（参考：第４条第２項第２号関係）

保育施設における活動のめやす

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 軽い活動 | 中程度の活動 | 強い活動 |
| 保育施設等での主な年齢別活動内容 | ０歳児 | ○ はいはいで移動する○ すべり台を大人にさせてもらう○ 手指を使った遊び | ○ コンビカーを押して歩く○ はっていき、マットの山をよじ登り降りる | ○ 高い高い○ 水遊びをする○ 布にのせてゆさぶられる○ ひとりで歩く |
| １歳児 | ○ 砂遊び○ 室内遊び○ 室内用すべり台をすべる | ○ 散歩（往復20分程度）○ ２階程度の階段の昇り降り○ すべり台をすべる○ コンビカーに乗る○ リズムに合わせて身体を動かす | ○ 長い階段の昇り降り○ 水遊び、泥んこ遊び○ 少し高いところから飛び降りる○ コンビカーで走る○ 走る |
| ２歳児 | ○ 砂遊び○ 室内遊び○ すべり台を自分ですべる | ○ 散歩（往復30分程度）○ 長い階段の昇り降り○ 三輪車に乗る○ 両足とび○ 体操 | ○ 追いかけっこ○ 水遊び、泥んこ遊び○ プール遊び○ 高いところから飛び降りる○ リズム遊び |
| ３歳児 | ○ 砂遊び○ 室内遊び○ シャボン玉を吹く○ すべり台をすべる○ ブランコに自分でのる | ○ 散歩（往復40分程度）○ 鉄棒で足ぬきまわり○ ジャングルジムを登る○ 三輪車をこぐ○ 体操、スキップ | ○ 鬼ごっこ、かけっこなど○ 水遊び、泥んこ遊び○ プール遊び○ 高いところから飛び降りる○ リズム遊び |
| ４歳児 | ○ 砂遊び○ 室内遊び○ シャボン玉を吹く○ 三輪車をこぐ○ すべり台をすべる○ ブランコをこぐ | ○ 散歩（往復50分程度）○ 鉄棒の前まわり○ ジャングルジムや登り棒に登る　（補助あり）○ スケーターに乗る○ 水遊び、泥んこ遊び○ 風船をふくらませる | ○ 走る、鬼ごっこ、かけっこなど○ プール遊び○ フープ遊び○ リズム遊び○ ドッジボール（ころがし）、サッカー |
| ５歳児 | ○ 砂遊び○ 室内遊び○ シャボン玉を吹く○ 三輪車をこぐ○ すべり台をすべる○ ブランコをこぐ | ○ 散歩（往復1時間程度）○ 鉄棒の前回り、逆上がり○ ジャングルジムや登り棒の上まで登る（補助なし）○ スケーターに乗る○ 水遊び、泥んこ遊び○ 風船をふくらませる○ 鍵盤ハーモニカを吹く○ 太鼓や竹馬 | ○ 走る、リレー○ プール遊び○ フープ遊び○ リズム遊び○ なわとび○ とび箱、マット遊び、相撲○ ドッジボール、サッカー○ マラソン、山登り |
| 行事その他　○ 施設外保育　⇒　徒歩・電車・バス　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　○ クッキング、発表会、運動会、お泊り保育 |