

協調的な粗大運動

お遊戯, スキップ
足踏み, 縄跳び
鉄棒, 跳び箱
マット運動

協調的な巧緻運動

お絵かき, 書字
ハサミ, 折り紙
リコーダー
ボールキャッチ

運動企画 (Motor planning)

見てコピー [手, 全身] (視覚性コピー)
言葉で説明されてコピー [全身] (言語性コピー)
身体の中を越える (正中線交差)
タイミング/リズム (聴覚タップパターン)

基本的な運動能力

粗大運動
(全身的な運動)
歩く, 走る
片足立ち
ジャンプ

巧緻運動
(手先の運動)
指折り, 線引き
鉛筆の持ち方

自分の周りの環境の把握

視知覚認知
(見える物の位置関係が判る)
遠近感
図形と背景の判別
空間における位置関係

眼球運動
見る場所を急に変える (衝動性眼球運動)
見る場所をゆっくりと変える (滑動性眼球運動)
同じ場所を見る (固視)
寄り目 (輻輳反射)
頭を動かしても同じ位置を見続ける (前庭動眼反射)

運動遂行のための身体の基礎部分

関節が動く範囲は
充分ある

自分の身体が分かる

身体を細かくスムーズに
正確に動かせる

身体がしっかりとする

ボディ・イメージ

関節 可動域

母指
中手指節関節
手関節
前腕
肩関節
股関節
膝関節
足関節

触覚

触れている
場所/強さ

固有 感覚

身体の
各部位の
位置関係
動く方向

前庭 感覚

空間での
頭の位置

分離運動

身体の
一部分だけを
分離して
動かせる
前腕回内外
交互反復運動
虫様筋握り
(テント)

協調運動

運動方向の
スムーズな
切り換え
距離感
前腕回内外
交互反復運動
指鼻テスト

筋力

下肢
上肢・手
腹筋・背筋

バランス 反応

静止立位保持
足関節戦略
ステップ反応
片脚立位