

ぼく にち しょうがくせい 僕の1日 (小学生)

URL: <https://youtu.be/rHZiUG3glnY>

今回は「僕の1日 (小学生)」を学びながら、日本語を勉強しましょう。
この動画は、前半は少しゆっくりのスピードで、漢字には " ふりがな " があります。
後半は少しだけ速く (+ 20 %) なり、漢字に " ふりがな " はありません。
学習にお役立てください。

■ ぼく 僕のこと

僕の名前は山田たくやです。小学校三年生で、毎日元気に学校へ通っています。
学校では国語や算数を勉強したり、先生の話の話を聞いたりします。休み時間には
友達と遊ぶのが楽しいです。

僕の家族は四人です。お父さんとお母さん、そして妹がいます。妹は小学校一
年生で、まだ体は小さいけれど、とても元気です。時々けんかをしますが、す
ぐに仲直りします。妹はよく、僕のすることを真似てきます。僕が勉強して
いると、妹も隣に座って本を開きます。でも、少しすると飽きてしまって、ぬ
いぐるみで遊び始めます。

僕はサッカーが大好きです。休み時間には友達と校庭でボールを蹴って走り回
っています。僕は走るのが速いので、試合ではよくゴールを決めます。たまに
転んでしまうこともあるけれど、みんなと一緒に体を動かして遊ぶのがとても
楽しいです。

食べ物の中では、カレーライスが一番好きです。お母さんが作ってくれるカレ
ーは、にんじんやじゃがいも、それにお肉がたっぷり入っていて、すごくおい
しいです。中でも、じゃがいもが僕のお気に入りです。甘い物も好きで、チョコ
レートやケーキを食べると幸せな気持ちになります。でも、お母さんに「食
べすぎるとよくないよ」と言われるので、食べすぎないように我慢しています。

■朝の時間

学校がある日の朝は、6時30分に目覚まし時計が鳴ります。でも、すぐには起きられません。お母さんが「そろそろ起きなさい」と声をかけてくれると、ようやく目を開けます。体がまだ眠くて、布団の中から出たくない気持ちになります。それでも、学校へ行くのは楽しみなので、がんばって布団から出ます。

顔を洗って、髪をとকাশみます。それからパジャマを脱いで、制服に着替えます。まだ少し眠いので、頭がぼんやりしてしまいます。でも、のんびりしていると時間がなくなってしまうので、なるべく急いで動くようにしています。

朝ご飯はお母さんが毎日作ってくれます。今日のご飯と味噌汁、そして玉子焼きでした。僕は玉子焼きが大好きです。甘い味としょっぱい味の2種類があって、お母さんはいつも「どっちがいい？」と聞いてくれます。今日は甘い玉子焼きを選びました。

朝ご飯を食べ終わったら、歯を磨きます。歯みがきをしないと虫歯になるから、毎日かかさずにしています。次に、ランドセルの中身をもう一度確認します。前の晩に準備しておいたけれど、忘れ物がないように朝もチェックするようにしています。今日は図工の授業があるので、のりと色鉛筆をランドセルに入れました。

全部の準備が終わったら、少しだけテレビを見ます。でも、ゆっくりしすぎるとお母さんに「もう時間だよ！」と言われるので、あわてて出かける用意をします。ランドセルを背負って、靴を履きます。「行ってきます！」と元気に言って、家を出ます。朝はまだ少し寒いけれど、歩いているうちに体が温かくなってきて、元気が出てきます。

■学校へ行く

家を出ると、ひんやりとした朝の空気を感ずります。空はまだ少し暗いけれど、遠くのほうが少しずつ明るくなってきて、朝が始まるのを感じます。

僕は毎日、歩いて学校へ行きます。学校までは歩いて20分くらいかかります。

僕の家の近くには、大きな公園があります。朝の公園は人がほとんどいなくて、とても静かです。時々、小鳥のさえずりが聞こえて、気持ちが落ち着きます。道を歩いていると、近所のおじいさんやおばあさんが「おはよう」と声をかけてくれます。僕も元気に「おはようございます」とあいさつを返します。

