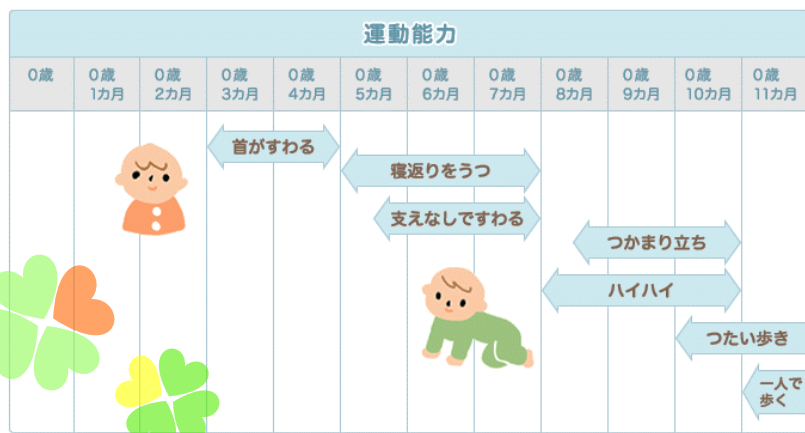


キラキラ WEB 教室@home

肢体不自由等のある幼児とその保護者を対象とした教室です。

第12回 「からだの発達」

日常的な何気ない動作の一つ一つ、どれをとっても生まれた時からできているものではありません。子どもは日々、いろいろな試行錯誤を繰り返しながら、それらを獲得していきます。獲得までのステップやタイミングは一人一人個人差があります。獲得を目指してお子さんがどのように試行錯誤しているのか、またどんな支援が考えられるか、「歩く」という動作を例にご紹介します。



子どもの発達の基本は

- ・頭から足へ（上から下）
 - ・体の中心から外側へ
 - ・大きな運動から細かな運動（手指の巧緻性）へ
- と発達していきます。

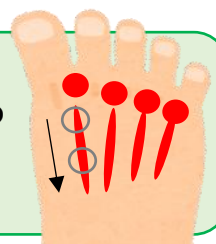
上記のグラフは、よく目にすると思いますが、障がいのあるお子さんの場合、必ずしも期間・順番は、この通りとはなりません。例えば、ハイハイの時期がとても長い子もいれば、ずり這いやハイハイをほとんどせず歩き始める子もいます。

発達の順番は、多少前後しても後から促しても大丈夫です。発達の順番にはそれぞれ意味があり、大切な動きではありますが、無理強いするとかえって逆効果です。遊びの中で、お家の人と楽しく身体を動かしながら、子どもの成長を見守って頂けるとありがたいです。

また、股関節や膝関節に何らかの問題がある場合もありますので、心配な時は、一度病院で診てもらおうと安心です。

足をゆるめる

指を一本ずつもって伸ばしたり、指の骨の間を甲の方に向かって軽く押ししたりすると、指がしっかりゆるんで歩きやすくなります。



足裏をふみしめ重心移動

足の裏をしっかりとつけて立ち、右足へ左足へ・・・と交互にゆっくり体重をかけます。両足でバランスをとることができるようになり、片足に体重をかけ、もう片足を前に出す動きがでてきます。

手を引いて歩くときは、子どもの手首がひじより上にこないように気をつけましょう。



ゆっくり立つ、すわる

膝を曲げてゆっくり座る、足裏をついて足に力を入れてゆっくり立ち上がることで、足の筋肉がつかます。



ゆっくりと

相談専用携帯 080-7307-7175

第12回担当：郡山支援学校 自立活動部
（令和4年 9月掲載）

こちらからバックナンバーもご覧いただけます



地域支援
センター