

令和8年8月 たべて元気！わくわくたべもの集会指導案

保育園 4・5オクラス 名 8月 日()

1. テーマ : 朝ごはんで元気いっぱい
2. ねらい : 朝ごはんを食べ、健康な生活リズムを身につける <食と健康>
3. 展開

時間	主な内容と活動	配慮事項
	○挨拶 今月の内容を伝える	
導入	1. 朝ごはんを食べたか聞く	○朝ごはんを食べたかを思い出させる。
展開	2. 紙芝居(ありがとう！はやね はやおき あさごはんマン)5分程度	
	3. 紙芝居からクイズを出す ①こまった君は、どうして朝ごはんを食べたくなかったのでしょうか？ ②こまった君は朝ごはんをしっかりと食べると、どうなりましたか？ ③早寝・早起き・朝ごはんマンは、早く寝て、しっかり眠ると、夜の間に、何が作られると言っていましたか？	○夜寝るのが遅いと、朝すっきり起きられない事に気付かせる。 ○朝ごはんを食べると、元気が出る事に気付かせる。 ○早寝・早起きをする事で、強い身体が作られることに気付かせる。
	4. その他にも朝ごはんに関する○、×クイズを実施する ①朝ごはんを食べると、お友達と元気いっぱい楽しく遊ぶ事が出来る(○) ②休みの日は、朝ごはんを食べなくても、力がわいて速く走ることができる(×) ③朝ごはんを美味しく食べる為には、早寝、早起きをする(○)	○朝ごはんの大切さに気付かせる。 ○朝ごはんを美味しく食べるには、早寝・早起きが重要だという事に気付かせる。
	5. まとめ ○朝ごはんを食べると、どのような良い事があるかを再確認する ○朝ごはんを美味しく食べるために、早く寝る事が大切である事を再確認する	○休みの日も保育園がある日と同じ時間に起きて、朝ごはんを食べるように伝える。
	○終わりのあいさつ	

※ほいく課使用物品:紙芝居(ありがとう！はやね はやおき あさごはんマン)、おやこシェアカード

※園にて用意していただきたい物品
・子ども用机1台