






【プログラムI-①-1】

テーマ 子どもといっしょに考えよう

プログラム おうちのルールを作ろう（基本的な生活習慣）

ねらい 早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレ等について、家庭にあったルールを親子で考えながら良好な親子関係を学ぶ。

<展開(60分)>

時間	展開(進行マニュアル)	展開のポイント
導入 10分	1 テーマの説明 2 アイスブレイキング ・フルーツバスケット 3 「3つの約束」の確認	<ul style="list-style-type: none"> 参加者の緊張をほぐしグループ内での円滑な話し合いのためにアイスブレイキングを行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><3つの約束></p> <ol style="list-style-type: none"> ① 一人一人が主役です ② お互いの意見を尊重しましょう ③ ここだけの話にします </div>
展開 (1) 20分	4 「早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレ等」の基本的な生活習慣を身に付けることよさについて親子で考える。 ① ラベルに記入する(親) <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin: 5px 0;">  早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレが身に付くと、どのようなよいことがあるのでしょうか。親子で考えてラベルに記入しましょう。 </div> ② ラベルワークを行い、グループで話し合う <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin: 5px 0;"> グループで一組ずつ説明しながら用紙に貼り付けましょう。様々な考えがあり、とても参考になりましたね。  </div> ③ 全体で話し合う	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ワークショップ1 (ラベルワーク)</p> <p>「早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレ」が身に付くと、どのようなよいことがあるのでしょうか。</p> </div> <p>例：「元気に生活できる」 「病気になりにくい」</p> <ul style="list-style-type: none"> まず、子どもが発言し、その後、サポートする形で親が発言する。
展開 (2) 20分	5 早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレ等の基本的な生活習慣向上のために「〇〇家元気モリモリ大作戦」を考える。 ① ワーク2に記入する <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin: 5px 0;">  早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレ等の基本的な生活習慣向上のために、これから頑張りたいことを考えましょう。 </div> ② グループで話し合う <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 「〇〇家元気モリモリ大作戦」については、グループや全体の発表を聞いて、考えたことを修正してもいいですよ。  </div> ③ 全体で話し合う	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>ワークショップ2 (話し合い)</p> <p>「早寝、早起き、朝ごはん、歯磨き、あいさつ、朝トイレ」を身に付け、毎日元気に生活できるように「〇〇家元気モリモリ大作戦」を考えよう。</p> </div> <p>例：「9時になったらテレビを消す」 「朝ごはんのお手伝いをする」 ※お茶碗を出したり、箸を並べたり 「笑顔であいさつする」</p> <ul style="list-style-type: none"> 親子で一緒に努力していけるようなことを考えてもらう。 グループや全体の発表を聞いて、考えたことを修正してもよい。
まとめ 10分	6 まとめ <ul style="list-style-type: none"> ・読み聞かせ ・今日の学習の感想 <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; margin-top: 10px;">  文部科学省リーフレット「できることから始めよう 早ね早おき朝ごはん」を紹介し、生活習慣向上のために、今日話し合ったことをできることからやっているといいですね。 </div>	<ul style="list-style-type: none"> 文部科学省リーフレット「できることから始めよう 早ね早おき朝ごはん」を紹介し、親子で決めたルールの実践化に向けて親子で考える意欲をもたせる。 今日の学習の感想を書かせる。