少し歩くと、友達の家前に着きます。「おはよう！」と声をかけて、一緒に学校へ向かいます。友達と話しながら歩くと、学校までの道のりがとても楽しくなります。昨日見たテレビの話をしたり、今日の学校で楽しみにしていることを話したりします。時には、しりとりをしたり、どちらが早く歩けるか競争したりします。

学校までの道には横断歩道があります。そこは車の通りが多い場所なので、左右をよく見てから渡るようにしています。横断歩道の近くには、いつも見守りをしてくれているおじいさんが立っています。「気をつけてね」と声をかけてくれるので、僕も「ありがとう！」とお礼を言います。

学校の門の前に着くと、他の友達もたくさん集まっています。「おはよう！」とあいさつを交わしながら、校門をくぐります。先生が門の前に立っていて、来る子どもたち一人ひとりに「おはよう」と声をかけます。

教室に向かう前に、まず上履きに履き替えます。脱いだくつは下駄箱にきちんと入れてから、教室へ向かいます。教室のドアを開けると、中から元気な友達の声が聞こえてきます。僕も「今日はどんなことをするのか」と友達と話しながら、自分の席に座ります。まだ授業は始まっていないけれど、今日一日の学校生活が楽しみで、わくわくした気持ちになります。

■学校での勉強

朝の会が始まります。先生が前に立って、「おはようございます」とあいさつします。僕たちもそろって、「おはようございます！」と元気に声を出します。朝の会では、今日の予定を聞いたり、大切なことをみんなで確認したりします。時々、先生が楽しい話やクイズをしてくれるので、朝から明るい気持ちになります。

いち じかん め こくご じゅぎょう せんせい こくばん きょう がくしゅう か
一時間目は国語の授業です。先生が黒板に「今日の学習」について書きはじめ
たので、僕たちはノートと教科書を机の上に出します。今日は「物語を読んで、
大事なところを考える」勉強です。先生が教科書の物語を、大きな声で読んで
くれます。僕は教科書を目で追いながら、真剣に聞きました。

せんせい よ お はなし しゅじんこう きも おも
先生が読み終わると、「このお話の主人公は、どんな気持ちだったと思います
か？」と質問しました。僕は少しドキドキしながらも、思いきって手を上げま
した。そして、「うれしかったと思います！」と答えると、先生はにっこり笑
って、「いいですね！」とほめてくれました。

に じかん め さんすう きょう ざん がくしゅう せんせい こくばん もんだい か
二時間目は算数です。今日はわり算の学習です。先生が黒板に問題を書き、み
んなに「まずは自分で考えてみましょう」と言いました。僕はノートに計算を
書きながら、じっくり考えました。少し難しいけれど、数字を使って考えるの
はおもしろいです。

せんせい ひと き ぼく て あ せんせい さ
先生が「できた人？」と聞いたので、僕はまた手を上げました。先生に指され
て、黒板に出て答えを書きました。正解だったのでホッとして、少し自信がつ
きました。

さん じかん め ずこう きょう いろがみ き かたち つく こうさく ぼく
三時間目は図工です。今日は色紙を切って、いろいろな形を作る工作です。僕
は星の形や魚の形をていねいに切って、色鉛筆でカラフルにぬりました。友達
と「これ、かっこいいね！」「うまくできたね！」と見せ合って、楽しく過ご
しました。図工は僕の好きな授業の一つです。

よん じかん め たいいく そと で うんどうじょう なら きょう
四時間目は体育です。みんなで外に出て、運動場に並びます。今日はリレーの
練習です。僕は走るのが得意なので、やる気いっぱい走りました。バトン
をしっかり持って、全力でゴールまで走ります。先生が「ナイスラン！」と声
をかけてくれて、とてもうれしかったです。たくさん体を動かして、ちょっと疲
れたけれど、すごく楽しかったです。

