

幼児

～めざす姿～

- ・生活リズムを整える
- ・発育・発達を支える

～目次～

幼-1 幼児食についてP1
幼-2 1歳児 ～自分でできることが増え自立していく1歳児～P2
幼-3 1歳6か月児～幼児食のスタートです(大人と同じ生活になります。)P5
幼-4 1歳6か月児 ～歩けるようになりました。社会生活にむけて言葉を育てましょP6
幼-5 2～3歳児に適したおやつP8
幼-6 2歳児～身長が伸びて筋肉がついてくる時期(幼児食)～P9
幼-7 2歳児～何でもやりたがるけど、うまくいかないからかんしゃくをおこす2歳児～P10
幼-8 どんな遊びが脳や体を育てるか？P11
幼-9 2歳6か月児 ～自分のことは自分でやりたがり、大人のやっていることに挑戦P12
幼-10 3歳児 ～体を使って たくさん 遊ぶ時期です(幼児食)～P14
幼-11 3歳児 ～親から離れて自立していく3歳児～P15
幼-12 一日に旨ってよい砂糖の量は？P17
幼-13 4歳児 ～ いっぱいいっぱい褒めてほしい4歳児～P18
幼-14 5・6歳児 ～ 認め合い育ちあう5・6歳児～P20
幼-15 入学までにすることP22

幼-16 お箸の持ち方P23
幼-17 食事のマナーP24
幼-18 幼児の食品の目安量P25
幼-19 子どもの目安量(果物)P26
幼-20 完璧な夕食よりしっかり睡眠をP27
幼-21 “遅寝はいけない”を科学する6カ条P30
幼-22 生活リズムをチェックしてみよう！！P31

(検討中の資料)

- 発育・発達を支える遊び