

運動

前々回は原点の『ワーキングメモリ』・今回は日課全体について紹介をいたしましたので、今回は運動というプログラムのお話をさせていただきます。

運動では学校体育の内容を行います。跳び箱・マット運動(前転・後転・開脚前転・開脚後転など)・長縄・ダンスなど学校で行うものを行います。これは、学校の授業で他の人の前でやる時にきれいにできることで良い評価を受けるためです。それは、先生もそうですし、生徒に関してもいえることです。

また、どうしても運動が苦手な人にも、しっかりとやり方から勉強できるので、他の競技に応用することができたり、実生活でも良い影響が生まれます。

これはワーキングメモリが向上しているということなんです。日課はワーキングメモリの基礎でしたが、運動は応用編になります。運動では瞬時の判断や、先を見通す力など様々な場面でワーキングメモリに負荷がかかります。その運動をしっかり学ぶことでワーキングメモリが向上していくのです。また、運動は上達がわかりやすいという利点もあります。跳び箱2段しか飛べなかったのに、3段跳べるようになることは、本人も自覚しやすく、他の事へのチャレンジに繋がります。

- ・広島古市教室 082-877-9001
- ・広島五日市教室 082-943-9001
- ・広島田方教室 082-507-0390
- ・広島彩が丘教室 082-926-3906
- ・広島五日市児童発達支援専門教室 082-943-9001



ナデシコ（撫子） 三村 千秋

今年も進級、進学の時期を迎えました。特に就学については、全く新しい環境になりますので、事前に配慮を希望することや入学式にあたっての事前参加など、お子様が安心して臨めるよう準備をしていくことをお勧めします。

緊張しつつも学年が上がりお子様の意識も高くなるこの時期に、「自主性を育てる支援」についてのべてみたいと思います。

私達は生活の中で「今日は何を食べようかな、どのテレビを見ようかな」など、自然に行動しています。知らない食べ物や情報のない場所を選ぶことはありません。①知っている、②選ぶことができる、③伝えることができる。この3つができて初めて自分の意思として表すことができます。みな「考え」や「気持ち」があります。その考えや気持ちを実現できるときにサポートすることが自主性に繋がっていきます。本人が自分の思いを決めるには時間がかかるかもしれません。

「1と2のどちらが良い？」という選択肢を設けて1と2の違いを説明し、納得して選ばせることも一つの方法です。焦らせず、経験と時間を積み重ねて自分で決める自己決定は幼いときからつきたい力です。

しかし、日々の生活では、大人の都合や本人の代わりに決めては指示待ちになってしまいます。だからこそ、お子様に関わる人をたくさん作り、本人の思いを尊重しながら関係者全員でお子様が良い選択ができるサポートをしていくことが大切です。これを「自己決定支援」と言います。この力は、将来、自分に必要な支援を理解し決めて求めていく「セルフアドボカシー」の力にも繋がります。

お知らせ

クォーレプレミオが設立され新体制となりました。
教室はHPをご覧ください。

クォーレのことをさらに詳しく、
ブログ随時更新中！

クォーレ ブログ

検索

