

# 首すわり⇒ 寝返り⇒ ずり這い⇒ 四つ這い⇒ つかまり立ち⇒ 伝い歩き

- ほほえみかける
- 声のするほうを見る
- 人の顔を見つめる
- あやすと声をだす

**体重：出生時の2倍へ**

- 昼夜の区別がつく
- 身近な人の顔がわかる
- 動くものを目で追い、手をのばしてつかもうとする、口へ持っていく

**脳の重さ：出生時の2倍へ**

- 昼間起きていられる
- 人を見分ける力がつき人見知りが始まる

- バイバイ、拍手などのマネをする
- ちょうだい、どうぞなどできるようになる

**体重：出生時の3倍へ**

- 意味のある言葉が出始める
- 指さして意思を伝えるようになる
- 簡単なマネをする

●あやして遊ぼう！  
顔を見合わせ声をかけましょう。音の出るおもちゃであやしたり、簡単な歌を歌ってあげるのもよいでしょう。

●腹ばい姿勢で遊ぼう！  
目の前におもちゃを置き、動かします。

●生活リズムをつけよう！

●ハイハイで動き回ろう！  
畳、じゅうたん、斜面をハイハイ、マテマテ遊び  
☆何でも口に入れてしまうので口に入るものは赤ちゃんの手の届くところに置かないようにしましょう！

●やりとり、マネっこで遊ぼう！  
チョウダイ、ドウゾ、ナイナイ、バイバイなどの声かけとしぐさをつけて働きかけてあげましょう。  
☆動きが活発になり、何でもつかもうとします。事故に気をつけよう！

●道具や指先を使って遊ぼう！  
容器から出し入れ、穴に入れる、積み木、ボールなど身近にあるものを活用しましょう。  
☆赤ちゃんが安全に移動できるような環境づくりをしましょう！



## ★腹ばいの効果

首、手足、背中など全身の筋肉の育ちを促し、首のすわり、寝返り、おすわり、はいはい、つかまり立ちなど全ての姿勢の基本になります！

## ★お座りをあせらないで！

座らせて前かがみになる時期に長時間座らせると、体軸が十分に発達せず、お尻で移動するようになる子もいます。  
ハイハイの経験をたくさんさせましょう。自分からたくさん動き回り、遊ぶ経験の積み重ねがしっかりした体をつくれます。

## ★ことばの発達

目と目を合わせて、こどもが興味のある遊びを一緒にしましょう。  
こどもの気持ちに共感し「～あったね」「おいしいね」等気持ちを代弁してあげましょう。