（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 | | | |