

入学までの過ごし方がまるわかり！

# 入学準備

ワンダーランド

保護者用  
特別付録

わくわく

# BOOK





# 小学校って 楽しいところ！

牧野カツコ先生  
お茶の水女子大学名誉教授。  
お茶の水女子大学附属幼稚園園長などを経て現職。著書に『子育てに不安を感じる親たちへ』(ミネルバ書房)など多数。



新しい出会いがたくさん的小学校。入学前、何よりも大切なのは、保護者も子どもと一緒に小学校生活を楽しむことです。「小学校って“最高”に楽しいところだよ！」と、子どもにたくさん伝えてあげてください。子どもはわくわくして、“最高”的スタートがきれるでしょう。

小学校生活にスムーズになじめるように、この1年間、どのように過ごしたらいいか、この冊子でお伝えします。

## 1 子どもだけで登下校する

これまででは、保護者に送迎してもらったり、園バスに乗って園に通っていましたが、小学生になると、子どもだけで歩いて登下校します。



## 2 45分×5時限分座る

小学校の授業は、1時限45分間。一日5時限とすると、225分(3時間45分)も座っていることになります。



## 園と小学校 4つの大きな違い

園生活と小学校生活ではいろいろなことが異なります。なかでも、実際に小学生になってから、戸惑うことが多い4つの違いについて、幼小連携に詳しい高柳先生にお聞きしました。保護者が事前に知って心の準備をしておくと、子どもが小学生になってから慌てるかもしれません。



高柳恭子先生  
宇都宮共和国大学子ども生活学部元教授。36年間、宇都宮大学教育学部附属幼稚園に勤務し、副園長を務める。

## 3 給食の時間が短い

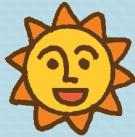
配膳や片づけも含めて、給食の時間は30分前後という小学校が多いでしょう。意外と食べる時間は短いものです。



## 4 自分で持ち物の管理をする

配られたプリントは自分で管理して持ち帰り、保護者に渡さなくてはなりません。また、園のときよりもプリントの量が増えます。





小学校生活をシミュレーション

# 新1年生の一日

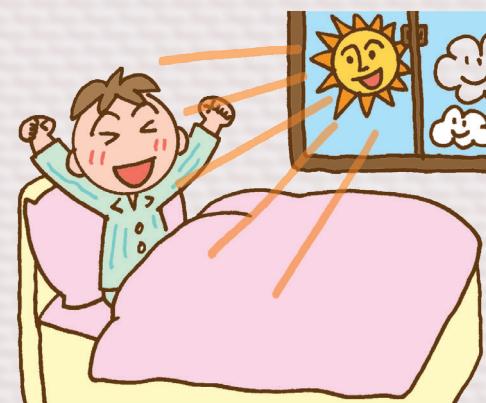


小学生になると、園とは一日の過ごし方がずいぶん変わってきます。  
1年生のタイムスケジュールを確認して、少しずつ小学校を意識した生活を心がけてみましょう。



6:00  
~  
7:00

## 起床



園生活と比べると、早起きになるケースが多いようです。時間に余裕をもって起きるようにならう。目覚めの悪い子は、まず「太陽光」を浴びるとよいでしょう。

### ★ ポイント

園の生活リズムから、少しずつ小学校入学後のタイムスケジュールに合わせていく  
→P.6-7 参照



7:30  
~  
8:00

## 登校

「集団登校」か「ひとりで登校」か、地域や学校によって通学方法は異なります。事前に確認し、通学するルートを親子で歩いてみましょう。

### ★ ポイント

通学路を子どもと一緒に歩いて、危険な場所はないかなどの安全確認をする  
→P.8-9



8:30  
~  
12:30

## 授業

朝の会の後、授業が始まります。1時限45分で午前中は4時限まであります。45分間、椅子に座って先生の話を聞いたり、集中して授業に取り組めるようにしておきたいものです。

### ★ ポイント

時間に沿った行動が必要→P.10-11、  
遊びの中で文字や数に触れる→P.16-19



12:30

## 給食

給食を食べる時間は20分程度です。時間内に食べ終えるよう、集中して食べる習慣をつけましょう。また、苦手なものを食べられるようにしたり、できるだけ残さないよう、食べられる量を知ることも大切です。

