

「コーディネーション能力と、その分類」

コーディネーション能力は、一言で言えば、巧みな動きができるということになりますが、それを詳しく見ていくといくつかの能力に分類することができます。

しかし、その分類さえもどのような基準によるのかによって分類の仕方は異なります。なぜ異なるのかというと、コーディネーション能力は、何を目的としたトレーニング・学習なのかによって捉え方が異なるからです。

分類の基準ですが、最も基礎となるのは脳神経科学、運動科学、認知科学などの科学的知見によるものです。これらの諸科学は、一般人にはなじみの薄い学問ではないかと思われま

す。たとえば物理学とか経済学などといった言葉はよく耳にしますが、「○○科学」という表現は、さまざまな分野にわたる学際的研究を指すことが多いようです。

ただでさえ、これらは一つひとつの諸科学が広い分野の科学的知見を網羅したものであるのに、それらをさらに糾合しようということになれば、コーディネーション理論

は、途方もなく広い学問分野になると思われるかもしれません。あくまでも純粹に理論研究だけを追求すれば、きつ

とそうなるでしょう。

しかし、コーディネーション理論は実践の理論です。

ここに一人の子どもがいる。その子は、逆上がりができな

きない、体は痩せている。などといった状況から、どうしたら今ここで、たちまち逆上がりができるようになるのかといった答えを見つけ出すのがコーディネーション理論であり、コーディネーション能力論です。

次回から、いよいよコーディネーション能力と、それに関係するトレーニング学習などの事例に触れながら話を進めていくことにしましょう。

問合せ先／生涯学習課 スポーツ振

興係：☎57・4850

