

じぶんで できるよ!

ひかりのくに

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関係が深まることを感じる

活動時間
20分

タイミング
室内遊び、
戸外遊びの前

5領域
10の姿
との関わり

健

人

言

1

3

4

9

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 7月号
p.2~11

気持ちのお話
いっしょに あそぼ!



活動の内容と流れ

絵本を読み、気持ちを言葉にする大切さを感じる

「いっしょに あそぼ!」のお話を読む

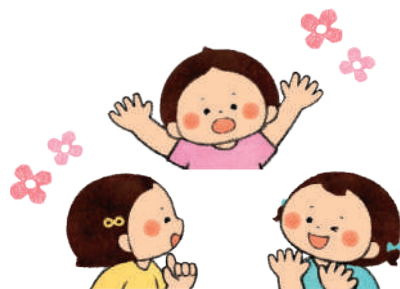
→いつも友達と遊びたいときにどうしているか話し合う

→「一緒に遊ぼう」と言ったときと言われたときで

どんな気持ちか話し合う

→実際に戸外遊びや室内遊びをする

→遊びの後、どうだったか振り返る



保育者の ◆ 環境づくりと ○ 援助

◆
子どもたちの顔が見える
ように輪になって話し合う

○
クラスであった具体的な
エピソードを保育者から
話しイメージしやすいよ
うにする



◆
保育者が率先して「うれしいな」
など感情がわかる声かけをしていく

○
「一緒に遊ぼう」と伝えた子に、
「うれしいな」と、伝えてもらって
どう感じたか子ども同士で
声をかけ合う大切さを共有する

活動後、振り返りのポイント

- ★子ども一人ひとりが自分の気持ちを伝えようとしていたか
- ★一人ひとりが楽しく遊んでいたか

今日の活動のねらい

- ★脱いだ服の畳み方など始末について知る
- ★自分から意欲的に取り組む

活動時間

20～30分

タイミング
着替え前

5領域
10の姿
との関わり

健

1

2

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 7月号
p.12～19

楽しい生活♪

たたんでひとまとめのじゅつ



活動の内容と流れ

絵本を読み、脱いだ服の始末について確認する

- ひかりのくにを読み、服の畳み方を確認する
- 子どもたちの前で服を畳んで見せる
- お手本役をしたい子を前に呼び、みんなの前で畳む
- 服を着るときに難しいことは何か子どもたちに聞く
- 着るときのポイントを実物を使ってやって見せる
- 実際に絵本と同じように着替えをする



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
自分の体操服やスモックを
用意させる

○
「○○が良いね」など
具体的に良い部分を認め、
意欲につなげる



◆
一人ひとり間隔を空けて活動
しやすいようにする
また、お手本が見やすいよう
に円になっておく

○
着替えのペースは個人差があるため
一人ひとりの課題をしっかり把握し、
畳み方の順を1つずつ追い、畳めて
いるか見届けながら進める
必要に応じて手伝ったり、見守った
り応援したりする

活動後、振り返りのポイント

- ★服の始末について確認できたか
- ★自分から服を畳もうとしていたか、着替えることができたか

今日の活動のねらい

- ★夏野菜に興味を持つ
- ★料理を作るまねっこ遊びから料理を作る
楽しさを味わい、食べる意欲を高める

活動時間

30分

タイミング

昼食前

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 7月号
p.20～25

わくわく食育！
なつやさいて つくろう！



活動の内容と流れ

絵本を読み、夏野菜を知り興味・関心を持つ

- 「なつやさいて つくろう！」を読み、ごっこ遊びを楽しむ
- カレーライスのうたを歌い料理の手順を知る
- シールを貼りオリジナルのカレーを完成させ、「いただきます」と食べるまねっこをする
- 夏野菜を知るように保育者の好きな夏野菜や、その特徴などを話す
- 実際に畑で育てている場合は、畑に夏野菜を見に行き、観察したり触れたりする



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
図鑑や写真、可能なら
実際に夏野菜を用意する

○
他の夏野菜をカレーに入れてみる
展開で遊んでみる
ごっこ遊びではあるが、包丁や火
の扱いについて丁寧に話をする



◆
野菜の名前を子どもたちに
言ってもらい、みんなで
一緒に言えるように促す

○
料理を作るのにごっこ遊びが楽し
くなるような声をかけたり、上手
にできたことを褒めたりして、家
でお手伝いをしたり自信を持てる
ようにしていく

活動後、振り返りのポイント

- ★楽しんでカレーを作るまねっこをしていたか
- ★ごっこ遊びを通して夏野菜に興味・関心を持つことができたか
- ★給食で出てきた夏野菜を喜んで食べることができたか

