

# 情報ボックス

今年度の情報ボックスのテーマは「西淀川支援学校にある教材・教具など」になりました。本校にある教材・教具等の使用方法や活用例などを中心に年5回ほどお伝えしていきたいと思います。

今年度1回目は「感覚と運動について」です。

## 感覚とは？

感覚と聞くと、味覚、触覚、聴覚、視覚、嗅覚の五感のイメージが強いですが、その他にも前庭感覚や固有感覚など目には見えにくい感覚もたくさん存在しています。感覚は刺激を受けるとその情報を脳に送り処理します。

### 前庭感覚



前庭感覚は、自分の身体の傾きやスピード、回転などを感じる感覚です。受容器は耳の奥にある耳石器と三半規管です。前庭感覚には、重力に対して姿勢を保とうとすること（抗重力姿勢）や覚醒を調節する働き、眼球運動をサポートする働きなどがあります。身体のバランスをとることや姿勢の保持などは前庭感覚と他の感覚がつながっていくことが重要となってきます。

### 固有感覚



固有感覚は身体全体やそれぞれの部位などの位置を知らせてくれる感覚です。

受容器は関節や筋肉の中にあります。ボディーイメージの発達を促すことや手足の動きを把握すること、力を加減する働きなどがあります。物を運ぶときにはぎゅっと力を入れ、柔らかい物を持つときにはそっと持つように力を加減していますが、そのときに必要な役割を持つ感覚が固有感覚です。

### 触覚



触覚は皮膚の表面に受容器があり触れていることそのものを感じるだけでなく温度や痛みを感じるなどの感覚です。触る・触れるだけでなく、手の活動の発達が進むにあたり、認知活動へ変化していく感覚でもあります。

## 本校での取り組み

感覚統合療法などで使用する遊具を本校では「感覚運動遊具」と呼び、「揺れる」「跳ねる」などの様々な刺激を受け、自分の身体の様子に気づいたり、姿勢を保持したり、転ばないようにバランスをとったりすることをねらいとした学習に取り組んでいます。

また、遊具を楽しむ中で「もっとやりたい」「もう1回したい」と期待感を持ったり、「楽しい」「こわい」などの表出を促したりすることも目標として学習することができます。

### どんな遊具があるのかな？

下の写真のような感覚運動遊具の他にもまだまだたくさんの種類があります。目的やねらいによって使い分けることが大切です。



オーシャンスイング



ホーススイング



エアポリンフラット



スペースリング

今回は「感覚と運動」についてご紹介してきました。次回は「感覚運動遊具」等を使った実践事例編を紹介します。