



生後 1 年までの身体発達において、効率的な運動発達の要素が含まれています。  
この発達運動に沿った運動訓練を行うことで、身体運動能力活性、身体安定性の向上、身体コントロール向上、身体巧緻性の向上、を目指します。

(生後 1 年までの身体発達段階)

- 1.寝返り 2.うつぶせ 3.四つんばい 4.座位 5.両ひざ立ち 6.片ひざ立ち 7.立ち上がり

月		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	15	18	21	2
自発運動	姿勢調節	体幹垂直保持		△		△		△		△		△		△		△	
		腹臥位		△		△		△		△		△		△		△	
		背臥位				△		△		△		△		△		△	
		背臥位から引き起し				△		△		△		△		△		△	
自発運動	体幹	座位															
		四つんばい				肘ばい	手ばい		四つんばい								
		立位				体重負荷を行っての起立不可											
自動運動	背臥位から立位へ																
	移動	自動歩行			寝返り			はいはい						歩行 高/中/ノーガード	交互運動	走る	

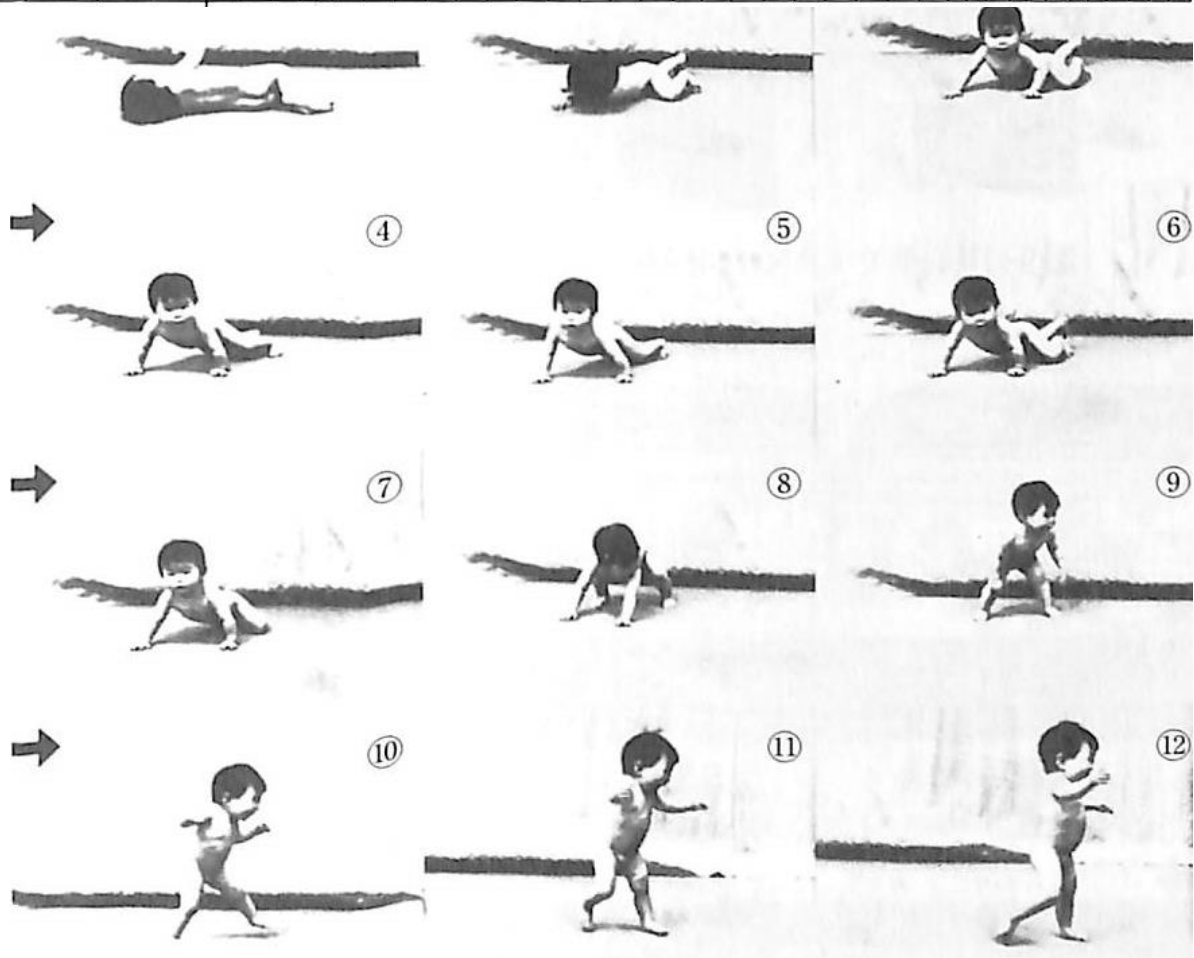


図 9-9 13 か月児の背臥位からの立ち上がり