



できる!できた!チェックシート

作成日 年 月 日

※成長の項目ごとに「1人でできる」または「補助ありでできる」のどちらかに☑を入れてください。

備考欄にどのような補助が必要かを記入してください。

<生活・集団生活編>

カテゴリ	チェック項目	できる	補助あり	備考（できた年齢や補助内容）	
生活	例	食べる	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	3歳でスプーンを使って食べられるようになる
	食事	食べる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		食事中に座ってられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	睡眠	寝つきが良い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		朝規則正しく起きる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		夜規則正しく寝る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	排泄	トイレで排泄する（小）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		トイレで排泄する（大）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	着替え	衣服着脱（ズボン）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		衣服着脱（上着・シャツ）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		衣服を選ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	洗う	手を洗う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		うがいをする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		顔を洗う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		歯をみがく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		体を洗う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		髪 <small>かみ</small> を洗う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	時間の理解	時計を理解する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		見通しが持てる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
		計画の変更に適応する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
外出移動	外出前の準備をする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	手をつないで歩く	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	道の端を歩く	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	信号を理解して渡る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
集団生活	着席している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	順番を待つ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	活動前の支度する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	集団活動に参加する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	いっしょに指示で行動する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	個別指導で行動する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	ルールや約束を守る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		



できる！できた！チェックシート

作成日 年 月 日

※成長の項目ごとに「1人でできる」または「補助ありでできる」のどちらかに☑を入れてください。

備考欄にどのような補助が必要か記入してください。

<コミュニケーション・あそび編>

カテゴリ		チェック項目	できる	補助あり	備考（できた年齢や補助内容）	
コミュニケーション	言葉の表出	単語	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		2語文	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		多語文	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		言葉で要求する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	言葉の理解	身近な物の名前の理解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		カードや写真を使った指示理解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		単語の指示理解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		文章での話しかけの理解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		冗談の理解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		出来事などを人に伝える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		相手に合わせて話す	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		わからないことを尋ねる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	感情の表現	喜怒哀楽 <small>きどあいらく</small> を表現する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		気持ちに合った表情をする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		自分の気持ちを言葉で伝える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	身体変化の表現	いたい・具合が悪いを伝える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	感情 <small>かんじょう</small> の理解	相手の表情を読む	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		相手の気持ちを理解する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
		絵や文章の中の感情理解	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
	あそび	あそび	1人で遊ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			友達と遊ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			大人と遊ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			体を動かして遊ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			玩具で遊ぶ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
ごっこ遊びをする			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
自由記載	その他		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

～ こどもの成長発達は、^{ちがい}違いや^{こせい}個性があります ～

自分の身の回りのことや、友だちとの関係などで困り感をもったとき、10人子どもがいたら10人全員に^{ちが}違う理由と原因があります。

例えば、「友だちとのトラブルが多い」というお子さんの場合、【冗談が通じない・自分の気持ちを言葉にして表せない・目に見えないもの（その場の空気や相手の気持ち）を理解することが難しい・人との距離感がつかみにくい（近づきすぎる／さわられるのが苦手）・気持ちの切り替えが難しい・相手の気持ちより自分の要求を通したい】などたくさん^{ちが}の原因が考えられます。

一人ひとり違う「うまくいかないか」の原因をみつけて保育所と家庭がともに理解すること、またそれに対応した「本人にとってうまくいくための方法」を見つけてお子さんにあったやり方でサポートしていくことが大切です。

このチェックリストは「できる／できない」を^{ほんだん}判断するのではなく、お子さんの困り感がどこから来ているかを見つける手がかりとして使います。

一人ひとりへの理解が深まることで、子ども達の生活が「^{らく}楽」に「^{じしん}自信をもって」過ごすことができます。