

学習習慣を身に付けるために

幼児（保育園）

「基本的な学習習慣の芽生えを育む時期」

「学習への準備」のポイント

- ◇ 「早寝・早起き・朝ごはん」を中心^{ちゅうしん}に生活のリズムを整え^{ととの}、基本的な生活習慣^{きほんてき せいかつしゅうかん}を身に付ける。「朝うんち」の習慣化^{しゅうかいか}。
- ◇ 「食事・着替え・排泄・後片付け」など、自分でできること^{じぶん}を増やす。
- ◇ 日常生活や遊びの中で「話す・聞く・読む・書く・数える」に興味を持ち、おうちの人とやってみる。
- ◇ 箸や鉛筆を正しく持てるように、少しずつ練習する。

家庭での取り組み（例）

【話す・聞く】

- 保育園でのできごとをおうちの人に話したり、簡単な質問に答えたりする。「いつ・どこで・だれが・どうした」「その時どんな気持ち？」
- 絵本の読み聞かせや昔語りを聞く。感想を話す。

【読む・書く】

- おうちの人と一緒に絵本を読む。（文字にふれる）
- クレヨンや鉛筆を正しく持ち、好きな絵、直線や曲線、丸や三角、四角などの形を描く。持ち方や「かくこと」に慣れる。
- 自分の名前（ひらがな）を読んだり書いたりする。

【数える】

- 1から10まで 順序よく数える。(ひとつ・ふたつ・みつつ…、いち、に、さん…) あめなどを1つずつ指さしながら数える。
- 「上・下」, 「前・後ろ」, 「右・左」がわかる。
- 時計に興味を持ち、おうちの人と「〇時」などと読んでみる。

<家庭での支援>

- 一緒に体を動かし遊びましょう。(走る、投げる、蹴る、ぶらさがる、でんぐり返し など)
- テレビなどを消し、静かなところで話を聞いたり、読み聞かせたりする時間をつくりましょう。
- 「食器運び」「洗濯物をたたむ」などの仕事を一緒にしながら、経験や言葉を増やしていきましょう。
- 上記のことをするときは、子どもに決して無理強いはせず、クイズや遊び感覚で、親も一緒に楽しみましょう。

<ゲーム機の使用やテレビ・動画等の視聴について>

- 大人が内容を確認して、使わせたり見せたりしましょう。
- 「時間を守る」「〇〇までで終わり」「見終わったら消す」など約束を決めて、小さいうちから習慣化しましょう。
- 「メディア 対 子ども」の世界を作るのではなく、親子で一緒に視聴して会話を楽しみましょう。



生活習慣の自立が「自分から学びに向かう力」を支えます。なかでも「食べる」ことは「生きる」こと。何でも食べて健康な体をつくるのはもちろんですが、「箸を正しく持つ」「食器を持ち、良い姿勢で食べる」、「苦手なもので少しはがんばって食べる」、「食事中は席を立たない」「後片付けができる」などは学習習慣を身に付けることにも通じます。