

Tokken NEWSLETTER 07 2020

知っておきたい

感覚統合

第5回「視覚ってなんだろう？」

わたしたちは日常生活のほとんどの場面で視覚の情報を使っています。目から自動的に情報が入ってくるのではなく、情報の取捨選択と他の感覚の助けがあって初めて、視覚の情報が正しく使えるようになります。

視覚のはたらき

視覚は2つのシステムによって、空間の中での見た目や動きの情報を処理しています。視覚情報と他の感覚情報と協働させることで、うまく動いたり、動くものをとらえたりしているのです。

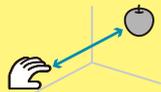
何システム（物体視）

色、大きさ、かたちなど、どんな物体が見極めるときにはたらきます。

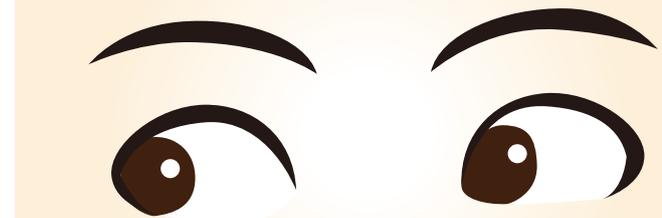


どこシステム（空間視）

自分と物、物同士の位置関係や方向を認知するためにはたらきます。

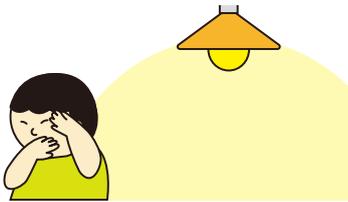


頭を動かして目標を見るときは**前庭感覚**の情報を使って、視野のずれを補正しています。



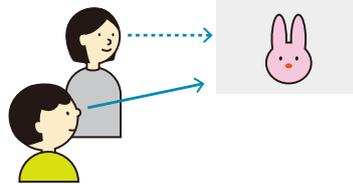
目の周りの筋肉の**固有感覚**の情報を使って、眼球の動きをコントロールして、対象を目で追います。

知っておきたい視覚のコトバ



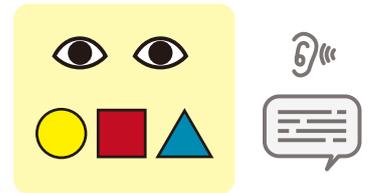
視覚過敏

光をまぶしがる、苦手な色の組み合わせがあるなど、視覚が過敏で生活に不便があることを言います。



視覚的共同注意

他人が見ている視線を追って、ものを見ること。コミュニケーションの発達の基礎になります。



視覚優位

見て理解することが得意で、言葉だけの説明は理解しにくい認知の性質です。

【参考】土田玲子『感覚統合 Q&A』、共同医書出版社、2013年

トッケン企画開発室のつぶやき... キャッチボールをしているボールの動きを目で追ってもらい、「いまのボールは何色でしたか?」「いまのボールと同じ大きさはどれでしょう?」これを色んな大きさ、形、色、のぬいぐるみを作ってキャッチボールだけじゃなく“隠さない神経衰弱”みたいな玩具(遊び)も面白いかも…。



TOKKEN TOPICS <最近の出来事をちらりご紹介>



1	3	6	7
2	4	5	8

12 新製品の撮影を行いました。保育園が終わってからの集合だったので子供達はお疲れモードかと思いきや... 3 パワー全開で遊びまくりです! 4 プランコ遊びも思わずニコニコ。楽しい撮影会でした! / 5 最近では珍しい(?)大型のチェーンクライミング遊具。チェーン部分の摩耗を直して設置してきました。アナログパワー~! 7 プレイバルーンの新しい収納袋ができました~ 8 雨の多い季節ですが、たのしい気分でごめしませう!



こどもの生きる力を養う 36の基本動作

人間の基本的な動きは36種類に分類できると言われています。幼少期にたくさん経験し、バランスよく身につけることが望ましいとされている「36の基本動作」から、毎回ひとつの動作をとりあげ、その動きがこどもの生きる力にどのようにつながるのか、多角的に検証していきたいと思います。

【第6回】平衡系の動き「浮く」「泳ぐ」

「浮く」「泳ぐ」は、環境に大きく左右される運動です。したがって、経験の差が運動の習得の差として顕著に現れます。

【解説してくれるのは】 山田秀一 せんせい

財団法人総合体育研究所 スキルアップスポーツクラブ

適切な指導と旧来の常識にとらわれない発想で、社会体育に新しい流れを切り開く体育・健康づくりのパイオニア。

<https://www.sogo-taikuu.co.jp/>



浮く動作は、**水を怖がらないようになること**が必須条件になります。特に幼児は顔にかかるのを嫌がる（怖がる）ケースがほとんどです。

まずは楽しく水遊びをして、夢中で遊んでいる間（知らぬ間）に顔に水がかかる経験を沢山することをお勧めします。



顔に水がかかることを嫌がらなくなれば、子どもは自ら積極的に水中に入ります。



うく



およぐ

「浮く」も「泳ぐ」も万一の時に身を守る動作にもなります。楽しい雰囲気
で沢山経験できる環境を整えることがポイントです。



浮く、泳ぐを習得するための簡単な練習法

できるだけ早い時期に、ご家庭での入浴時に、親子でのコミュニケーションをとりながら、少しずつ顔に水がかかるような遊びを取り入れて、楽しい入浴のひと時を過ごしてください。これにより水に慣れ、幼稚園や保育園での水遊びの時間で積極的に活動してくれるようになります。顔に水がかかることを嫌がらなくなることが大きなポイントです。



「泳ぐ」という動作と「生きる力」の関係

今回は普段の暮らしの中にはない「水面・水中」という環境下での動きを取り上げました。季節や状況にも左右される「泳ぐ」という動作がなぜ、36の基本動作に入っているのか？そしてこの動作がこどもの生きる力にどのような影響を与えるのか？引き続き山田先生に伺いました。

現在の学校教育において、プールの授業は欠かせません。泳げるということは、身を守ることに繋がりますし、何より生きる力に繋がります。

人間は陸上で生活しているため、水中での活動は非日常です。しかし、その非日常の環境は身近にあります。海や池や川といった自然界の環境の他、プールなどの人工物。それらを含めて「人間の日常」です。

人間は自力では飛べるようにはなりません。自力で泳げるようにはなりません。「泳げる」ということは、人間としての生活の空間を、空以外すべて自力で制覇する事になります。

したがって、生きる上で不安がなくなります。不安がないとストレスも軽減されます。ストレスが無いと、やる気もなくなります。やる気もなくなると、生き生きしていきません。自力で何にでもチャレンジしたくなりますし、しようとしてします。

人生が楽しくなります。これが生きる力です。

論点から少しズレますが、人間は水なしでは生きていけません。泳ぐということは限られた酸素の中での活動になるため、心肺機能を高めるトレーニングにもなります。スイミングで心肺機能が高まり喘息が治ったという例もあります。

水が苦手な子は、プール指導がある日は大好きな幼稚園に来たくなくなるという事例は毎年あります。精神的にも負荷がかかり、体も反応して実際に体調不良になる子もいます。

水に慣れることにより、生きる上での身体的な活動の不安がなくなりストレスが軽減され、自立した活動に生きる力に繋がると私は考えます。

