

## 運動の発達

①

仰向けでお顔を  
のぞいて「みつけた!」

みつけた!日

赤ちゃんの顔を正面から20cmくらい離して  
見た時に赤ちゃん目と目が合う

「丁度焦点が合う距離です。おもちゃを見せてみてください」

頭は左右のどちらかを向いていて、  
時々、反対も向く

「首がしっかりしてくると頭の向きが替えられるようになります」

仰向けで上から見たときに、  
顔が正面を向いている

「仰向けでの頸座りが完成です。首すわりまであと一歩」



うつ伏せになった時に  
「みつけた!」その①

みつけた!日

手足やからだ丸まることができる

「手足がぎゅっと曲がって、赤ちゃんらしい姿勢になります  
ここから伸びる運動が始まります」

頭を一瞬持ち上げる

「うつ伏せで首すわりができたということです  
おしりが浮いてしまうので少しおさえてあげるとうまくできます」



どちらか一方に頭を回す

「さらに首すわりが進みます  
自分で口鼻がふさがらないようにできます」

ママがお手伝いして赤ちゃんのこぶしを口に  
近づけるとしゃぶる

「手をしゃぶりながら頭を持ち上げ続けることが  
できるようになります」