

# キラキラ WEB 教室@home

肢体不自由等のある幼児とその保護者を対象とした教室です。

## 第6回 身体・姿勢について

肢体不自由のあるお子さんにとって、身体を動かすことや姿勢を整えることはとても大切です。身体の様子はお子さんによって様々だと思いますが、ご家庭でできる簡単な運動や姿勢についてご紹介します。

### 身体の動きについて

お子さんの好きな遊びやお子さんの興味をいかし、動きを引き出してみましょう。遊びながら、手足を動かすことで、自分自身の身体の情報を受け取る固有覚が養われたり、いつもと違う姿勢をとってみることで、空間に対する運動の変化を感じ取る前庭覚が養われたりします。

楽器遊び



にぎり遊び



からだ遊び



### 姿勢について

様々な姿勢をとることで、健康が促進され、視覚情報を得やすくなったり手を使った活動をしやすくなったりします。また、正しい姿勢をとることで、活動に集中しやすくなり側わんを予防したりすることができます。

いろいろな姿勢



そのお子さんに  
応じた  
食事姿勢



そのお子さんに  
応じた  
学習姿勢



地域支援  
センター



相談専用携帯 080-7307-7175

第6回担当：郡山支援学校 自立活動部