

保育園の生活(おおむね4歳)

★正しい食生活を身につけよう!

幼児期の体と心の発達や発育のためには、幼児期から食習慣を確立させ、幼児を取り巻く環境を整えることが大切です。「食育」とは、生きるうえでの根幹になるものであり、幼児期の早い時期からよりよい食習慣を確立させる必要があります。

◎ 4歳児の食行動として

- ①食事の手伝いをする。
- ②食事のマナーを理解し、行う。
- ③手洗いの習慣がつく。
- ④食事に興味・楽しみを覚える。

以上4つのことで食に興味、関心を引き出しましょう。



よし! たまねぎめくぞー!



こころ
(感情・社会性)

乳歯の虫歯は要注意! 永久歯や体への影響リスクは大きい!

乳歯の存在は、顎の発達・顔の輪郭の形成・身体の発育・永久歯の歯並び等に影響しますので乳歯の発育を放っておいてはいけません。特に乳歯と永久歯と一緒に生えている時期はとても虫歯になりやすい時期です。



かむことは大切

言葉の発音の発達
脳の働きが活発になります

だ液の分泌が盛んになり消化を助けます。

あごの骨や筋肉の成長を助けます。

歯肉に刺激が伝わり、歯を支えている骨や組織が丈夫になります。

だ液の分泌により、食べかすが歯につくのを防ぎます。



ブクブクみんでフックみんで素洗口

～全身のバランスがとれるようになる時期～

おおむね4歳になると、身体のコントロールが上手になってくると共に頭の中にあるイメージで自分の身体を動かす事も、巧みになってきます。又、2つの異なった動きを同時に出来るようになります。

- 目を閉じて片足立ち
- 両足ジャンプ
- スキップ出来る子どももいる
- でんぐり返しやブランコの立ちこぎが出来るようになる子どももいる

からだ
(運動機能)



ジャンプ! すいでしょ!



感謝や思いやり 気づく準備の時期

おおむね4歳になると、人の心が少しずつわかるようになってきて、仲間とのつながりが強くなっていく時期です。言葉の奥に豊かな感情を持ちつつも、上手く表現できずに、泣いたり、けんかになってしまうこともあります。それを繰り返していきながら相手の思いに気づき、我慢することや友達や年下の子への思いやりが育ってきます。



★反抗は自我が形成し 自立へのサイン

おおむね4歳は『ギャングエイジ』と呼ばれるほど、大人にとっては大変やりにくい時期が訪れます。脳の発達・体の発達・精神の発達・様々な発達が凄まじい勢いでぶつかり合うが故のフラストレーションで、自我が育ってきた証です。つまり、子ども自信、それをコントロールできず…。それが、反抗という形で現れているので…。発達過程に起きることですので気にする必要はないと思います。



わにさん泳ぎ♡ じょうずになったよ!

夏のあそび



大きなシャボン玉つくるぞー!!



ねえ、どうしたの? 私、年長さんみたいにテーブル置きたいのにさ。ええ? いつも通りにしようよ



だれが一番かな?



あたま
(言葉・認識)

友達とイメージを共有してごっこ遊びを楽しむ

おおむね4歳になると、想像力が広がり物語を自分なりに作り、遊びを發展させ石や花などにも人と同じような心があると信じているのもこの時期の特徴です。友達と絵本などの物語からイメージを共有したごっこ遊びを共に楽しめるようになり、語彙数も数千語に増え、過去・未来についても話せるようになるので、ごっこ遊びの幅も広がります。その為、ケンカ・意見のぶつかり合いもありますが、その中で社会性や協調性が育まれていく時期でもあるので、温かく見守りましょう。



あのちょうちょはどれかなあ?

