

在宅取組型(こども園)

園名	認定こども園 下多度保育園
実施日時	令和2年8月9日(日)～15日(土) 7日間
会場	各家庭
参加人数	33名
学習課題(分野)	生活リズムを整えよう(基本的な生活習慣)
運営者の願い	わが子に良い生活習慣を身に付けさせ、保護者に「早寝・早起き・食事」の大切さを知ってほしい。また、連休中の生活リズムが乱れることを予防し、親子共に夏バテなどをしないように健康管理を行い、元気に楽しい休日を過ごしてほしい。

学習の内容

<取組の内容>

取組カードは、子ども達が楽しくやる気が出るように工夫した。

☆「早寝・早起き・3食」の3つが守れる度に、ご褒美のシールを1枚貼る。

☆早寝・早起きの時間は、家族で話し合い時間を記入してもらう。

☆保護者に取組の趣旨を理解してもらい、取組後の保護者に感想を記入してもらう。

<保護者の感想抜粋>

- ・いつもはだらだらと過ごしていましたが、規則正しい生活が出来るようになりました。
- ・親も一緒に頑張れました。
- ・時計をみて「もう時間？」と時間を気にして行動をしていました。「シールを貼るから!」と残さず食べることができました。
- ・3食しっかりと食べ、平日より食べてくれた。
- ・この1週間は自分から進んで着替えをしてくれた。



【せいかつリズムカード】

<取組後の成果>

- ・シールを貼るというご褒美が子ども達のやる気を引き出し、「楽しい!嬉しい!」気持ちで親子共にニコニコ笑顔で楽しんで取り組んだ様子が、保護者の皆さんの感想の中に表れ、7日間ではあったが有意義な期間だった。
- ・生活リズムの大切さを知ってもらえたという多くの感想があった。また、しつけもアイデア次第で子どものやる気を引き出せることを体験し、今後の育児に取り入れるなど、参考にってもらうことができたと思う。
- ・連休中も生活リズムを守って健康で元気に過ごす事ができた。

<課題>

- ・「家族で設定した時間が早寝早起きなのか分からない」と言う感想もあり、事前にポスターを貼り、ガイドを発行するなど取組内容や良さも具体的に提案するとよかった。
- ・「姉が起きているとどうしても寝なくて大変でした」と言う感想から、海津市のホームページから取組様式がダウンロードでき、家族みんなで行くことや、取組後も続けられるというお知らせをするとよかった。



<取組の工夫>

- ・生活リズムの乱れやすい連休中に設定し、夏バテ予防などの健康管理に活用できるようにしました。無理のない期間で余裕をもって取り組むことができました。
- ・子ども達が喜びそうな褒美シールのデザインを事前に話し合い、かわいくてキラキラしたものや、昆虫等の夏らしくてやる気の出るデザインにしました。
- ・シールを貼っていくと観覧車が完成するなど毎日貼るのが楽しくなるようにしました。
- ・表紙にはキャラクターを載せて、あえてモノクロにし、塗り絵ができるようにしました。



【せいかつリズムカード】

(表紙)



【せいかつリズムカード】

(裏)