



微細運動



言葉の発達

5つの感覚を育てよう

～脳と身体を育む根っこを作りましょう～



推理・推論



協調運動



集中力



コミュニケーション能力

感覚から得られる情報を取り入れ、整理することで脳は成長していきます。遊びを通して、幼児期～学童期の子どもは感覚はぐんぐん育ちます。

楽しく遊びながら、子どもが自分自身の身体の動かし方や調整の仕方を身につけることができるといいですね。

視覚



目で対象を見て、認知する感覚

注目すべきものを探す働きがあります。

風船バレー

ゆらゆらおちる風船をしっかりと見てタッチしましょう。目的の確に、対象物を追う力を育てます。



育てよう、じっくり見る力

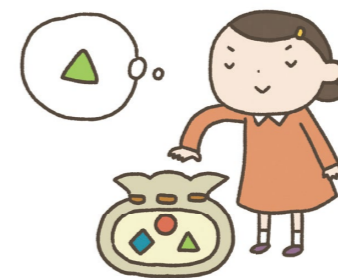
触覚



触ることで、それが何かを判別する感覚

形あてクイズ

触った感触だけで袋の中から見本と同じ形のおもちゃを探します。触って形・感触・大きさを理解する力を育てます。



育てよう、触って識別する力



作成協力
作業療法士
樋口正勝先生

聴覚



耳で音を聞き、理解する感覚

いろいろな音の中から、興味のある音を聞き取る働きがあります。

音あてクイズ

「何の音?」「どこから聞こえた?」「何回聞こえた?」と、音に関するクイズをしてみましょう。必要な情報を、注意深く聞き取る力を育てます。



育てよう、必要な音を聞く力

前庭覚



重力に対する身体の向きや回転・スピードがわかる感覚

すべり台・ブランコなど

身体のかたむきや速さが変化する遊具は、揺れ・動き・高さ・速度などを感じることができます。楽しく遊びながら、これらの刺激を感じましょう。



育てよう、姿勢を保持する力

固有覚



筋肉や関節から、手足の位置や身体の動きを知る感覚

なわとび

身体の別々の部位を組み合わせさせて動かすことに挑戦してみましょう。左右の手を同じスピードで動かす、手の動きに合わせて跳ぶなど、各部位を協調させることが大切です。太く重い縄を使うと、より身体の動きを意識できます。



育てよう、身体の動きを調整する力