

教育エプロン 「生活習慣～はやね・はやおき・あさごはん～」

- ・初めての方にも演じやすいように制作しています。
- ・ストーリーが学校の設定なので演じる子どもの年齢に合わせてアレンジしてください。
- ・時計の針を自由に動かすことができます。『〇〇くんは何時に寝たかな?』と子どもたちに聞いて針を動かして教えてもらうのも楽しいですよ。

◎登場人物（部品表）

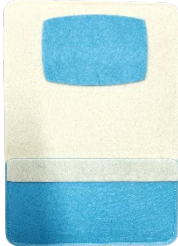
男の子（はやお）	女の子（あさこ）	時計	布団	朝ごはん
				
テレビとゲーム	サッカーボール	パワー	太陽	月
				

	写真	セリフ (○はやお あさこ) 動かし方 (★)
1		★時計の針を 9 時にして太陽と一緒に貼っておく ○「おはよう!」「おはよ～」 ★あさこと元気がないはやおを出す ○「あれ?はやおくん元気がないよ」 「頭がボーっとするんだ。」 「寝るのが遅かったんじゃない?」 「そういえば遅かったかも・・・」 はやおくんは何時に寝たんだろう? みんなではやおくんの昨日の夜の様子を見てみましょう。
2		★あさこをしまう。はやおを裏返して笑顔にする 太陽と月を入れ替える ○母『はやお～もう 9 時よ!早く寝なさい!』 「いやだ～まだ遊ぶ～」 はやおくんは新しく買ってもらったおもちゃに夢中です。 ★時計の針を 10 時にする ○母『はやく寝なさい!!』 お母さんから怒られてやっと布団に入ったはやおくん。 ★はやおを裏返して布団に入れる
3		★時計の針を 7 時にして月と太陽を入れ替える ○母『はやお起きる時間よ。起きなさい!』 「まだねむたいよ～」 夜遅くまで起きていたので起きるのがきつそうなのはやおくん。 「準備するのも忘れてた～」 あらあら学校の準備もしていませんでした。 「朝ごはん食べるのきつい～」 朝ごはんも食べずに行っちゃいました。
4		★はやおをしまいあさこを出す 時計を 9 時にして太陽と月を入れ替える ○あさこちゃんは元気だったけど何時に寝たのかな? 「歯磨き OK、準備も OK、パパ、ママおやすみなさい!」 ★あさこを布団に入れる

5		○「おはよう！朝早く起きると気持ちがいいな。」 ★時計を 7 時にして月と太陽を入れ替える 朝ごはんを出す ○ 「いただきまーす！」 元気なあさこちゃんはご飯もモリモリ食べます。 何であさこちゃんは元気なのにはやおくんは元気がなかったのでしょうか？ ※ここで子どもたちに気づいた点を聞けたら聞いてみてください。
6		○あさこちゃんは早寝早起きをして朝ごはんもしっかり食べました。 どうして元気になるために早寝早起き朝ごはんは大事なのでしょうか。 【朝ごはん】 ○朝ごはんは食べてみんなの体の中に入るとパワーに変わります。パワーがないとニコニコで元気に遊ぶことができません。 ★パワーを出す
7		【早寝早起き】 ○朝ごはんも食べないといけないし学校も行かないといけないから早起きしますよね？ 朝スッキリ起きて朝ごはんも美味しく食べられるようにたくさん寝ることが大切です。たくさん寝るために早寝をします。 夜すぐに眠れるようにたくさん体を動かして遊ぶことも大切です。 ★サッカーボールを出す ○眠る前にテレビやゲームをしてしまうと、目が覚めてなかなか眠れなくなってしまうので、寝る前はしないようにしましょう。 ★テレビ・ゲームを出す



○たくさん寝ると他にも良いことがあります。

今日習ったことが頭の引き出しに記憶としてしまわれます。

そしてどんどん体も大きくなりますよ。

★笑顔のはやおを出す

○「あさちゃんみたいに早寝早起きして朝ごはんをモリモリ食べるぞ！」

★時計を 9 時にして太陽と月を入れ替える

○「歯磨き OK、準備も OK、パパ、ママおやすみなさい！」

★はやおを布団に入れる

○早く寝たはやおくん。朝は早く起きられるかな？

★時計を 7 時にして月と太陽を入れ替える

朝ごはん出す

○「おはよう！体もきつくないしお腹空いちゃった！」

「いただきまーす！！」

○早く起きられてご飯もモリモリ食べることができましたね。

顔もニコニコで元気いっぱいです。

良いことがたくさんあるのでみんなも【早寝早起き朝ごはん】をしっかりといきましょう。

※↓ここでも子どもたちに復習として早寝早起き朝ごはんを大切にすることでどんな良いことがあるのか聞いてみてください。

- ・朝ごはんを食べるとパワーになって笑顔で元気に遊ぶ。
- ・早寝早起きをすると朝起きるのがきつくなならない。
- ・朝ごはんを美味しく食べることができる。
- ・体が大きく育つ。
- ・習ったことが記憶され忘れにくくなる。

てくてくも SHOP

〒805-0031

北九州市八幡東区槻田 2 丁目 1-23

TEL:080-4697-4478 FAX:093-616-8005

ショップ URL: <https://tectecmo.raku-uru.jp/>