ごぜん ちゅう べんきょう お きのう じかん きょう なに たの ます
午前中の勉強が終わるころには、おなかですいてきます。もうすぐ楽しみにし
ている給食の時間です。今日のメニューは何か、とわくわくしながら待つて
います。

■お昼の時間と友達との会話

午前^{ひる}の授業^{じかん}が終わると、僕^{ともだち}のおなかはペコペコです。みんなも「おなかすいた！」と言^かっています。先生^{せんせい}が「今日^{きょう}の給食^{きゅうしょく}は何か^{なに}？」と言^いうと、黒板^{こくばん}の横^{よこ}に書いてあるメニュー^{メニュー}を見^みます。今日^{きょう}はカレーライスとサラダと牛乳^{ぎゅうにゅう}です。僕^{ぼく}の好きなメニュー^{メニュー}なので、とても楽しみ^{たの}です。

給食^{きゅうしょく}当番^{とうばん}の人が白^{しろ}いエプロンと帽子^{ぼうし}をかぶって、給食^{きゅうしょく}のワゴン^{はこ}を運^{はこ}んできます。先生^{せんせい}が「静^{しず}かに並^{なら}びましょう」と言^いうので、みんなで並^{なら}んで、順番^{じゅんばん}にカレーをもらいます。大きなお皿^{おお}に、カレーがたっぷり入^{はい}っています。

「いただきます！」とみんなで手^てを合^あわせて言^いいます。スプーン^もを持^もって、カレー^{ひとくち}を一^{ひと}口^{くち}食べ^たます。「おいしい！」友^{とも}達^{だち}も「今日^{きょう}のカレー、いい味^{あじ}だね！」と言^いっています。サラダもシャキシャキ^{ぎゅうにゅう}して^のいて、おいしいです。牛乳^{ぎゅうにゅう}を飲^のむと、口^{くち}の中^{なか}がさっぱり^{さっぱり}します。

食^たべながら、友^{とも}達^{だち}といろい^{はなし}ろいろな話^{はなし}をし^します。「今日^{きょう}の体^{たい}育^{いく}、楽^{たの}しか^{たの}ったね！」「図工^{ずこう}で作^{つく}ったもの、見^みせてよ！」楽^{たの}しい話^{はなし}が続^{つづ}いて、あ^まっという間^まにご飯^{はん}がなくな^なります。先生^{せんせい}が「みんな、静^{しず}かに食^たべま^いしょう」と言^いうので、少^{すこ}し小^{ちい}さい声^{こえ}で話^{はな}します。

食^たべ終^おわった人^{ひと}から、お皿^{さら}を片^{かた}づけ^づます。牛乳^{ぎゅうにゅう}パ^パックはたたま^たなけ^なればい^いけ^けない^{ない}ので、僕^{ぼく}も丁寧^{ていねい}にた^たみま^ました。みんなで食器^{しょっき}を戻^{もど}したら、「ごちそうさ^さま^まで^でした！」と言^いいます。

給食^{きゅうしょく}のあ^あとは、昼^{ひる}休^{やす}みで^です。校^{こう}庭^{てい}に出^でて、友^{とも}達^{だち}と遊^{あそ}びま^ます。僕^{ぼく}はサ^すッカ^かーが好^すきな^すので、友^{とも}達^{だち}とチ^ちームを^を作^{つく}って試^し合^{あい}をし^します。ボ^ぼール^るを蹴^けって、友^{とも}達^{だち}にパ^パスを出^だします。「ナ^なイス！」とほめ^{ほめ}られ^{られ}るとうれ^{うれ}しい^いです。

教^{きょう}室^{しつ}で遊^{あそ}ぶ子^こもい^いま^ます。折^おり紙^{がみ}を折^おったり、本^{ほん}を読^よんだ^だりして過^すご^ごして^{して}いま^ます。時^{とき}々^{とき}先生^{せんせい}も話^{はなし}に入^{はい}って、楽^{たの}しい時^{とき}間^{かん}にな^なりま^ます。昼^{ひる}休^{やす}みは、友^{とも}達^{だち}とた^たくさ^さん話^{はな}せ^せる大^{たい}切^{せつ}な時^{とき}間^{かん}で^です。

