

保育園の一日(おおむね1歳3か月～2歳未満)



登園



おやつ

・スプーンの持ち始めのころは、上から握ります。一緒に支えながら食べられるようにします。徐々に一人でスプーンを握れるようになってくる頃は、こぼしながらも自分で食べられるようになります。この頃から“ぎゅっ”と握っていた頃に比べ、軽く握る持ち方へと変わってきます。手首を動かして食べられるようになってきたら、スプーンを下から持つように変えていきます。



昼食



昼寝



朝の挨拶は一日の始まりです。一日元気に過ごせるように、子どもの体調や様子など毎日健康観察を行っています。



くつも自分で



ぐるぐる丸は子どもの笑顔



自分の世界の充実



まて まて～



おやつ



Q. トイレット・トレーニングを始める時期は？

A. 自分で上手に歩けるようになり、言葉もいくつかしゃべれるようになると、大脳皮質が発達してきて尿意を感じる準備に入ったということです。この段階にまで発達したら、まず、子どものことをよく観察して、おしっこの間隔とリズムをつかむことが大切です。

生活



異年齢で遊ぶ経験はとても大切です。

お友だちや周囲の人への関心が高まります。同じものを見たり、同じ玩具を手にしたりしながら同じ動作や身振りをしたり、友達に手を伸ばしたり笑い合ったりするようになります。



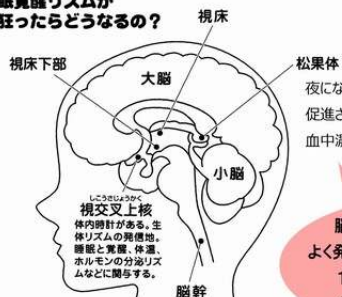
降園

今日一日の様子を伝えます。“さよなら また あしたね”安心できる場所となってくれるよう努めています。

からだ = ねる子はのびる = (運動機能) なぜねる子は育つの？

成長ホルモンは、ぐっすり眠っているあいだに出るそうです。たっぷり寝ない子や寝るのが遅い子はどうなのでしょう？
脳の成長に影響が起きると考えられます！
下の図を見て考えましょう。

睡眠リズムが狂ったらどうなるの？



脳の松果体が7歳位までによく発達するため、一生のなかでも1～5歳ごろのメラトニンの分泌量が最大になります。

人間は星行性の動物です。

昼間、脳を目覚めさせるために夜はまとめて脳と身体を休ませているのです。だから睡眠はとても大切なのです。

遊び



これ、かぼちゃの花？



パー

Q. 子どもは何時間寝ないといけないのですか？

A. あくまでも目安ですが、1歳児で11～13時間、4～5歳児は8時就寝、6時起床を目標として約10時間と考えてよいでしょう。まず、そこからです。

メディア漬け=これでいいの？

1～2歳の子どもは、いたずら盛り。子育てに手を焼く時期です。しかし、テレビやビデオにベビーシッターをさせていると言葉の発達やコミュニケーション能力に問題が出てきます。

あたま (言葉・認識)



なかよし

こころ (感情・社会性)

Q. かみつきはどうしておこるの？

A. この年齢は少しずつ自我が芽生え自己主張が表れ始め、自分の思いを出し始めるものの、気持ちを抑えることや、言葉での表現の発達がまだ十分でないため、思いが先走り、かみつきという行動になってしまいます。成長とともに、かみつきは少なくなるので、あまり心配しすぎずに！

