

不器用さについて考えよう



☆まず、はじめに…不器用ってなに？

例えば…

全身を使った運動では

- ・階段をスムーズに昇り降りできない、洋服の脱ぎ着が上手くできない、公園のブランコがこげない、遊具で遊ぶことが苦手… など
- ・スキップやダンスのような不慣れな動きを身につけることに、非常に時間がかかり苦労する、縄跳びが回せない・跳べない、自転車がこげない… など。

手を使った運動では

- ・鉛筆やはさみ操作、ボタンを留める、食事道具の使用、ジグソーパズルやブロック遊び、片付けなどが苦手、力加減ができない… など。
- その他、目や口を使った運動にもぎこちなさが見られることもあります

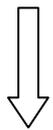


☆不器用さがあると…

- ①日常生活の中で上手いいかない、時間がかかることが多い。
- ②新しいことへチャレンジしなくなる→経験不足になる。
- ③できないことが積み重なり、はじめから「できない」と思ってしまう。
- ④特に集団の中では自信がなくなり、自尊心が育ちにくい。

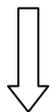
☆人が目的をもって行動するとき、頭の中では…

- ・情報を認識する(映像や音、におい、触感、手応え、筋肉や関節などから自分の体のいろいろな情報を得て、それを感じ取る)



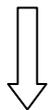
例：アスレチックが上手くできない…
情報を認識する力が弱いと、自分の姿勢がどうなっているか分からないので、バランスをとることが難しい

- ・目的とする行動に必要な姿勢や動きをイメージする



どのように動けば渡れるのか分からず、立ち往生してしまう。

- ・想定した動きや姿勢をとるための効率的な動かし方が分かる



スムーズな動きができず、無駄な動きが多くなる。

☆幼児期に大切にしたいことは、達成感を味わう、自尊心を育てていけるような配慮をすることです。



少しずつ練習していきましょう。