


## ◆1歳10ヶ月～2歳◆敏感期ピーク 中期


- 特に筋力を意識して、とにかく身体を動かしましょう
  - 1日2kmは歩く（年齢×1kmを目安に）
  - 積極的なトイトレアプローチをする（その子らしさを見つける）
  - 排泄のしくみをしっかり理解する
  - 自己主張＝意欲を活用する
  - 生活の中に感覚、気持ちを表現する会話を取り入れる
  - 着脱の練習につなげるため、まずは靴下や靴を自分で履くことから始める
  - 朝起きてすぐと夜寝る前の《おまるorおむつ交換》は必ずする
  - できる限り紙おむつを使わない選択を増やしていく
  - 就寝20：00 起床6：00 日中のお昼寝は1回1時間～2時間で切り上げ、15：00以降はなるべく寝かせないように
- ※できたらチェック！

### やってみてどうだったかをメモ

- ◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎  
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

### ◎自己評価◎

できた 

まあまあできた 

なかなかできなかった 