

2 0歳児から5歳児の保育・教育課程

0歳児（57日頃～3か月頃）

ねらい		<ul style="list-style-type: none"> ・大好きな大人からあやされたり、声を掛けられたりすることを喜ぶ。 ・保育者に欲求を受け止めてもらい、親しみと安心感をもつ。 ・一人一人の安定した生活リズムで気持ちよく過ごす。
学びの芽生え	思考 言葉 創造	<ul style="list-style-type: none"> ・鼻から出ていた音声が喉からも出るようになり、母音に喉子音が結び付いた発声も聞かれるようになる。 ・光（明るい光、優しい光など）に反応する。
人との かかわり	協同 信頼 規範	<ul style="list-style-type: none"> ・不快感が芽生え、空腹になったりおむつが汚れたりすると、目覚めて泣く。 ・抱かれて、泣きやんだり安心した表情になったりする。 ・音や話し声のする方に顔を向けようとする。 ・あやしたり話し掛けられたりするとよく笑うようになる。
生活習慣・運動	基本的な 生活習慣 運動	<ul style="list-style-type: none"> ・1日の中で眠りと覚醒が何度も繰り返され、昼夜の区別がはっきりしない。 ・よく眠っているように見えても、脳波の半分は眠っていない状態なので、眼球が動いていたり、顔や手指がピクピク動いたりする。 ・舌の前後の運動で、ミルクをよく飲むようになる。 ・手の指を硬く結んでいる状態から、徐々に握りがゆるくなり、手のひらに置かれたものを握るようになる。 ・首がすわり始める頃は、仰向け姿勢で正面を向くようになり、自分で少し首を動かして左右を見回すようになる。 ・うつ伏せの姿勢にすると、頭を少し持ち上げる。 ・引き起こしに頭が少しずつついてくるようになる。 ・仰向け姿勢で手と手、足と足を触れ合わすなど、正中線に向けて内側方向に対称的な動きをするようになる。 ・手と手、手と口の協応ができ始める。 ・周囲の動くものを目で追う。

<援助のポイント>

- ・保育者の愛情豊かな受容によって、情緒が安定していく。担当の保育者を決めて、愛着関係を育むとともに、一人一人の生活リズムに合わせて生理的要求を満たし、気持ちよく過ごせるようにする。
- ・温度変化に弱く、体温の失調（発熱、低体温）や新陳代謝の異常を起こしやすいので、細やかな室温、換気、湿度調節をする。音や光などを考慮し、静かな環境で安定して過ごせるようにする。
- ・病気に対する防衛機能が未発達なので衛生面に留意し、体調の小さな変化に気付くようにする。
- ・一人一人の授乳時間や間隔を把握し、おおむね3時間ごとを目安に授乳する。
- ・自分で寝返りをするようになるまでは、仰向けで寝かせ、睡眠中の窒息、突然死などの事故予防をしっかりと行う。
- ・2か月頃から腹ばい姿勢にして過ごす時期が始まる。腹ばいや寝返りの始まる時期は、特に危険なため、目を離さないようにし、下は硬い状態にする。

<家庭との連携>

- ・連絡帳のやり取りやお迎えの時間に温かく対応し、保護者との信頼関係をつくっていく。
- ・家庭での様子を聞いたり、保育中の睡眠、授乳、排せつ、機嫌、行動の様子などを伝えたりして、情報を共有していく。
- ・ミルクの量や授乳にかかる時間は個人差が大きいため、個々に合わせて哺乳びんの乳首のサイズなどを、保護者と確認していく。

0歳児（3か月頃～6か月頃）	
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・あやされたり、声を掛けられたりすると喜び、自分でも声を出す。 ・飲む、寝る、遊ぶの安定したリズムで機嫌よく過ごす。
学びの芽生え	<ul style="list-style-type: none"> ・思考 言葉 創造 ・唇を閉じて音を出せるようになり、音節の繰り返しが始まる。
人との かかわり	<ul style="list-style-type: none"> ・協同 ・信頼 ・規範 ・身近な人の顔が分かり、あやされると声を出してはしゃぐ。 ・初期の人見知りが始まる。 ・自分から相手にほほえみかけるようになる。 ・周囲の親しい大人が分かるようになり、泣いても保育者があやすと安心して笑顔になる。
生活習慣・運動	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な生活習慣 ・運動 ・胃の入口がしっかりして、授乳後の溢乳が減ってくる。 ・舌の前後の運動に加えて顎の動きを連動させて、母乳やミルクを飲む。 ・よだれが出始める。 ・果汁やスープなどの準備食を開始する。 （目安は、授乳リズムが3時間半～4時間、体重が7kg前後になり、支え座りをするようになる頃） ・味覚が芽生え、味の違いが分かり始める。 ・眠っているときと目覚めているときがはっきりと分かれ、昼夜の区別が付き始めてリズムが定まってくる。 ・体温調節は安定し始めるが、まだ、周りの温度の影響を受けやすい。 ・腹ばいにすると肘で上半身を支えることから、徐々に上体を持ち上げるようになる。 ・目と手の協応が始まり、見たものに手を伸ばすようになる。 ・体の正中線上で両手を絡ませる。 ・親指が外側に出て、物をしっかりと握れるようになる。 ・足で空間を蹴るようにして腰をひねり、寝返ろうとする。 ・引き起こしに頭が遅れないで上がり、両足も対称的に腹部に引き寄せるようになる。