### ★ ポイント

配膳や片づけ、食べる時間など、時間配分を意識する  
→P.10-11

※入学して数日は給食がなく、午前の授業終了後に下校となります。



14:00  
~  
15:00

## 下校

帰りの会が終わったら、下校となります。家が同じ方向の友だちと一緒に帰るようにしましょう。寄り道しないで帰宅することも大切です。

### ★ ポイント

交通ルールを守り、安全に下校する→P.8-9

## 夕食・入浴



15:00

## 学習・明日の準備

帰宅後、宿題などの家庭学習を行い、連絡帳を見ながら明日の学校の準備をします。忘れ物がないか、よく確認しましょう。また、学校から持ち帰ったおたよりはないかと聞くなど、子どもが思い出せるようにしましょう。知らせのあった予定は、子どもと一緒にカレンダーにメモします。

### ★ ポイント

持ち物を管理する→P.12-13

### ★ ポイント

夕食や入浴時間を習慣づける  
→P.10-11



20:00

## 就寝

小学校低学年に必要な睡眠時間は、9~10時間。朝6~7時には目が覚めるよう、睡眠時間を確保しましょう。テレビやゲームなどで就寝時間が遅くならないように注意して。

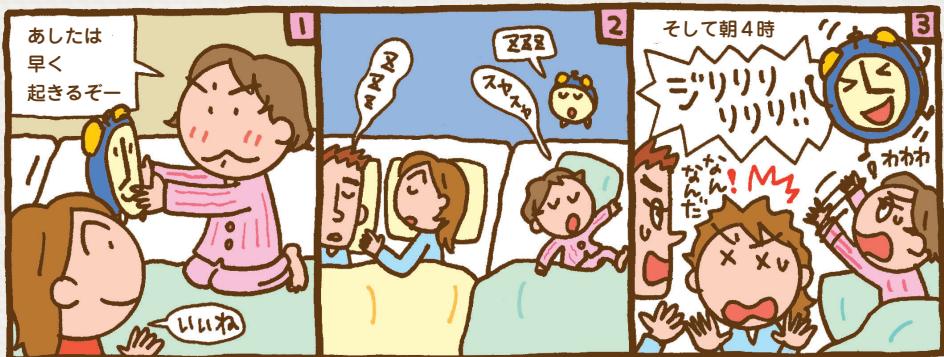
### ★ ポイント

早寝・早起きの習慣をつける→P.6-7、  
テレビやゲームの時間を守る→P.10-11



# 小学校の生活スタイルへ 早寝＆早起き

入学までに、早寝・早起き、朝ごはんの生活習慣を身につけておくと、小学校生活を毎日元気に過ごすことができます。



**起きる時間を早くすると、寝る時間も早くなる**

生活リズムを整えるためには、まず「朝早く起きる」ことが重要。決めた時間になつたら、どんなにぐっすり眠っていても起こしましょう。カーテンを開けて朝日を浴びたり、顔を洗ったりすることで目が覚めます。一日のスタートが早くなれば、夜寝る時間も自然と早くなります。また、寝る前のテレビやゲームなどは寝つきが悪くなるため、絵本を読むなどして静かに過ごすとよいでしょう。



**朝ごはんの時間を考えて起きる時間を決める**

朝、忙しいからといって朝ごはんを食べずに登校すると、ぼんやりてしまい、授業に集中できません。朝ごはんの時間を確保できるように、起床時間を決めましょう。だらだらと食べる理由は、空腹を感じていないため。朝、「おなかがすいた」と実感できるよう、ゴミ出しの手伝いなど、体を動かしたり日光に当たったりするとよいでしょう。



# 着替え・身じたく

ひとりで着替えはできても、脱ぎっぱなしになつていませんか？ 小学校では体操着への着替えなどがあるため、洋服をたたむこともできるようにしましょう。



**短い時間の中で着替えてたたむ**

小学校では、短時間で体操着に着替えなければならないことがよくあります。今から、脱いだ服が裏返っていたら元に戻しておく、シャツやズボンなどを簡単にたたんでおくことを少しづつ練習しましょう。入学までに、服をたためるようになるとよいでしょう。子どもが裏返しに脱いだ服を直していたら、「洗濯するとき助かる。ありがとう」とほめることで習慣づいていきます。



