

発達支援センター通信

◆野洲市発達支援センター TEL587-0033、FAX587-2004

広報「やす」:2022年3月号掲載

はったつしょう うんどう ぶきょう 発達障がいと運動の不器用さ

はったつしょう けいこう こ たち なか うんどう てゆび つか ぶきょう うご
発達障がいの傾向がある子ども達の中には、運動や手指を使うのに、不器用な動き
になるタイプの子が多くいます。こうした子ども達は、園の集団活動の中で、リズム遊び
や体操でどう身体を動かせばいいのかわからないことがあります。また、手指を使う
たいそう からだ うご
製作活動が苦手だったりします。持ち物の用意・片づけや衣服の着脱、給食を食べる
せいさくかつどう にがて も もの ようい かた いふく ちゃくだつ きゅうしょく た
ことなどに時間がかかり、生活動作でも苦労しがちです。学校に上がると、学習の中で
じかん せいかつどうさ くろう がっこう あ がくしゅう なか
の困難さが出てくることもあります。体育の苦手さだけではなく、字を整えて書くことや、
こんなん て たいいく にがて じ とどの か
鍵盤ハーモニカやリコーダーの運指、定規やコンパスの操作などでもつまずきがちで、
けんぱん うんし じょうぎ そうさ
本人の不全感や自尊心の低下につながります。まず椅子に座る姿勢を取ることに非常
ほんにん ふぜんかん じそんしん ていか いす すわ しせい と ひじょう
にエネルギーが必要で、疲れやすく学習の集中が続かないという姿も見られます。

こうした運動や手指の使い方の不器用さは、本人の努力不足ではなく、脳の目覚め
うんどう てゆび つか かた ぶきょう ほんにん どりょくぶそく のう めざめ
の状態(覚醒の低さ)や筋肉の質の弱さ(筋肉の緊張の低さ)、また身体を動かす時
じょうたい かくせい ひく きんにく しつ よわ きんにく きんちよう ひく からだ うご じ
の基礎となる感覚情報(視覚・触覚・前庭感覚※1・固有受容覚※2など)の整理が難し
き そ かんかくじょうほう しかく しよかく ぜんていかんかく※1 こゆうじゅようかく せいり むずか
いといった特徴が関係していることがあります。そうした子どもの場合、本人がやりきる
とくちよう かんけい こ ばあい ほんにん
ことができる運動や活動に継続して取り組むことが大切だといわれています。例えば
うんどう かつどう けいぞく と く たいせつ たと
生活の中で、物を出し入れしやすい大きさや取り出し口の大きいカバンや袋を用意し
せいかつ なか もの だい い おお と だ ぐち おお ふくろ ようい
たり、脱ぎ着しやすい衣服にするとといったことで、本人が自分で全身や手指を動かして
ぬ き いふく ほんにん じぶん ぜんしん てゆび うご
やりきる経験を積み上げていくことができます。また、学習では補助機能のついた
けいけん つ あ がくしゅう ほじょきのう
文房具などのツールを使ったり、用紙のマス目を大きくしたりといった配慮も考えられ
ぶんぼうぐ つか ようし め おお はいりよ かんが
ます。

き
気をつけなければいけないのは、運動面の力をつけようとするとしてもトレー
うんどうめん ちから
ニングのように鍛えることを思い浮かべがちです。しかし、脳の覚醒状態や感覚情報の
きた おも う のう かくせいじょうたい かんかくじょうほう
整理には、『楽しい』と感じることをするのが効果的だといわれています。まずは、身体を
せいり たの かん こうかてき からだ
動かす楽しさを味わいながら、一緒に外遊びや散歩をしてみたいかがでしょう。
うご たの あじ いっしょ そとあそ さんぽ

※1…揺れや回転、重力などを感じる感覚。平衡感覚のこと。

※2…自分の手足や体の関節の動き、筋肉の張りを感じる感覚のこと。