



幼児や小学生等に多い「多動でじっとしていることが苦手な子ども」の対応について紹介します。

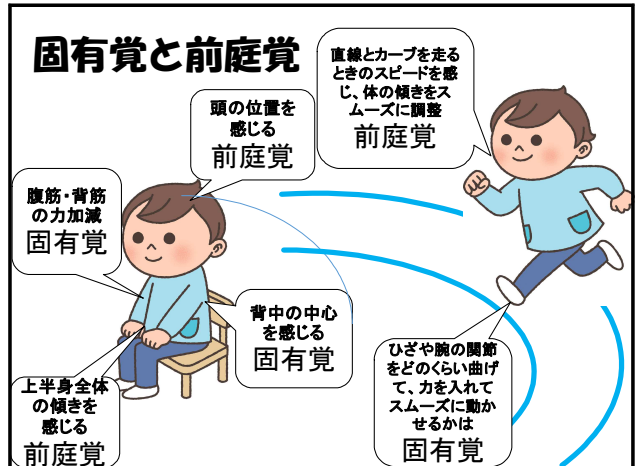
多動と言われる状態は、「動きたい」「好きな感覚を満たしたい」という身体内部にある感覚的な欲求が働いていることが原因の一つと言われています。体の内部に感じる感覚は「固有覚」と「前庭覚」があります。どちらも感じにくいと跳びたくなったり、走りたくなったり、回転したくなったりします。

ですから、「じっとしていなさい」と我慢させ過ぎることのないように、適切な方法で満たしてあげることが大切です。

「参考文献：分かって安心!発達障害の子どもとの上手なかかわり方 はじめて療育 藤原里美著 Gakken」

無自覚で使っている感覚

固有覚 ・筋肉や関節にあるセンサー。筋肉の収縮の程度や、関節の曲がり具合、伸び具合の情報 ・体の位置の理解 ・動くときのアクセルとブレーキの働き ・重い、軽いの違いを感じる。	前庭覚(バランス感覚) ・内耳にある耳石器や三半規管に感じる感覚 ・姿勢や眼球運動をコントロール ・姿勢を安定させるセンサー ・動くときのスピード、上下、左右、前後、方向の揺れや重力を理解する。
--	--



「好きな感覚を楽しめるようにする」ための具体的な方法

- ①座りながら感覚を満たす: 手や腕をギュッギュッと握る、マッサージ、タッチ遊び、手探りゲーム、
- ②運動(遊び)で感覚を満たす: 腕相撲、指相撲、ヨガやストレッチ体操、ポーズゲーム、マット運動、鉄棒等
- ③道具を使った工夫: ブランコ、鉄棒、ジャングルジム、トランポリン、バランスボール、回転椅子、マッサージチェア

注意や集中が必要な時間の前、園なら読み聞かせの前、学校なら授業を始める前の運動が効果的です。日頃から歩いている登校や外遊び等の運動を奨励しましょう。また、学習中に意図的に立ったり座ったり、背伸びをする動きやお手伝いなどを頼んで歩くことも、動きたい欲求を満たしてくれます。

「ユニバーサルデザインの運動遊び」の紹介

本校の地域支援部では、保育園等にゲストティーチャーとして実際に幼児とふれ合いながら「障害のある子どもない子ども楽しめるユニバーサルデザインの運動遊び」を紹介しています。また、「幼児期運動指針普及パンフレット」や「運動遊びの絵カード」を配付して、「一日60分程度体を動かすこと」を奨励しています。

運動遊びを紹介後、毎日のように継続しているA園からは、「多動傾向のお子さんはもちろん、全体的に集中力が増し、落ち着いて話を聞くことができるようになった」とうれしい報告がありました。【A園2歳児】→



*今年度、ケース会議や研修会など園・学校からたくさん声を掛けていただきました。来年度も園児児童生徒の「自立と社会参加」に向けて一緒に考えていきたいと思っております。