**着替え・身じたくのポイント**

・ボタン

上のボタンは見えにくいため、下のボタンから留めていくと掛け違いが少なくなります。



・服の前後や裏表

シャツ類はタグが後ろについていることや、洋服の端がボコボコしているほうが裏だと教えましょう。



・お尻を床につけないでくつをはく  
小学校では一斉にくつをはきかえる機会が多いため、座らずに、しゃがんでくつをはけるようにしましょう。



・和式トイレ

小学校のトイレはまだまだ和式も多いものです。外出先で見つけたら、練習してみましょう。便器の前方にしゃがむのがコツ。



## ひとりで安全に登下校

# 交通ルール＆防犯対策

小学生になると、子どもたちだけで登下校したり行動する機会が増えています。入学前に、交通ルールの確認をしっかり行いましょう。



### 登校・下校する時間に子どもと歩いてみる

入学前に親子で通学路を歩き、学校まで子どもの足でどれくらい時間がかかるか、危険な場所はないかなどを確認します。登下校する時間にあわせて歩くと、実際の様子がわかります。危険を感じたときに逃げ込める「子ども110番」の看板がある家やお店の位置も確認しましょう。



### 子どもの交通事故は「飛び出し」が多い

小学校低学年の子どもに多い交通事故は、「道路への飛び出し」。交差点などには「止まれ」の標識があります。「飛び出し」が危険なことを、この標識がある場所で教えると理解しやすいでしょう。横断が必要な場所では、どんなことに気をつけたらよいのか、きちんと教えておくことが大切です。また、子どもは大人をよく見ているので、保護者がお手本となるような行動を心がけましょう。

#### 道路を安全に横断するポイント

- ・いったん立ち止まる
- ・手をあげて、「右・左・右」を確認
- ・信号が赤に変わりそうなときは、急いで渡らず青になるまで待つ



## 犯罪に巻き込まれないために気をつけたいこと

……覚えておこう！「いかのおすし」……  
子どもが自分の身を守るために必要なことをまとめた標語です。

### いか 行かない

「おいで」と言わってもついて行かない



### の 乗らない

「車に乗って」と言わっても乗らない



### お 大声で叫ぶ

怖かったら、「助けて」と大声を出す



### す すぐに逃げる

「子ども110番」の家やお店など、人がいるところへすぐに逃げる



### し 知らせる

家族や先生など、まわりの大人に知らせる



**コラム** 高柳先生より

### 通学中には思いがけないことが起こります

#### バス・電車通学では貴重品の扱い方に注意して

通学ルートやマナーを守ることを伝えるほか、定期券の紛失にも気をつけましょう。脱ぐ可能性がある上着にはしまわず、ベルト通しにひも付き定期券入れのフックをかけて、ポケットに入れるをおすすめします。定期券には駅名や名前が書かれているため、首やかばんに下げないなど、他人から見えないようにする工夫も必要です。



# 時間に沿って行動する 時間の管理

小学校では時間通りに動かなければならないことが増えてきます。今のうちに時間の感覚を身につけて、時間内にこなす力を育てましょう。



## アナログ時計で 時間感覚を身につける

時計の読み方は低学年で習うため、「○時×分」と正確に読めないからといって焦る必要はありませんが、日常生活の中で時計に慣れておくことは大切です。その場合、デジタル時計よりアナログ時計を使うと、時間の長さを感じ的にとらえられるようになります。時計は数字がはっきりと書かれている、秒針がついたものがおすすめです。



## 「まず、すること」を 伝える

子どもに「出かける準備をして」「お風呂のしたくをして」と言っても、何からどう手をつけてよいのかわかりません。あっちもこっちも気になって、結局あたふたてしまいます。そのため、保護者が手順を考え、ひとつずつ段階ごとに指示すると効果的です。「先にごはんを食べよう」「トイレに行ってからパジャマを脱ごう」など、「まず、すること」を伝えることで、少しづつ自分で順序立てて行動できるようになります。



## テレビやゲームの時間を きちんと守る

子どもにとってテレビやゲームは、熱中しやすく長時間続けてしまいがちです。まずは、子どもと話し合って、「ゲームは一日30分」と約束しましょう。そして、キリのいいところで終わらせられるように、約束した時間の少し前に声をかけます。多少時間が過ぎても自分で終えられたら、たくさんほめましょう。テレビは見る番組を決めておくとよいでしょう。



