

赤ちゃんの運動の発達

赤ちゃんの3~4カ月健診の時に、首のすわりが遅いと言われて、ひょっとしてうちの子運動が遅れているかも?と思った方は多いのではないのでしょうか。

【人との関わりの目覚め】

妊娠中にタバコを吸ったとか、アルコールを飲んでたなどがない限り、3~4カ月健診で首のすわりが悪いこと=運動の遅れがあるということは全くありません。3~4カ月で考えてほしいのは、こちらの働きかけに対して笑顔で返してくれるかどうかなど、人との関わりの目覚めをしっかり保っているかが一番重要なのです。



【赤ちゃんの強い好奇心】

4カ月から5カ月を過ぎる頃から赤ちゃん固有の原始反射がなくなります。寝返りをしたり、ハイハイの始まりが順調に進むためには、原始反射が消えていることと、自由に自分の意思で体を動かすというプロセスが必要になります。又、運動発達が順調に進んでいくには「あそこに行ってみたい」、「大好きなおもちゃに触りたい」といった赤ちゃんの強い好奇心が必要なのです。



【あせらずに】

赤ちゃんは通常7カ月頃から10カ月頃の間におすわりができるようになります。最初、親がセットしておすわりができるというところから始まりますが、おすわりができないからと言っておすわりの練習をしても、赤ちゃんにとっては苦痛なのです。赤ちゃんの筋肉は少しずつ発達していきますので、あせらず寝がえりやズリハイができるようでしたら、まずそれを沢山させてください。



おすわりができるようになったら、手の届きそうな前、横におもちゃを置いて自分の力で体を動かして取ることができるようにして下さい。次第におすわりからハイハイの姿勢に移ることができるようになり、おもちゃを使って移動を沢山させて下さい。そうすると段々と高い所に置いたおもちゃ等を見つけて立ち上がるようになりますでしょう。



【1歳半までに歩くことができれば正常の範囲内】

ある程度立ち上がることができるようになったら、伝え歩きができるようになり、通常3カ月くらいで歩くことができるようになります。1歳半までに歩くことができれば正常の範囲内ですので、あせらず、あわてず子どもとの関わりを大切に接して下さい。

【成長のプロセスを楽しむ】

子どもの運動も言葉もその元になるのは親との相補的な発達に基づいています。運動が遅れているから訓練に通えば良いとか、言葉が遅れているから集団で遊べば良いということではないのです。お母さんやお父さんがお子さんの成長のプロセスを楽しむという姿勢が何より大切で、子どもと向き合わずテレビやビデオがお友達ではどんなに優秀に生れて来ても、その才能を伸ばすことができません。子どもは大人との関わりでいかようにでも変化するものです。その変化の源はお母さんやお父さんと楽しく遊ぶことから生まれます。