（参考：第４条第２項第２号関係）

保育所等における活動のめやす

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 軽い活動 | 中程度の活動 | 強い活動 |
| 保育所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 |
| 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 | ○ 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  ○ すべり台をすべる | ○ 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 | ○ 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 |
| ４歳児 | ○ 砂遊び  ○ 室内遊び  ○ 三輪車をこぐ  ○ すべり台をすべる | ○ 散歩（往復50分程度）  ○ 鉄棒の前まわり  ○ ジャングルジムを登る  ○ スケーターに乗る  ○ 水遊び、泥んこ遊び | ○ 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  ○ 三輪車をこぐ  ○ すべり台をすべる | ○ 散歩（往復1時間程度）  ○ 鉄棒の前まわり、さかあがり  ○ ジャングルジムを登る  ○ スケーターに乗る  ○ 水遊び、泥んこ遊び  ○ 太鼓や竹馬 | ○ 走る  ○ 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  ○ ドッジボール・サッカー |
| 行事その他  　○ 施設外保育　⇒　徒歩・電車・バス  　○ 運動会 | | | |