## 「早く!」「まだ?」とせかさず、 余裕をもった声かけを

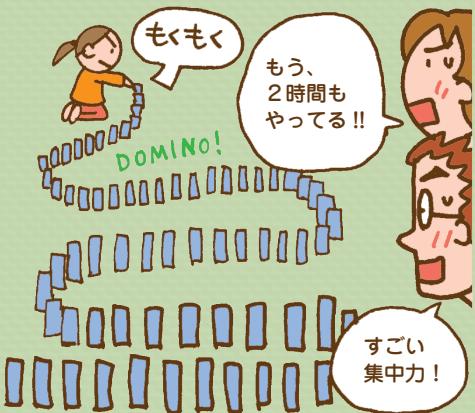
子どもが時間ぎりぎりで行動していると、保護者はつい「まだ?」「早くして!」などと口調がきつくなってしまいます。まずは保護者が落ち着くため、子どもに声をかける時間を10~20分程度早めにすることを心がけてみましょう。時間に余裕があれば、子どもの行動がゆっくりでも、途中でアクシデントが起こっても、イライラすることはできません。



## コラム 高柳先生より

### 好きな遊びに集中できる体験が、授業の集中にもつながります

「子どもは集中力がない」というのは、大人の勝手な考えです。実は、子どもは自分が好きなことに対しては、2時間も集中できた例があります。ビーズやドミノなど、子どもの興味はそれぞれですが、集中してひとつのことに取り組んでいたら、少し待ってあげることも大切。子どもは、「集中できた」という体験を重ねることで、小学校の授業で先生の話をしっかりと聞けたり、興味のない分野でも自分なりの課題を見つけたりして、積極的に取り組めるようになります。



自分の物は自分で片づける習慣をつけたい

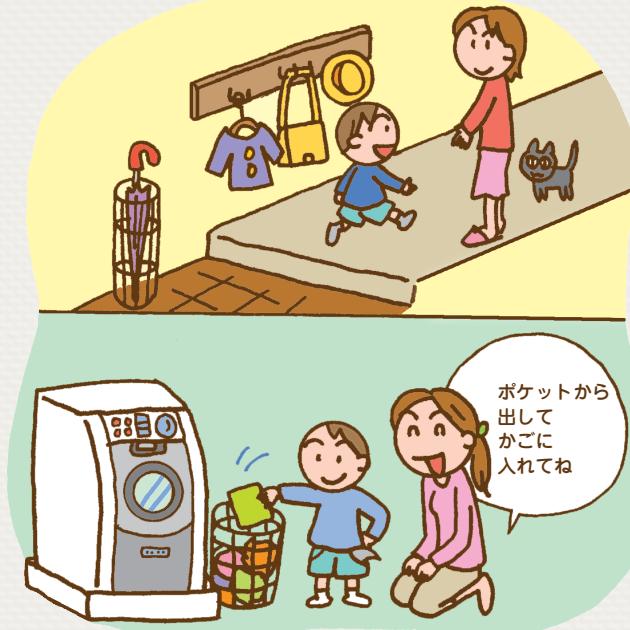
# 持ち物の管理

小学生になると、時間割を見て翌日必要な持ち物を準備したり、学校の机やロッカーなどの管理も必要になります。今のうちから、園の用意を子どもと一緒にするようにしましょう。



## 物の置き場所を決めておく

子どもが毎日使う持ち物は、置き場所を決めておきます。そして、園バッグや制服、帽子、ハンカチ、ティッシュなどは、子どもが自分で管理する習慣をつけましょう。園から帰ったら、ハンカチは洗濯かごに入れる、ティッシュはポケットから出して決まった場所に置くようにすれば、生活の流れが身につきます。



## あれもこれもではなく、ひとつずつ取り組む

たとえば、「外出するときのしたく」には、トイレをすませ、着替えて、ハンカチとティッシュを持ち、くつをはく……というように、一連の流れがあります。そこで、まずはハンカチとティッシュを自分で準備するよう促してみましょう。ひとつずつ丁寧に取り組むことで、やがて「外出するときのしたく」のいくつもの段階を自分で進められるようになります。



## 小学校に持っていく物は意外と多い

1年生が毎日学校に持っていく物は、たくさんあります。教科書やノートのほか、筆箱、連絡帳……。さらに月曜日には体操着や給食着、授業によっては絵の具セットや鍵盤ハーモニカなども必要です。学年が上がると、書道セットやリコーダーなど持ち物が増えていくので、置き場所を決めたら、「使った後は元の場所に戻す」ことを習慣づけましょう。