昼^{ひる}休^{やす}みが終^おわると、午^ご後^ごの授^{じゅ}業^{ぎょう}が始^{はじ}ま^まりま^ます。ま^あだ遊^{あそ}びたい^{きもち}気^き持^もちもあ^ある^るけ^けれ^れど、み^みん^んなで勉^{べん}強^{きやう}を^をが^がんば^んりま^ます。

■放課後の過ごし方

午後の授業が終わると、先生が「これで今日の勉強は終わりです」と言います。みんなで「ありがとうございました！」とあいさつをして、帰る準備をします。ノートや鉛筆をランドセルに入れて、机の上を片づけます。ランドセルを背負って、下駄箱へ行き、靴を履き替えます。

学校の門を出ると、友達と「今日の授業、難しかったね」「体育の時間、楽しかったね」と話しながら歩きます。帰り道は朝と違って、疲れて少し元気がなくなっています。でも、友達と話していると、すぐに楽しい気分になります。

僕はまっすぐ家に帰る日もあるけれど、時々公園に行って、友達と遊びます。今日は公園に行くことにしました。公園に着くと、もう何人かの友達が来ていました。「何して遊ぶ？」と言うと、「鬼ごっこしよう！」とみんなが言いました。

鬼ごっこが始まります。僕は最初の鬼になりました。「待てー！」と言いながら、みんなを追いかけます。友達は素早く逃げます。でも、僕も走るのが速いので、一人をつかまえました。すると、今度はつかまえた友達が鬼になり、また走り始めます。

しばらく遊ぶと、疲れました。「もう帰ろう」と言って、みんなでランドセルを持ちます。「また明日！」と友達に手を振って、それぞれの家へ向かいます。

僕は家に帰ると、すぐに「ただいま！」と言います。お母さんが「おかえり」と言ってくれます。靴を脱いで、ランドセルを下ろします。そして、すぐに手を洗います。お母さんに「今日、何をしたの？」と聞かれるので、「鬼ごっこしたよ！たくさん走った！」と話します。お母さんは「それは楽しかったね！」と言いました。

家に帰ると、もう夕方です。そろそろ宿題をしないといけません。僕はいつも少し休んでから宿題をします。

■家で時間と宿題

ランドセルの中から宿題を出します。今日は漢字の練習と、算数のプリントです。まず、漢字ドリルを開いて、一文字ずつ丁寧に書きます。時々間違えてしまうけれど、ゆっくり書けば大丈夫です。お母さんに見せると、「きれいに書けているね!」とほめられました。

次は算数のプリントです。今日の問題はかけ算です。簡単な問題はすぐにできるけれど、少し難しい問題もあります。考えても分からないときは、お母さんに聞きます。お母さんは優しく問題の解き方を教えてくれます。僕は頭を使って、もう一度考えます。分かったときは、とてもすっきりします。

宿題が終わったら、夕ご飯まで少し自由な時間があります。本を読んだり、ゲームをしたりします。僕はサッカーが好きなので、小さなボールを蹴って遊びます。妹はぬいぐるみで遊んでいます。時々妹が「一緒に遊ぼう」と言うので、お店屋さんごっこをします。

しばらく遊んでいると、お母さんが「そろそろご飯の準備をするよ」と声をかけてくれます。もう夕ご飯の時間が近づいてきました。

19時ごろになると、食卓にいい匂いが広がってきます。ちょうどそこには、お父さんも家に帰ってきていることが多く、家族みんながそろいます。一日の終わりに、みんなで食べるご飯は、ほっとする大切な時間です。

■夕ごはんは家族の時間

お母さんが「ご飯ができたよ!」と呼びます。テーブルには、おいしそうな料理が並んでいます。今日のメニューは、魚の塩焼き、味噌汁、ご飯、サラダです。僕は魚が好きなので、うれしくなります。

