

(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 ○ はっぺいき、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	○ 追いかっこ ○ 水遊び、泥んこ遊び ○ ブール遊び ○ 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 ○ ブール遊び ○ 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 ○ ブール遊び ○ 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 ○ ブール遊び ○ 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			