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

- ★夏の花に興味を持つ
- ★あいさつをしようとする気持ちにつなげる

活動時間
30分
タイミング
朝に近い午前中

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 7月号
p.26～29

写真でみつけた！
なつの はな おはよう！



活動の内容と流れ

写真を観察し、夏の花に親しみをもち

- ひかりのくにを読み、朝顔とひまわりにあいさつする
- 園庭に出て、夏の花を見つけて「おはよう」と実際に声をかける
- 他にどんな花があるか探してみる
- 保育室に戻った後、どんな色があったかなど振り返る
- みんなでお花を咲かせてみよう！と絵を描く
- 描いた絵に「おはよう」と言い、みんなで見せあう
- ◎しぼんだ朝顔があれば色水遊びをしてみる



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
夏の花やつぼみ、種などが掲載
されている図鑑や絵本を用意する
画用紙とクレヨンを用意する

○
絵を描く際は、朝顔とひまわり
だけでなく想像した花でもいい
ことを促す



◆
外に花が咲いている場所が
あるか確認しておく

○
子どもたちにあいさつすると
どんな気持ちになるか尋ね、
された人もうれしいことに
気付くようにする

活動後、振り返りのポイント

- ★朝顔やひまわりに親しみをもちることができていたか
- ★「おはよう」とあいさつすることの心地よさを感じることができていたか

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

使う絵本・コーナー

ひかりのくに 7月号
p.30-31

まねっこヨーガ
てあしを のばして
ほしに なろう！



活動の内容と流れ

写真や絵を見て体を動かす

- ひかりのくにをよく見て、星になりきる
- 図鑑や写真で星を観察し、輝く星をじっくり見る
- まねっこヨーガのページ (p30-31) を見て、保育者と向かい合って両足を開き、重心がとれたら両手を真横に伸ばし、星のポーズをとる
- ♪きらきらほしの歌を歌いながら手首を回旋する
- 片手を足と足の間の真ん中に置き、手を見ながら上にあげる
- ♪きらきら～と言いながらその場で手首を回旋する
- 反対側もやってみる



保育者の◆環境づくりと ○援助

◆
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

○
イラストやイメージのような星や流れ星になりきり、保育者や友達と共に自由な表現を楽しめるようにする



◆
星や天の川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、動きを楽しむことができたか
- ★目や手を動かし、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

ちょこっとコラム

ひかりのくに 7月号

p.2~11

気持ちのお話

いっしょに あそぼ！



監修・菅野信夫先生

一人遊びしていたみーちゃんの蹴ったボールが、たまたまわんた君のところに転がり二人の遊びが始まります。みーちゃんがボールをポン、わんた君がキャッチ。いつの間にかお友達が集まってきました。ここで二人は声をそろえて「一緒に遊ぼ！」とみんなを誘い、サッカーをすることになりました。

一番初め、みーちゃんはわんた君と遊びたかったのですが、勇気が出なくて声をかけることができませんでした。しかしボールが転がっていったおかげで友達の輪がどんどん広がっていきます。ボールを拾ったわんた君がボールを届けに来た時、「一緒に遊ぼ！」と、みーちゃんが勇気を出してわんた君を誘ったことが事態の大きな転換点となりました。これがひとつ目のポイントです。遊びはキャッチボールとなり、ボールが二人の間を往復します。

ふたつ目のポイントは、「わあうれしいな」と、みーちゃんが言葉で気持ちが言えて、「ぼくもううれしい」とわんた君も言葉で気持ちを返せたこと、でしょうか。

子どもたちが勇気をもって「一緒に遊ぼ！」「入れて」と言えるにはちょっとだけの勇気ではなく、相当の勇気が必要となります。場合によっては保護者や保育者の手助けが要るかもしれません。しかしここで自分がどうしたいのかと気持ちを伝えることができたなら、他者と関わる第一歩が始まります。

「一緒に遊ぼ！」という声掛けは、友達とつながっていく大きなきっかけとなりますが、一人だから相手が必ず必要だとは限りません。自分の世界を楽しんで遊んでいる子ども達もたくさんいて、それはそれでたいせつにしたいと思います。

またそんな光景を見て、「入れて！」と遊びに合流する子ども達も少なくありません。

一人ひとりの気持ちがたいせつにされ、安心できる環境であれば、気持ちは行動や言葉になって、成長へのステップになるのです。