

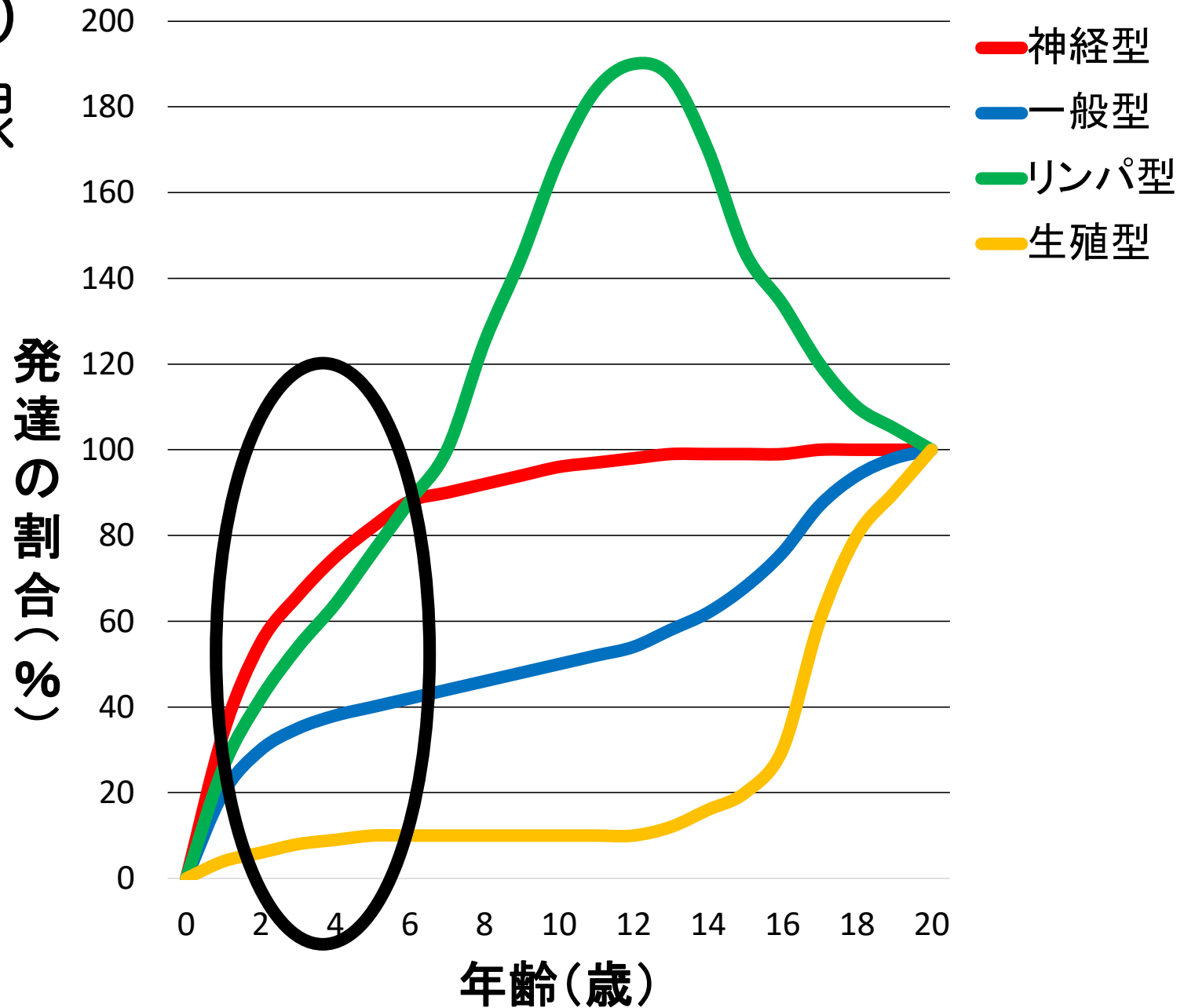
脳を活性化 ～手遊びトレーニング～

旭川大学短期大学部
准教授 赤堀達也

スキヤモンの 発育発達曲線

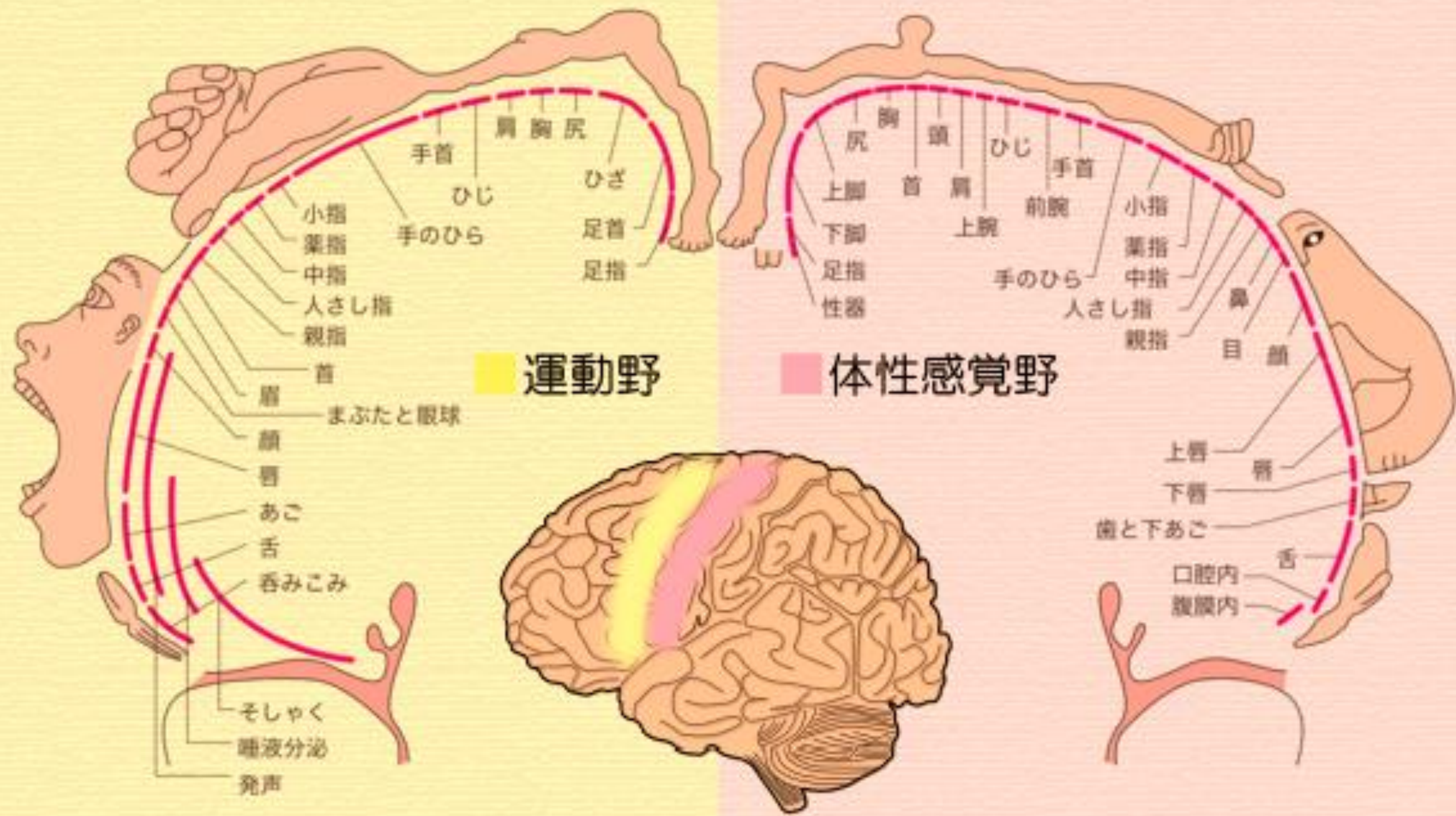
幼児期の一般型
の発育は
成人の**20~40%**

幼児期の神経型
の発育は
成人の**50~90%**



今日のキーワード①

「手は第二の脳」



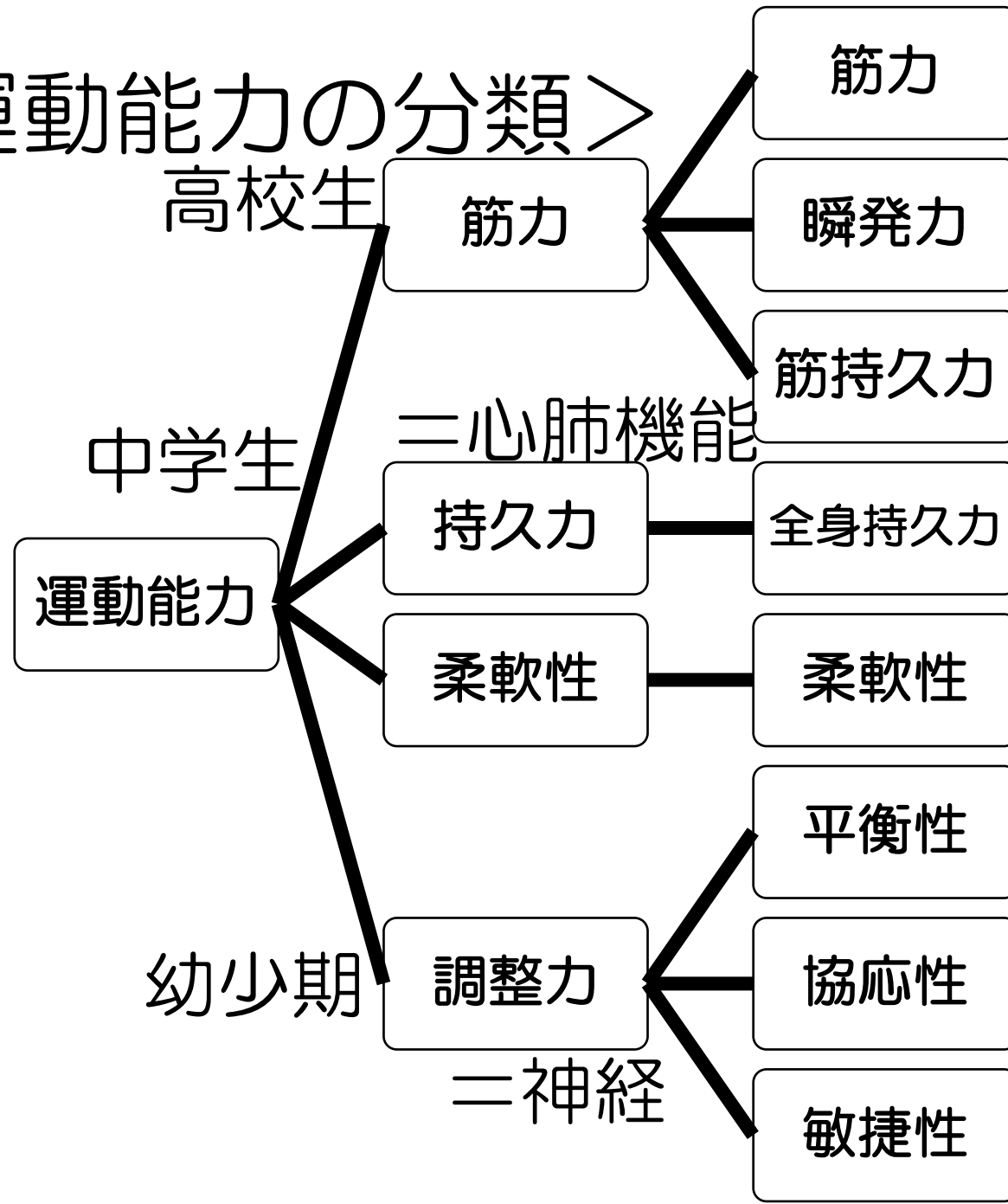
ペンフィールドのホムンクルス



今日のキーワード②

「コーディネーション理論」

<運動能力の分類>



7つの
コーディネー
ション能力

<7つのコーディネーション能力>

連結能力

リズム
能力

反応能力

定位能力

変換能力

バランス
能力

識別能力

<連結能力>

