


◆2歳歳7ヶ月～3歳◆


- 「月齢の目安」にとらわれず、目の前の我が子に必要なことを施す
 - 子どもの個性をしっかりと見つめる（同様に自分の個性も） 身の回りのことは一通り最後まで自分でやらせる（完璧でなくてよい）
 - 1日2kmは歩く（年齢×1kmを目安に）
 - 紙おむつを手放す（夜間も外出時も）
 - 朝起きたら・夜寝る前に【必ず】排泄する（出なくてもいいので習慣づける）
 - 夜間の排泄のチェック
 - 就寝20：00 起床6：00 日中のお昼寝は15：00以降はなるべく寝かせないようにする
- ※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 