### 毎日持っていく物

教科書  
ノート  
下敷き  
連絡帳、連絡袋  
筆箱  
ハンカチ  
ティッシュ など

### 必要に応じて持っていく物

体操着  
給食着  
鍵盤ハーモニカ  
絵の具セット  
学習用タブレット など

コラム 高柳先生より

## 持ち物をなくしたら、先生に言いましょう

物の管理ができないと、物をなくしてしまうことがあります。子どもが「なくした」と言ったら、すぐに買うのではなく、まず探してみるよう声かけをしましょう。持ち物には、自分の名前を書いてたり、マークをつけたりするとよいでしょう。



# 少しづつ社会性を身につける コミュニケーション

(あいさつ・返事、意思表示、人の話を聞く)

名前を呼ばれたら返事をしたり、あいさつができる……。当たり前のことのようですが、入学までにできるようになっておくと、友だちや先生との関係づくりもスムーズです。



## まずは親子であいさつする

子どもが朝起きてきたら「おはよう」、手伝いをしてくれたら「ありがとうございます」と、保護者から積極的に子どもに声をかけましょう。子どもは親の行動をよく見ているため、あいさつを返してくれるようになります。また、おしゃべりが苦手な子どもが、あいさつや返事ができたときは、「えらかったね」と笑顔でほめてあけましょう。



## してよいことと悪いことをきちんと伝える

小学生になると、ひとりで行動することもいため、してもよいことと悪いことはしっかり伝えておく必要があります。なかでも、「人の心と体を傷つけてはいけない」ということは丁寧に伝えましょう。もし、相手を傷つけるような言動が見られたら、「お母さん、ちょっと傷ついたな」「そんなこと言わいたら悲しいな」と、やさしく諭しましょう。



## 話をよく聞いてもらった子は、人の話を聞くことができる

子どもは、言いたいことがあってもうまく言葉でできないことや、ゆっくりとしか話せなかったりすることもあります。それでも、保護者や園の先生が話を熱心に聞いてあげると、子どもは「聞いてもらつてうれしかった」「わかつてくれた」と思い、自分も同じように人の話に耳を傾けられるようになります。



## 自分の気持ちを伝えられるようになろう

授業中にトイレに行きたくなったとき、先生が「どうしたの?」と声をかけてくれるまで待つのではなく、自分の気持ちを伝えられるようにしておきましょう。たとえばお店で「トイレはどこですか?」と聞いてみるなど、入学前に、気持ちを相手に伝える体験をさせましょう。



**コラム** 高柳先生より

## 子どもの思いをくみとって

まだ語彙が少ない子どものひと言には、思いがギュッとつまっています。私が園に勤めていたとき、登園してきた子どもに「金魚の水が温かかった」と言われたことがあります。そのときは、おやつを食べたり、手をつないで散歩に出かけるなど、気持ちがなごむ環境をつくってから、子どもとゆっくり話をするとよいでしょう。



コミュニケーション



楽しく授業を受けられるように

# 学習の心得

「小学校に上がったら勉強についていけるのか不安」という保護者も多いようです。授業を理解し、楽しく学習するためには、入学前にどのような準備が必要なのでしょうか。

## 現状

### 入学前にひらがなを読める子が大多数

テレビや絵本、お店の看板など、子どもたちの生活の中には文字や数字があふれています。文字や数字に触れる機会が多いと、「これ、なんて読むの?」などと子どもは興味をもち、知りたがるようになります。入学までにひらがな（五十音）に親しめるようにしましょう。



### 鉛筆に慣れておこう

ひらがなや数字を書く練習をする前に、鉛筆に慣れておきましょう。鉛筆はBか2Bを使い、正しく持てるようにしておきます。間違った持ち方をしている子どもの多くは、鉛筆をギュッと握りしめ、手に力が入っています。その状態では文字を書くことや線を引くことが大変で、授業に集中できず、学習への理解度が低くなってしまうこともあります。



### 遊びの中で文字や数に触れよう

ひらがなを読めるようにしなくちゃと、机に向かって勉強をさせるのではなく、遊びの中で文字や数字に触れる体験をたくさんして、興味をもてるようになることが大切です。「書く」ことは後まわしにして、「読み」を優先させましょう。好きな本を何度も読んで、暗記してしまうくらいになるといいですね。



## 自然や社会への興味や関心に寄り添う

子どもは、水たまりがあつたら入りたがり、階段があつたら上りたくない、虫がいたら捕りたくないます。このように、自然体験や社会生活の中で、いろいろな興味をもつことが大切です。保護者は、「小学校で習うかもしれないね」「小学校の図書館にはいろいろな本があるんだって」などと、小学校での学びを楽しみにするような対応をしましょう。図鑑や地球儀などを部屋に置いてもよいでしょう。子どもは知る喜びを感じ、学習意欲が高まります。



