



おいらについては
右のQRで
見てね

おいら新生児



おいらが立って歩くまでの
小さいけど大事なプロセス知っというてや

足をもって遊ぶのは、寝返りの大きなステップ

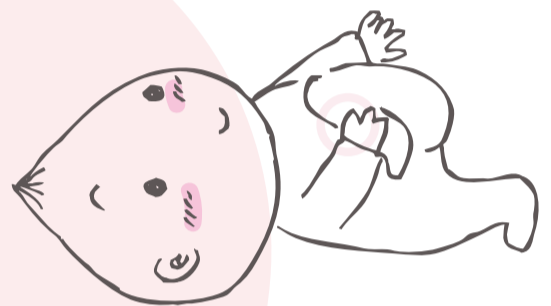
足見つけたよ



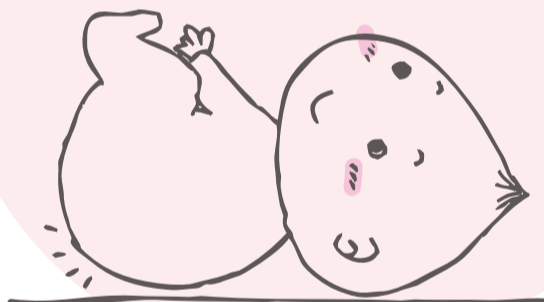
左手で左足つかんでみた



右手で左足つかんでみた



足をあげると、
床との接地面が少なくなるから
バランスがとりにくい
むずかしいやん



両手で両足つかんでみた



両手で両足をつかんでいるあかちゃんの動作をまねてみませんか？

目で足を見つける・距離を考えてつかんでみる・おしりが少しあがる・あごをひく。その姿勢になってからカラダをゆらゆらしてみます。腹筋も使うと思いませんか？ 胸や背中も安定していないと、バランス崩しちゃいます。あかちゃんはずごいアクロバットに挑戦しているのです。あかちゃんはこの頃から体幹トレーニングをしています。

■見つけた足を、口で感触を確かめたいのがあかちゃんです。目で見つけた足を手でつかみ、口で感じる。この間に脳が目まぐるしく動いています。たくさんさせてあげてくださいね。



■あかちゃんのカラダをひとまとまりにしてコロコロする遊びをしてみませんか？視線を合わせて、あかちゃんの視線が付いてこれる速度で行います。歌を歌いながらすると、あかちゃんにとって楽しい遊びの時間になります。



■これらの一連の動作を真似してみてください。股関節が動きやすくなっているはずですが、これらは、ハイハイの準備でもあり、お座りの準備でもあり、立って歩くための準備でもあるのです。