



つむぐ

No. 11

令和3年 4月26日発行 袋井市幼児教育センター

生活リズムを整える



楽しみな給食



思いきり体を動かす



遊んだ後の手洗い、うがい

袋井の幼児教育で
育成する力

生活習慣	自分のことは自分でできる	(1)自立心
		(2)道徳性 規範意識の芽生え
		(3)健康な心と体
		(4)社会生活との関わり
学びに向かう力	みんなと頑張れる	(5)自然との関わり・生命尊重
		(6)言葉による伝え合い
		(7)協同性
基礎となる力	考える・やってみる	(8)思考力の芽生え
		(9)数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚
		(10)豊かな感性と表現

大人が子どもの生活リズムをつくる

子どもが健やかに成長していくためには、適切な運動、バランスのよい食事、十分な休養、睡眠など、健康な生活の流れの中で過ごすことが大切です。これは、家庭での生活が子どもの生活に大きく影響します。

子どもが一日の園生活を気持ちよくスタートし、意欲をもって主体的に活動できるよう、生活リズムを整えることが大切です。

子どもが生活リズムを身に付ける

子どもは主体的に遊びを展開し、遊びに満足したあとは進んで片付けて手を洗い、昼ごはんを食べるなどを繰り返しながら、次第に一日の生活に見通しをもつようになります。

5歳を過ぎると、子ども自身が生活に必要な行動の意味を理解し、主体的に生活を展開することで生活リズムが身に付いていきます。

幼児期に身に付けた生活リズムは、成長してから崩れにくく、生涯にわたる生活習慣の基礎となります。