「いただきます!」家族みんなで手を合わせて言います。まずは、味噌汁を一口飲みます。温かくて、ほっとします。お母さんが「魚の骨に気をつけてね」と言うので、ゆっくり食べます。お父さんは「今日の学校はどうだった?」と聞いてきます。僕は「サッカーがんばったよ!」と話します。お父さんは「すごいね!」と言ってくれました。妹も「私も学校でお友達と遊んだよ!」とうれしそうに話します。

お母さんが「今日の給食は何だった？」と聞くので、「カレーライスだったよ！」と答えます。「おいしかった？」と聞かれて、「すごくおいしかった！」と言いました。お母さんは「じゃあ、今度カレーを作ろうね」と言いました。

ご飯を食べ終わると、「ごちそうさまでした！」とみんなで言います。お父さんが「おいしかったよ」と言うと、お母さんは「ありがとう」とにっこりします。

食後は、少しテレビを見たり、お父さんとお話したりします。お父さんは仕事の話をしてくれます。僕はまだ難しいことは分からないけれど、一生懸命聞きます。妹は少し眠そうな顔をしています。

お母さんが「お風呂に入る時間だよ」と言います。僕はのんびりしたいけれど、あとで入ると眠くなってしまうので、すぐにお風呂の準備をします。

■夜の時間とリラックス

僕はタオルと着替えを持って、お風呂へ行きます。お風呂のドアを開けると、温かい湯気が広がります。お湯に入ると、気持ちがよくなります。

シャンプーで髪を洗って、体もきれいにします。お風呂の中では、ぼーっとしたり、手でお湯をすくって遊んだりします。妹と一緒に入る日は、アヒルのおもちゃを浮かべて、ゆっくりお湯につかります。

お風呂から出ると、すぐにタオルで体を拭きます。パジャマを着て、髪をドライヤーで乾かします。お母さんが「しっかり乾かさないと風邪をひくよ」と言うので、丁寧に乾かします。

パジャマに着替えたら、リビングで少しのんびりします。お父さんがニュースを見ているので、僕も一緒に見ます。でも、難しい話ばかりなので、すぐに本を読みたくなります。本を開くと、いろいろな物語の世界に入ることができて楽しいです。

お母さんが「そろそろ寝る準備をしようね」と言います。僕はランドセルの中をチェックします。明日の時間割を見て、必要な物をそろえます。筆箱の中の鉛筆もチェックして、削れていないものがあれば、削ります。準備ができると、気持ちがすっきりします。

最後に、歯を磨きます。虫歯にならないように、しっかり磨きます。お母さんに「ちゃんと磨けた？」と聞かれるので、「うん！」と答えます。

すべて終わると、布団に入ります。

■布団の中で考えること

布団に入ると、体がポカポカして気持ちがよくなります。ふわふわの布団にくるまると、安心します。部屋の電気が消えて、まわりが暗くなります。でも、怖くありません。すぐそばに家族がいるから、大丈夫です。

目をつぶって、今日のことを思い出します。朝、眠かったけれど、がんばって起きたこと。学校で先生にほめられたこと。友達と給食を食べて、たくさん話したこと。公園で鬼ごっこをして、いっぱい走ったこと。どれも楽しかったな、と思います。

「明日は何をするのかな？」と考えます。算数の授業があるので、難しい問題が出るかもしれません。でも、がんばればできるはずです。体育の時間は、リレーの練習です。どこまで速く走れるか試してみたいです。楽しいことがたくさんあります。

時々、不安になることもあります。でも、きっと大丈夫です。先生も、友達も、お母さんも、お父さんも、みんなそばにいます。何かあっても、助けてくれる人がいます。だから安心して眠れます。

目を閉じると、だんだん眠くなってきます。体が布団の中で、ゆっくり沈んでいくような感じがします。「今日もいい一日だったな…」そう思いながら、僕はそっと目を閉じます。楽しい夢が見られるといいな。おやすみなさい。

「僕の1日（小学生）」はいかがでしたか。
コメント欄から感想をみんなに教えてください。
それでは、また別の動画でお会いしましょう。



Japanese-listening-SUSHI

