入れすぎずに食べることを伝える
- 昼食時、実際にたくさん噛んでみよう!と声をかけ、しっかり噛んで食べてみる
- 可能なら絵本を見ながらやってみる



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
噛むとどんな良いことがあるか
子どもたちと話し合う
子どもの答えが違っていても
否定せず認める

○
「カバさんがもっと噛みたいって
言っているよ」など、たくさん噛
むことができるように声をかける



◆
保護者にもおたよりなどで
よく噛むことの大切さを知
らせ家庭でも気にかけても
らえるようにする

○
しっかり噛めている子どもを褒め
自信につなげられるようにする

活動後、振り返りのポイント

- ★噛むことの大切さについて理解できたか、意識が高まったか
- ★昼食時によく噛む子が増えたか

今日の活動のねらい

- ★梅雨の時期に見られる生き物へ親しみを持つ
- ★生き物の生態を知る

活動時間
20分
タイミング
午前中
雨が降っている日

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 6月号
p.2~11

お話なあに？
かたつむりえんの おさんぼ



活動の内容と流れ

絵本を読み、梅雨の時期に見られる生き物について知る

- 「かたつむりえんの おさんぼ」のお話を読む
- カタツムリは体が伸びたり、カエルは泳いだりジャンプしたりすることなど、知っていることを、絵本を見ながら話し合う
 - カタツムリやカエルがいるか園庭や散歩の際に探してみる
- 散歩に行く際、先生の後をついていき話をよく聞いていると楽しいことがたくさんある、と伝える
- ・カタツムリを見つけたら実際に飼育してみる
 - ・カタツムリやカエルの製作遊びをする



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
カタツムリを飼育する際に、どんな動きをしているか、何を食べているかなど子どもたちと観察し、話し合う

○
子どもたちの自由な発想を大切に、受け止める



◆
生き物が載っている図鑑や写真を用意する

○
カタツムリやカエルを見たことがあるかなど聞き、実際に動きをまねっこしてみたりなど興味が高まるようにする

活動後、振り返りのポイント

- ★梅雨の時期の生き物について興味を持っていたか
- ★生き物の生態について積極的に知ろうとしていたか

5領域
10の姿
との関わり

環
言
表

7
9
10

今日の活動のねらい

- ★雨上がりに見つけられるものを知る
- ★梅雨ならではの景色を楽しみ、
興味・関心を高める

活動時間
30分

タイミング
雨が降っている日
または
雨上がり

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 6月号
p.12-13

写真で見つけた！
あめあがりに みつけたよ！



活動の内容と流れ

写真を観察し、雨が降っても楽しめることを知る

- ひかりのくにを読み、雨上がりの普段とは違った景色を見る
- 雨が上がったあとに発見されるもの、どこで見つけられるか、
虹は何色があるかなど話し合う
- 実際に外に行き、園庭や散歩する場所で雨上がりの様子を見つける
- 部屋に戻り、何が見つけられたか振り返りを行う
- 虹やしずくの絵を描く活動につなげてみる



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
事前に雨上がりの様子が見つけられそう
なところを探しておく
危険のない場所を選び、カエルのペープ
サートを用意して一緒に見に行く

◆
子どもが見つけた雨上がりの景色
を写真に残し、印刷して振り返り
の際に黒板などに掲示する

○
雨上がりに見つけられるものを
イメージしやすいように、外に
出る前にしっかり説明する

○
子どもたちの様子、話に耳を傾け
発見に驚いたり共感したりする
絵本の様子を見つけたら、みんなに
教えてあげて共感できるようにする

活動後、振り返りのポイント

- ★雨上がりの発見を楽しむことができていたか
- ★雨の日、もしくは雨上がりも楽しいことを実感できたか
- ★発見できたものを友達と共有し合っていたか

今日の活動のねらい

- ★保育者や友達とともに体を動かすことを楽しむ
- ★さまざまな動きに親しみ、身体感覚を育む

活動時間

15分

タイミング
朝の活動後

5領域
10の姿
との関わり

健

人

環

表

1

3

7

10

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 6月号
p.28-29

まねっこヨーガ
おおきく しゃがんで
かえるに なろう！



活動の内容と流れ

写真の観察やカエルの性質を伝え、体を動かす

- ひかりのくにをよく見て、元気なカエルになりきる
- 図鑑や写真で見つけた！ページ (p12-13) でカエルを観察し、手や足、目はどうなっているか、また大きくジャンプができることを伝えじっくり見る
- まねっこヨーガのページ (p28-29) を見て、保育者と一緒に両足を広げてしゃがみ、両手の平を床につけ、子どもの目線に留意してカエルのポーズをとる
- カエルの合唱の歌を歌いながらその場でジャンプをしてケロケロと鳴いてみたり、友達のケロケロ声を聴くなどでカエルになりきり親しむ
- ・屋外でカエルを見つけたらどんな動きをするか観察する
- もし触ったときは必ず石けんで手洗いをする



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
目や手に特徴をもつカエルになりきり、保育者や友達と共に自由な表現を楽しむ

○
まわりに危険なものがないか配慮し、子ども同士が心地よく空間を共有できるようにする



◆
カエルが載っている写真や図鑑を用意する

○
一人ひとりの多様な動きや表現方法を認めながら、のびのびと繰り返しを楽しむ中で、体の重心を感じられるようにする

活動後、振り返りのポイント

- ★ポーズをつかって、動きや声を楽しむことができたか
- ★目や口を動かし、顔を含めたさまざまな体の感覚に気が付くことができたか
- ★一人ひとりの発達に応じた想像、模倣、創造を賞賛できたか
- ★友達と共有の場に親しむことができたか