

お昼寝前の絵本の時間

園名：今田保育園

1



- ・ お昼寝前には絵本の読み聞かせをしています。
- ・ 毎日行うことで、絵本を見ることを楽しみにして集まってくるようになりました。
- ・ 座ってじっくり見ることで自然と気持ちが落ち着き、眠りにつきやすくなります。
- ・ お昼寝についてのお話や、夜のお話がおおすすめです。
- ・ 「今日はどんな絵本かな！」とワクワクする子どもたち。絵本を見ながら、「こんばんは」、「ワンワン、ねんねしてる！」と言って楽しんでいます。

2



- ・ 友達や保育者に「おやすみなさい」の挨拶をして、ぐっすりと眠ります。
- ・ 起きたらいっぱい遊ぼうね！

ひとこと(遊びのポイントや豆知識等)

読み聞かせの後は、絵本のキャラクターに「おやすみなさい」と挨拶したり、「〇〇(絵本のキャラクター)が起きちゃうから静かに布団に入ろうね。」などの声かけをしたりしています。

年齢 (0歳児 1歳児 2歳児 3歳児 4歳児 5歳児) 季節 (春 夏 秋 冬)
遊び 自然 [植物 虫 その他] 運動 [室内遊び 屋外遊び] 制作
探してみよう 食育 眠育