

プロジェクト

vol.37

文責：荒木 秀夫
(徳島大学大学院教授)

2つの分化能力をつなぐもの

これまでに、分化能力の話が続きましたが、ここで少し戻って補足することになります。本誌8月号で、分化能力について、「正確にボールを的に当てるという場合、きっちり判断して投げられるということでも、体の部分を上手に使い分けるといった意味でも使われます」と説明をしました。この2つのことを前回で述べた、「無駄な動きを含みながら適格に運動をこなす、精度を高めるといった、裾野を広げた能力」という、トレーニングの最初のころの、まだ能力が低かった段階へと「戻る方向へ向かう」とこととの関連から説明することになります。

「きちっと判断して投げる」というのは、目的を達成することであり、「体の部分を上手に使い分ける」というのは、目的を達成するための手段ということになります。つまり、目

問合せ先／スポーツ推進課 プロ
ジェクトK・スポーツ推進係

☎ 57・4850

的と方法との関係になるわけです。何をするにしても、目的があつて方法が決まるのは当然のことですが、単純な例でいくと、「体の大きさを知りたければ、何を測ればいいのか？」と訊かれたら何と答えるのか。そうすると、「何をしようとしているのですか？」と逆に質問を返すことになるでしょう。それを確かめて、身長を測るか、体重を測るか、と答えることができます。これは簡単なことですので、すぐ理解できますが、複雑な問題となると、ずれてしまうことがあります。というよりは、混同するといった方が正しいかもしれません。

正確に投げるためには、どんな格好で投げてても構わないのですが、そのまま練習すると、あまりにも効率が悪くということになるわけです。正確に投げられるようにするには、こういう投げ方を：となりますが、これを徹底的に追及すると、いつしか目的が「正確に投げる」とから、「正確なフォームで投げる」とにすり替わってしまうわけです。本来は、マトに当てることが目的だったはず。

まずは、このことから考えてみることにしましょう。



乳児シリーズ vol.8

“寝返り”の事始め



赤ちゃんの「寝返り」が見られたらと思うと、ハイハイ、つかまり立ち…などなど、動きの変化は目を見張るものがあります。子育ての苦労も忘れる家族の喜びとなりますよね。運動発達が順調だと感じるわけですが、同時に感覚能力、認知能力も飛躍的に発達することとなります。これには、感覚の世界、環境の世界が大きく変わることが関係しています。将来においても身体を「回転」させることは重要な意味を持っていますが、その原点にあたるのが寝返りです。寝返りをすると世界が反転するとともに、おなかを下にするという姿勢は、哺乳動物が本来持っている前進する態勢が整います。ただし、動物であれば生まれた後でも既におなかを下にしていますので、赤ちゃんは、やっと動物に追いついたことになります。

脊椎動物は、本能として生まれた直後から二つの運動本能が発揮されます。一つは、「食行動」であり、もう一つは「移動行動」です。人間の赤ちゃんはお乳を吸うことができて、移動運動はできません。それでも「動こうとする」と

いう本能が働いて、家族が促すまでもなく気がついたら「寝返り」をしていたということになるわけです。ここからが本領発揮です。とにかく前へ、前へと動こうとし、やがて「おすわり」「ハイハイ」へと進んでいくことになります。

赤ちゃんが移動運動を始めると、特に視覚を始めとする感覚の世界がどう変わるのかということと、自分がどう動いたのかということが結びついてきます。それまでは、受け身で感覚刺激が与えられていたのですが、今度は、能動的に感覚刺激を受けることになります。そうすると、自分が動いて変化する物や景色の映像と、自分が動いていなくても物や景色の動く映像が相互に比較分析することになります。もちろん、それまでに抱っこされて景色が動くことを感じる視覚経験はあるのですが、これが一気に結実することになります。それが、まさに認知の発達の背景となります。