総合学習絵本「ワンダーランド」で、入学までに必要な「数」や「言葉」etc 考える力が楽しく身につきます。

「ワンダーランド」は、「数」や「言葉」のほか、「社会」「なぜなに」「英語」「プログラミング」「気持ち」ページなど、小学校入学までに大切なテーマがそろっています。たとえば、「数」はシールを使って、集合数や1対1対応、数の合成など、数への興味を引き出し、遊びながら考える力を養います。付録のあいうえお表や図鑑なども活用し、数や言葉、自然への興味や関心を深めましょう。



# 小学校で楽しく学ぶ力を遊びや生活から育みましょう

平山 許江 先生



## プロフィール

子育てや大学院入学などの期間をはさみながら、断続的に幼稚園に20年間勤務した後、保育者養成大学に勤める。現在は大学非常勤講師の傍ら、「保育業者」の肩書で、保育者や保護者に楽しい保育のあり方を発信している。主な著書に、「ほんとうの知的教育」シリーズ、『平山許江の知育あそび』(共に世界文化社)などがある。

就学前の遊びや生活を工夫することで、小学校に入ってから必要となる学ぶ力を身につけましょう。具体的に何をどう教えたらよいのか、平山許江先生にお聞きしました。

ひらがなの読み書きができる、足し算ができる、英語も始めなくちゃ……。入学までに子どもにどのくらいの学力を身につけさせたいかは保護者によって異なりますが、すべての教科で基本となるのは、「ことば」と「知的好奇心」です。では、どうやって子どもに教えればよいのでしょうか。

小学校の勉強では自分が「知らないこと」と「できないこと」にたくさん出会います。ですから、知らないことやできないことから逃げるのではなく、「知りたい・教えてほしい」という気持ちをもつことが重要です。

気をつけたいのは、文字や数など学校の勉強のようなことに対して、間違いを厳しく指摘しないことです。歌や体操では間違えても笑顔で拍手を送っているのに、「勉強っぽい!?」ことになると許せない保護者は多いでしょう。しかし、「あら、



## .....学ぶ力を育む体験例.....

### ☆「の」の字探し

新聞紙を1枚広げ、家族で囲みます。それぞれが違う色のマーカーを持ち、新聞に書かれている文字の中から「の」の字を探して○をつけましょう。



### ☆ひらがなbingo

5×5(または3×3)のマスのbingo表を作り、好きな文字を記入します。保護者は「い」など1文字ずつ読み上げ、子どもはその文字を○で囲みます。



### ☆配膳の手伝い

はしやスプーンを「1人に1つずつ」配ります。これが数の理解の基本「1対1対応」につながります。



### ☆いろいろ文字集め

画用紙を46枚用意します。雑誌や広告などを見て、「あ」から「ん」までの文字を切り抜き、同じ文字をそれぞれ同じ画用紙に貼ります。



### ☆買う物を覚える

買い物の前に「牛乳を買うのでよろしくね」と、子どもに頼んだり、メモを渡したりして、確認させます。記憶した物を思い出す練習になります。



### ☆「分類」して片づける

いろいろな物を「基準」に従って分けます。すべての物が分類できるように、「基準に合わないもの」を入れる場所も用意しておくことが大切です。



## - Contents -

園と小学校4つの大きな違い	P.3	時間の管理	P.10
新1年生の一日	P.4	持ち物の管理	P.12
早寝＆早起き	P.6	コミュニケーション	P.14
着替え・身じたく	P.7	学習の心得	P.16
交通ルール&防犯対策	P.8		



## ワンドーランド付録

監修／平山許江(保育業者)

町山太郎(まどか幼稚園園長・玉川大学教育学部他 非常勤講師)

取材／牧野カツコ(お茶の水女子大学名誉教授)

高柳恭子(宇都宮共和国大学元教授)

イラスト／Igloo\*dining\*(表紙:P.2～3) 山口まく(P.4～19)

編集協力／吉野玲 デザイン／坂田良子

発行／株式会社世界文化ワングループ

〒102-8192 東京都千代田区九段北4-2-29

電話／本の内容について 03(3262)5121

その他お問い合わせ 03(3262)5128

校正／株式会社円水社

印刷・製本／共同印刷株式会社

©Sekaibunga Wonder Group, 2024.

無断転載・複写を禁じます。