

勝利は一勝、健康は一生！

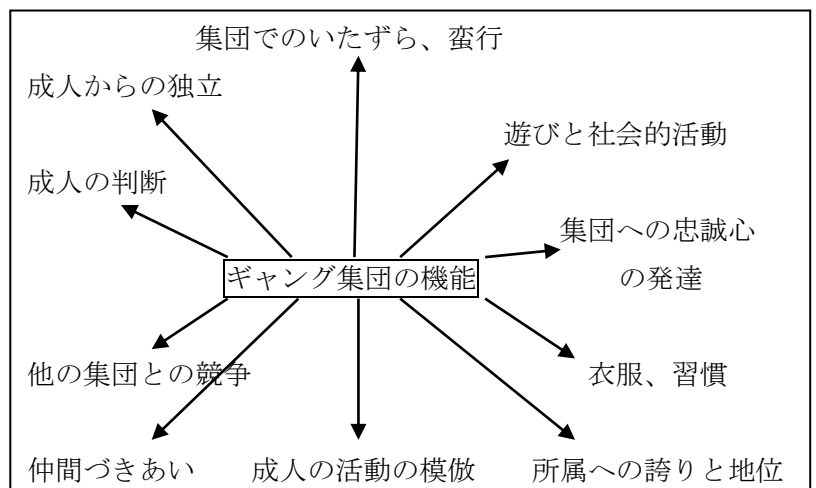
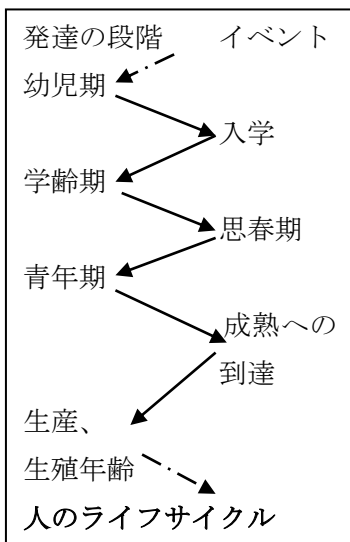
ギャングエイジ：低学年大会に寄せて

小学校 3 年生ぐらいになると、今まで言うことを聞いていた子供が急に屁理屈を言い出し親を困らせるようになります。人間発達学でいうギャングエイジ(9 歳から 10 歳)という時期になります。

同年代の仲間といることが増え、グループを作ります。自然にグループ内のルールができ社会性を身に着ける時期と言われています。親の教えや家族よりも仲間のルールが大切になりそれをもとに主張するため、理解できない屁理屈を言うこともあります。具体的経験や知識を基にいろいろと考え、あれこれ主張を始めます。まだ未熟な主張のため、時には叱られ時には褒められ、修正しながら成人となるための階段を昇っていきます。

知的機能の発達の視点からみると、具体的操作期（7, 8 歳から 11 歳ころまで）と呼ばれ、実際に見たり聞いたりした具体的内容について考え、自分の意見を言うようになります。まだ抽象的な思考はできず 11 歳以降に発達する形式的操作期（仮説を立て想像し、思考を行う）の前段階です。知的機能の発達には非常に大事な時期で、屁理屈をすべて頭から否定し考えることを押さえつけると、この先の思春期・青年期で自我の発達に良くない影響を与え、自信のない子に育ってしまうといわれています。大人の言うことをよく聞く、子供らしくないあまりにきちんとした子は成人したとき自分というものがないことに気づき自らを否定する懸念があるといわれています。

この時期の身体の発達は、神経系の最終発達段階で、内臓・全身系は第 1 次と第 2 次成長期の中間です。体力や筋力の発達は休憩で調整期であり、神経系の発達の完成期になります。したがって、筋力や体力を伸ばすより、技術・わざなどいわゆる運動神経の発達・向上に力を入れる時期と言われています。



体重の概算法

年齢	新生児	3~4 ヵ月	1年	2.5~ 3年	4~5年	7年	7~9年	10~12 年	成人
出生時体重比	1	2	3	4	5	6	7	10	20
体重 (kg)	3	6	9	12	15	18	21	30	60