

## 【みんながげんきにあそぶためには】

園名：西紀みなみ幼稚園

1



- 登園して、園児は外で友達と好きな遊びを始めます。この日は、みんなでうずまきジャンケンをしています。朝日を浴びて元気に仲よく遊んでいます。

2



- パペットや絵本を使って、園児に眠る時や起きた時の話を聞いたり、睡眠の大切さを伝えたりしました。

3



- パペットを使って、睡眠や遊びについてクイズをしました。ゲームやスマートフォンは時間を決めて使うこと等、園児はよく理解しています。

4



- 丹波篠山市は、朝日とともに目覚め四季を感じながら夢中になって遊ぶささやまっ子をコンセプトに保育をしています。
- にしきっ子も朝日を浴びながら、これからも夢中になって遊びます。

\*ひとつこと\*(遊びのポイントや豆知識等)

起きてすぐ身体いっぱい朝日を浴びることで「幸せホルモン」と呼ばれるセロトニンが分泌されるよ。

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