<援助のポイント>

- ・必要に応じてクッションなどを用意して、腹ばいや一人座りを援助していく。
- ・着替えや沐浴、おむつ交換などで身体の健康を保ち、「快」の感覚を育てる。
- ・なめる、かむ、しゃぶるなどで感覚器官が発達する時期なので、玩具などで十分に満足できるようにするとともに、使う物は個別にし、使ったらその都度、清潔にしておく。
- ・個人差に応じて睡眠がとれるように環境を整える。
- ・優しい言葉、声、まなざし、笑顔での働き掛けなどを通して、子供の情緒の安定や人との心地よいかかわり、周囲への関心を育てていく。

<家庭との連携>

- ・昼は起きて明るい所で生活し、たっぷり遊んでよく飲み、夜は暗くして眠るなど、生活のリズムをつくっていく大切さを、個人差に応じて伝えていく。
- ・成長の変化が目覚ましい時期である。保護者と成長を喜びながら、家庭で気を付けること（子供の手の届くところに危険な物は置かない、子供は大人が予想する以上に動くことを考慮する、起きているときには応答的にかかわる、準備食の内容やタイミングなど）を知らせ、保護者が安心して子供の動きたい欲求に応えたり、離乳食への移行を行ったりできるようにする。

0歳児（6か月頃～9か月頃）

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者の語り掛けを喜び、自分でも声を出すことを楽しむ。 ・保育者と十分にかかわり欲求を受け止めてもらい、親しみをもち安定して過ごす。 ・腹ばいや寝返り、座位など、体全体を動かして遊ぶことを楽しむ。 ・いろいろな食品の味や形態、スプーンに慣れる。
学びの芽生え	<ul style="list-style-type: none"> ・物を落とすなど、気に入ったことを繰り返して遊ぶ。 ・名前を呼ばれると振り向く。 ・引出しの中の物を引っ張り出して遊ぶ。 ・言われていることをだんだんと理解できるようになってくる。 ・「アバババ」など言葉を繰り返すことで音をつなげて話す。 ・大人の口元を見てまねる。 ・戸外に出ることを喜ぶ。 ・機嫌がよいと一人遊びをする。 ・曲に合わせて体を動かす。 ・周囲の物を触ってみたり口に持っていったりする。
人とのかかわり	<ul style="list-style-type: none"> ・人のまねが上手になってくる。 ・同じことを何回も繰り返すことを喜ぶ。 ・知っている人を見ると抱いてもらいたがる。 ・いやいや、バイバイなどの動作をする。 ・要求があると声を上げる。 ・人見知りをしたり後追いをしたりする。 ・つくり笑いや愛想笑いをする。 ・名前を呼ばれると応じる様子がある。 ・人の動きを目で追う様子がある。
生活習慣・運動	<ul style="list-style-type: none"> ・大人が手を添えるとコップを持って飲む。 ・椅子に座って食べる。 ・前歯で食いちぎって食べたり、舌を使ってつぶして食べたりする。 ・午前と午後、大体同じ時間に寝起きをするようになる。 ・背中を反らして手足を上げる。（グライダーポーズ） ・うつ伏せの状態で爪先で床を蹴り、反対の手で体をねじってお腹を中心に左右に回転する。（ピボットターン） ・寝返り、はいはい、お座り、つかまり立ちなど活発に動くようになる。 ・支えて立たせると足を踏ん張る。 ・指先で物をつまんだり、手を打ち合わせたりする。

