

運

動プログラムについて～第7回～



今年4月からの運動の年間計画。

- ・ 4月～5月：魚類的運動
- ・ 6月～8月：両生類的運動
- ・ 9月～10月：爬虫類的運動
- ・ 11月～12月：哺乳類的運動
- ・ 1月～3月 今まで運動してきたことの応用運動・活動（霊長類）

■感覚統合とは？

感覚統合理論を構築し、実践的検証を進めたのは、J・エアーズ博士といわれています。1960年代の初めごろから研究を始め、日本で大きく取り上げられるようになったのは1977年ごろのようです。日本では、神戸大学教育学部名誉教授 坂本龍生先生がこの分野でのパイオニアのようです。スタートから50年を経ても、ネット書籍販売アマゾンで「感覚統合」を検索すると、新刊を含めて70冊もの同類の書籍が検索することができ、今でも新しい理論です。

坂本先生によると『感覚統合』とは、「人が環境との相互作用の中で生体として生存していくのに必要な脳神経過程の機能のこと」と説明されています。少し難しい説明ではありますが、私たちの成長は、様々な感覚（視覚・聴覚・味覚・触覚・嗅覚・バランス感覚）を統合した結果であり、つまり、日々の生活や学習、成長といったものは、その五感が相互に作用したものである・・・ということです。

■ルームズの運動プログラムの位置づけ

右図1はエアーズ博士による「感覚」と「感覚入力の統合」、「最終産物」の関係を表した図です。これによると感覚をうまく統合することで、「集中力」「組織力」「自尊心」「自己抑制」「自信」「学習能力」「抽象的思考・推理力」「身体・脳の左右両側の発達」などが期待できることとなります。

ルームズ唐人町では、◎の運動を生物の進化の過程に沿いながら、より高度な運動（点線の矢印の方向）にシフトしていきます。

ちなみに、アドバイザーの田上先生からは、「8秒間の抱きしめ」は、親子間の信頼関係を作るのにとても効果的・・・と伺っています。♥マークのところ（親子間の信頼関係）はルームズではできないところです。ご家庭でも運動を実践いただく同時に、お子さんを“ぎゅーっ”と8秒間抱きしめてあげてください。きっと互いの気持ちが近くなったように感じられるはずですよ。

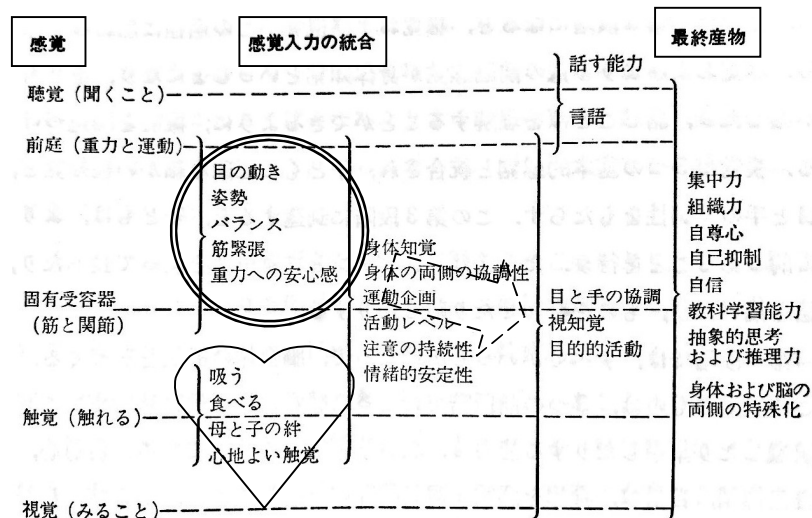


図1 感覚，感覚入力の統合および最終産物

※参考文献：「子供の発達と感覚統合」J・エアーズ、「感覚統合法の理論と実践」坂本龍生