



# 5歳児後半に見られる姿



自分で体の動かし方を調節でき、多様な動きができるようになる。思い切り動いて達成感を得るなかで、根気や自己肯定感など「自立心」も養われていく。

基本的な生活習慣が身につくと、大人に言われなくても自分で先を予測したり判断したりして、必要な行動が取れるようになる。

ふだんから避難訓練や安全についての学びを重ねることで、非常時の適切な行動を自分から取れるようになっていく。

## この姿につながる5歳までの育ち



### 0歳児

安心できる環境があり、保育者との信頼関係が築かれていく中で、心と体の健康が養われていく。

### 2歳児

保育者の援助を受けながらも、しだいに生活習慣や体を動かすことを自分からやろうとしていく。

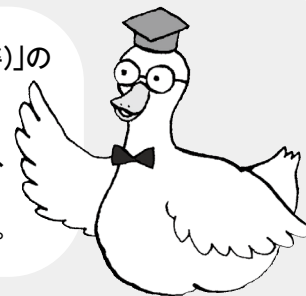


### 4歳児

友達といろいろな遊びをする中で体を十分に動かし、多様な動きが備わってくる。

「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿(10の姿)」の健康な心と体。

ここでは、指針・要領の記載を読み解きながら、5歳児後半で見られる具体的な姿、そして、その姿につながる5歳までの育ちを見てみよう。



### 文言 CHECK!

#### 健康な心と体

幼稚園生活の中で、充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせ、見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる。

幼稚園教育要領第1章第2-3(1)より  
(保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領にも同様の記載あり)

### この姿のポイント

◎充実感をもって自分のやりたいことに向かって心と体を十分に働かせる



遊びに没頭する子どもの姿は、園ではおなじみの光景じゃな。心も体もフル稼働すれば、充実感も得られる。簡単なことのようにじゃが、不安な気持ちだと体も動かさないし、十分に動けなければ気が沈むこともある。要するに、心と体は密接につながっておるんじゃ。保育者は、心も体も健康であるような環境作りや働きかけが必要じゃな。

◎見通しをもって行動し、自ら健康で安全な生活をつくり出すようになる



見通しをもつというのは、なかなか難しいことじゃが、5歳ごろには「外で遊ぶ前にトイレに行っておこう」などと先を見越して自分で行動できるようになってくる。そうやって、少しずつ自分で健康に気を配ったり、安全な生活を確保すべく自ら進んで行動できたりするように、保育者が見守ることも大事じゃよ。

僕だって敵に襲われないように仲間と寝て、安全な生活を心がけているよ!



# やさしい 三法令

其の十三

# 健康な心と体

シリーズ 極める! 10の姿 ①

これが変わった!!

幼稚園教育要領

保育所保育指針

幼保連携型認定こども園教育・保育要領