＜援助のポイント＞

- ・安全で活動しやすい環境の中で、はう、つかまり立ちをする、座るなどを十分にできるようにする。
- ・食事に対する意欲が徐々に見られるようになってくるので、手に持てる物は持たせるようにする。また、保育者が先回りをせず、食べたい物への指差しなど子供からの要求を待ち、子供の意思や意欲が高まるようにしていく。
- ・触ったものを口に運ぶ時期なので、安全と衛生に留意しながら、十分な探索活動ができる環境を整える。
- ・遊びや生活を通して、具体的に身の回りの物の名前、動作などを語り掛けていく。
- ・人見知りや後追いをする時期である。子供が不安を表したときは、抱きしめるなど温かく受け止めて子供が安心感をもてるようにする。

＜家庭との連携＞

- ・ピボットターンの際、爪先で蹴るという行動をたくさんすることが、その後のはいはいや歩行に向けて重要になる。また、衛生、安全面に気を付け、子供が十分に動く楽しさを味わうことの大切さを伝える。
- ・離乳食を進めるに当たり、家庭でもアレルギー反応などがないか確認してもらい、連携を取り合う。
- ・母子免疫が消滅する時期であり、発熱など病気感染が頻繁になるため、病気の予防法や知識などの保健指導を行っていく。

0歳児（9か月頃～12か月頃）	
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な人やものに対する興味や関心をもち、探索活動を楽しむ。 ・保育者と十分にかかわって、欲求を受け止めてもらい、親しみをもちながら安定して過ごす。 ・はいはいをする、はいはいから座位になるなど、体全体を動かして遊ぶことを楽しむ。
学びの芽生え	<ul style="list-style-type: none"> ・「いないいないばあ」をして、見えなくなった大人が出てくるのを期待する。 ・自分でやってみたい気持ちが芽生える。 ・「パパ」「ママ」などの発語が見られる。 ・要求したり援助を求めたりするときに、周りの関心を引こうとして発語する。 ・容器に物を入れる、かぶせる、載せる、合わせるなどをするようになる。 ・自他を区別できるようになってくる。 ・物を布などで隠すと中身を確かめようとする。 ・高さ、深さ、奥行き、裏側などを探ろうとする。 ・クレヨンを持って左右の往復運動をし、なぐり描きが出始める。
人とのかかわり	<ul style="list-style-type: none"> ・相手のしていることに興味を示し、自分もしようとする。 ・相手から「ちょうだい」と求められると物を渡そうとする。 ・物を打ち合わせたり積んだりする。 ・他の子供が持っている物に手を出したり、相手に物を渡したりする。 ・いやいやをしたりバイバイをしたりする。 ・褒めてもらおうと喜んだり、叱られたことが分かったりするようになる。 ・大人の言葉のほとんどを理解し、要求された行動をしようとする。
生活習慣・運動	<ul style="list-style-type: none"> ・手づかみで食べようとする。 ・コップを両手で持って飲む。 ・大人がスプーンを持つ手に、手を添えてくる。 ・起きている時間が長くなり、時間帯が少しずつ1回寝に近づく。 ・つかまり立ちをしたり、伝い歩きをしたりする。 ・手押し車や箱などを押しながら歩く。 ・意図的に物を投げたり置いたりする。 ・両手で物を持ち、手渡す。 ・はいはいや高ばいで階段の上り下りをする。 ・はいはいからお座りが自由にできるようになってくる。 ・臥位、座位、つかまり立ち、伝い歩きの間で自由に姿勢を切り換えることができ始める。

<援助のポイント>

- ・手、指、足腰を使って探索活動を十分にできるようにする。
- ・自分の意思をもち始め自分でやりたがる時期なので、子供の主張をある程度かなえてから、大人の意図する方向に気持ちを向けていくようにする。
- ・保育者が子供の発見を言葉にしたり、物を媒介としたやり取りを行ったりする中で、子供のできた喜びを一緒に感じ、表情や言葉で伝える。
- ・散歩に出掛け、自然や生き物に触れて楽しむ機会を多くもち、子供の関心を広げていく。

<家庭との連携>

- ・つかまり立ちや伝い歩きをするようになってくるので、しりもちや転倒などに気を付け、危険のないように注意する。
- ・そしゃく能力が獲得できるよう、「かみかみゴックン」と言いながら大人が口を動かして見せるなど、具体的な方法を知らせる。
- ・はいはいが十分ではない子供には歩かせることを急がず、はいはいの経験を重ねる大切さを発達の見通しと合わせて伝える。
- ・動いても腹部が出にくい、ひっかかりにくい、伸縮性があるなど、この時期の体の動きに応じた動きやすい服装を知らせる。