

# 特別支援教室だより

令和6年 7月 吉日  
巡回拠点大杉東小学校  
特別支援教室通信

今年度の「特別支援教室だより」では、『身体の動き』に関する児童の困りに対して、「その困りの原因は?」「何がしてあげられるの?」といった視点で、巡回指導教員が考えた家庭でできる支援方法を掲載いたします。

【 今回のテーマ 】

## 身体の動きがぎこちない子・力加減の調節が難しい子

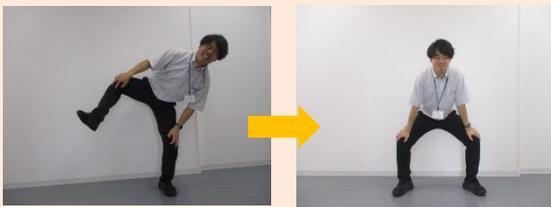
【 こんなことが考えられます 】

筋肉の張り具合や、関節の曲げ伸ばしを感じとる感覚を**固有感覚**といいます。例えば、重さの違う2つの箱を持ち上げた時、腕の筋肉の張り具合の差を感じとることで、どちらの箱が重いのが分かります。この感覚のはたらきによって、私たちは自分の体の位置や動きを把握し、身体を動かすことができます。この固有感覚に鈍感さといった偏りがあると、力の加減が調節できず動作が乱暴に見えてしまったり、身体の使い方や動きのぎこちなさ等のつまずきがみられたりします。

【 こんな運動をしてみてもいいでしょう 】

### <すもうチャレンジ>

#### ① 四股ふみ



四股踏みの動作のあとにぐらつかないようにすることで、固有感覚の使い方も向上します。

#### ② 手押し相撲



土俵から押し出されて負けないように踏ん張ったり、体のバランスを保持したりすることで、体の軸を作り、体の動きのぎこちなさの改善につながります。

#### ③ おしり相撲



#### ④ 新聞リレー



途中で紙が途切れないように、20秒ずつ交代で細長くちぎっていきます。長くなるようにちぎって記録を更新していきましょう。指先を使うことで細かな動きの調整力を身に付けることにつながります。



本校には5名の巡回指導教員がいます。「特別支援教室」について、ご質問がありましたらご連絡ください。

また、本校のホームページに「特別支援教室だより」のバックナンバーも掲載しておりますので、ぜひご覧ください。

ホームページのQRコードはこちら 

