



＜乳幼児の運動・動作の発達について＞ 令和2年6月25日発行

気持ちの良い風が青葉を揺らす季節になりました。梅雨入りし、うっとうしい天気の時もありますが、水たまりで水のはねる感覚を楽しんだり、道ばたに咲く色とりどりのあじさいを近くで眺めたりし、この時期だけの風景を楽しんでみてください。
今回は乳幼児の運動の発達について、考えてみたいと思います。



＜見えにくい・見えない子どもたちの運動面での特徴＞



視覚障害のある乳幼児は「見えない」「見えにくい」ため、自分から動き回ったり、人と関わったりするのが難しい傾向にあります。特に肢体不自由があったり、知的の発達がゆっくりだったりする子どもの場合は、周囲からのより意図的な関わりがより必要となってきます。

＜じゃあ、どうしよう？＞

「楽しく身体を動かす」ために、大人の意図的な関わりが必要です。



信頼できる大人に身をゆだねて遊ぶ経験
「触られること」
「揺れ遊びを楽しむこと」
「抱っこされること」

※「揺れるよ～」など、動きを言葉で補ってあげると、より安心して遊ぶことができます。



- 身体を動かすことに意図的に関わることで、「身体を動かすって楽しい。」の気持ちを育てます。
- 大人と身体を密着した動きの中で、自分の身体を実感し、ボディイメージを作っていきます。

＜身体の基礎的な動きにつなげるために＞



幼児期に目指す身体の基礎的な動き

＜身体のバランスを取る動き＞

「立つ」「座る」「起きる」「寝転ぶ」
「起きる」「回る」「転がる」「渡る」
「くぐる」など

＜身体を移動する動き＞

「歩く」「走る」「跳ぶ」「登る」など

＜用具を操作する動き＞

「持つ」「運ぶ」「投げる」「とる」など

乳幼児は自発的な遊びを通して、体験的に身体の基礎的な動きを身につけていきます。でも、「見えない」「見えにくい」子どもたちは、周囲の状況が視覚で確認することが難しいため、自発的な動きにつながらないことが多いです。でも、「音」や「触る感覚」をきっかけに、遊びに誘うことは有効な手立てです。

●うつぶせができるようになったら

うつぶせで長く遊べるようになってきたり、寝返りができるようになってきたら、体の真ん中を中心に、左右どちらにも寝返りできるよう、音の鳴るおもちゃや光るおもちゃなどで誘ってみてください。それに興味を示し、顔を向ける、手を伸ばす、身体をひねるなどの運動発達につながっていきます。そうやってくり返し遊ぶ中で、体幹の筋肉（腹筋や背筋）が育ち、自力で寝返りができるようになっていきます。寝返りが自由にできるようになったら、危険のないよう場所を確保し、触る、なめる、たたいて音を出すなど、思い存分に遊ばせてください。無理矢理触らせるのではなく、子どもが「触ってみたい。」と思うような働きかけを心がけると良いですね。



●お座りができるようになったら

座って遊べるおもちゃで存分に遊んでください。つかまり立ち、伝い歩きも促していきましょう。見えにくい子どもは顔が下がる傾向があります。顔を上げて遊べるような働きかけを心がけましょう。特定の大人（親・祖父母など）と遊ぶことも大好きな時期です。手遊び歌（一本橋こちょこちょ、いないいないばあなど）を通して、楽しく遊んでくださいね。



●歩けるようになったら



たくさん歩きましょう。全身の運動発達が促されます。歩行が安定するまでは手つなぎでいっぱい歩けると良いですね。自分なりの見え方や音を手がかりにして、周囲の状況を把握しながら行動範囲を広げていくと思います。そのとき、危険な状況がないか、安全に十分に配慮しながら、何を手がかりに移動しているのか、お子さんの行動をよく観察し、その子なりの見え方（情報の取り方）を把握していきましょう。

この時期、「おす」「つまむ」などもできるようになってくる時期です。音が手がかりで遊べるおもちゃや操作性があるおもちゃも有効です。手指の運動も意識できると良いですね。

運動発達面に限らず、子どもの成長は個人差が大きいです。焦らずじっくり見守りましょう。

