

みなさんの周りに「ボールを上手く投げられない」「物を押したり引いたりするなどの力加減がわからない」「長く同じような姿勢を保てない」など気になる行動が見られるお子さんはいませんか？運動が苦手だったり、手先を上手く使えなかったりすると、そのことが子どもの自尊感情の低下や周囲からのいじめの原因になることもあるといいます。

先日、当センターで放課後児童クラブや放課後子供教室等の職員を対象に『放課後子ども総合プラン指導者合同研修会②』を開催しました。これは、発達が気になる子どもの理解とその支援のあり方を学ぶ研修会でした。

今回は、その中から【未来の風せいわ病院 教育支援室 多田 淳子 氏】と【放課後等デイサービス 作業療法士 愛木 倫浩 氏】の講義・演習「不器用さを楽しみながら改善する認知作業トレーニング」の一部を紹介します。

「認知作業トレーニング」は、コグトレ(Cognitive Training)の一部で身体的不器用さを改善するトレーニングです。そもそもこのコグトレは、児童精神科医の宮口幸治氏が少年院の少年たちの認知機能の弱さに気づき、その改善の手助けのために開発したもので、「認知機能強化トレーニング」「認知ソーシャルスキルトレーニング」「認知作業トレーニング」で構成されます。

今回のトレーニングの中で特に盛り上がったのが、新聞紙10枚をまるめて棒状にし、テープを使って3ヶ所の目印をつけたコグトレ棒を使用した時のことです。これは、柔軟運動から身体の空間イメージの確認、バランス運動、棒を操作する運動です。はじめの段階は、一人で棒をくるんと縦回転や横回転させてキャッチしたり、棒を手の上にのせてバランスを取ったりします。次の段階は二人一組で1本ずつキャッチ、2本の棒の入れ替えキャッチ、グループで、人数を増やして・・・と発展していきます。

この運動を実際にやってみると、左右で得手不得手があったり、タイミングを合わせられなかったりします。ですから失敗したり成功したりすることで、出来た時の達成感を味わうことができます。受講者は大人でしたが、途中でやめられないくらい盛り上がりました。



その動きは、昔の遊びであるけん玉やお手玉遊びに通じるところがあると感じました。現在では、幼稚園や学校などで意図的に取り入れなければ経験する機会が少ない遊びです。ゲーム機や既成のおもちゃにはない、身体を使った遊びが子どもたちの五感を刺激し脳と身体を育てていたのだと改めて感じる場面でした。

もしも皆さんの周りに発達が気になる子がいれば、認知作業トレーニングを楽しみながら導入してみたい方が多いのではないでしょうか？もっと詳しく知りたい方は、宮口 幸治・宮口 英樹 著『不器用な子どもたちへの認知作業トレーニング』三輪書店も御覧下さい。【Y】

* 次回のメルマガは、10月16日（水）にお届けします。

○メルマガで取り上げて欲しい内容やご感想など、下記アドレスにお寄せいただければ嬉しく思います。（アドレス登録又は配信停止はこちらからどうぞ(^_^)

mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

○メルマガのバックナンバーを当センターHPで閲覧することができます。

アドレスはこちら

「まなびネットいわて」（<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>）>「発行物・刊行物」>すこやかメルマガ

これからも、どうぞよろしくお願ひします(^_^)/

【発行】

岩手県立生涯学習推進センター

025-0301 花巻市北湯口2-82-13

TEL 0198-27-4555

URL:<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/> 「まなびネットいわて」で検索