

就学前の幼児にとって、家庭における教育こそが基本です。

家庭

基本的な生活習慣の確立と 自立心の育成をめざしましょう

1 早寝、早起き、朝ごはんを習慣化し、 規則正しい生活をするよう努めましょう。

大人の都合で、子どもの生活のリズムを崩していませんか？ 子どもの健やかな成長と生活リズムを確立するためには、十分な睡眠は欠かせません。年長の子どもだと10時間ぐらいの睡眠時間が必要です。夜8時頃に床に就いて、6時頃に起きられるよう習慣化したいですね。



2 子どもが安心して過ごせるよう、 子どもとふれ合う時間を大切にしましょう。

子どもも自分のことが理解されず、不満がたまってくるとイライラして乱暴な行動をとったり、腹痛等の身体症状となってあらわれたりします。日頃から子どもと過ごす時間を確保するようにし、子どもの話をじっくり聞きながら、一緒に考えるという姿勢を大切にしましょう。子どもにとって、家庭が温かい居場所となるよう心がけたいものですね。



3 家庭のルールをつくり、親もそれを 守りながらルールの大切さを教えましょう。

子ども同士の間でも、自分勝手にルールを守らない友だちは、信頼を失っていきます。社会の入り口である家庭の中で、家庭のルールを守って褒められたり、ルールを破って叱られたりする経験を通して、ルールを守ることの大切さを教えましょう。家族で相談してルールを決めたら、みんなで守るようにしましょう。親もルールを破ってはいけませんね。



4 懇談会や学習会、相談等の機会を積極的に活用し、 子どもの育ちについて理解を深めましょう。

我が子だけと向き合っていると、心配しなくてもよいことまで心配になってきて、どんどん子育てに自信がなくなってしまうことがあります。各園や地域で実施される懇談会や学習会に参加して、他の家の様子を聞いたり、専門の方のアドバイスを聞いたりしましょう。悩みを解決するよいヒントが見つかります。園や支援センターでの相談対応は、未就園の子どもや市外の保育園に通う子どもの保護者も対象としています。気軽に相談してみましょう。

(最終ページ参照)