

## 運動感覚学習教具

器具名	使用例とねらい
<p>ロールクッション</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・馬乗りで平衡感覚を養う。</li> <li>・いす座りで足の踏みしめ、立ち上がりの練習をする。</li> <li>・四つんばい、座位、ひざ立ちなどの練習をする。</li> <li>・あお向けになりリラクセーションを図る。</li> </ul>
<p>三角マット</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うつ伏せになり、ひじまたは手支持姿勢の保持をする。</li> <li>・ポジショニング(尻の下に置き、座位の安定や腰を起こす。あお向けでひざの下に置きリラックスした姿勢をとる。)</li> </ul>
<p>バルーン</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体全体を預け運動感覚刺激を得る。</li> <li>・リラクセーションを図る。</li> <li>・正しい姿勢の保持やバランス感覚を養う。</li> <li>・手を床に着く練習をする。</li> <li>・各部位のストレッチをする。</li> </ul>
<p>ピーナッツ型(フィジオロール)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールにまたがったり、うつぶせになったりしながらバランス感覚を育てる。</li> <li>・立位、ひざ立ちなど抗重力姿勢でのバランス感覚を促す。</li> </ul>
<p>ボールプール</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・触覚防衛反応の改善、身体感覚の育成、平衡感覚の育成、感覚刺激を得る。</li> </ul>

<p>バランスボード</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・座位等でのバランス感覚を養う。</li> <li>・前庭刺激を促す。</li> <li>・揺れを楽しむ。</li> </ul>
<p>リニアグライダー</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バランス感覚、姿勢制御を促す。</li> <li>・腹ばい、四つんばい、座位、立位などを取ろうとすることにより全身の筋の同時収縮を促す。</li> </ul>
<p>訓練用階段</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・階段昇降の練習をする。</li> <li>・腰掛けから立ち上がりの練習をする。</li> <li>・腰かけ座位の保持をする。</li> <li>・テーブルとして使用する。</li> </ul>
<p>肋木(ろくぼく)</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感覚運動刺激(特に手のひら足裏への刺激)</li> <li>・全身のバランス感覚・身体の伸展を促す。</li> <li>・しがみつく力の育成を図る。</li> </ul>