体の間接や筋肉の動きを

① タイミングよく無駄なく同調させる

② 複数の動作を連続させる

力加減やスピード調節によって、動きを
スムーズにする能力

<反応能力>

合図に対する正確な対応動作をする能力

合図は…

- スタートの音
- 味方の動き
- 触覚や筋感覚（柔道やレスリング）

※ジャンケンやボールを使ったたくさん
の実践例がある。

<変換能力>

- ①素早い切り替えを可能にする
- ②予測・先取りする力
 - 定位能力や反応能力と密接に関係
 - ステレオタイプ化を防ぐ
(フェイント動作など)

<識別能力> (分化能力)

手や足の動きを微調節する際の視覚との関係

(ハンド・アイ・コーディネーション)

(フット・アイ・コーディネーション)

ボールや用具操作を精密に行う。

- 球技、ラケットスポーツでは特に重要。

<リズム能力>

- ①音や音楽（耳）
動作を真似る（目）
 - ②イメージの現実化（脳）
- からの情報を
動きによって表現する

リズム能力は、あらゆるスポーツにおいて
上達に欠かすことのできない基礎となる

<バランス能力>

- ①全身のバランスを保つこと
- ②崩れた体勢を素早く回復すること

<2つのポイント>

- ケンケンなどで意図的にバランスを崩す
(=傾きバランス)
- 回転や旋回を加え、三半規管を刺激
(=回転バランス)

< 定位能力 > = 空間認知能力

決められた場所や、動いている味方、相手、ボールなどに関連付けながら、動きの変化を調節することを可能にする。

※距離・速さ・時間と関連付ける能力
鬼ごっこは代表的な実践例。

まとめ

- 「難しい」を「楽しい」に！
＝それが幼児教育の魅力！
- 勉強・部活動をがんばって、難しさに挫けない
心の力を身につけておきましょう
- 旭川大学短期大学部は、そんな君に夢を託せる
日を待っています