

閉眼・開眼状態での手指の運動学習の比較

新座病院リハビリテーション科

作業療法士 齋藤亮

要旨：作業療法で効果的な手指の運動学習の方法を模索することを目的に、閉眼・開眼状態での運動学習における手指のスキル向上について速さと正確さの視点から調べた。右利きの健常成人 20 名を対象に鉄球回し課題を行った。課題では左手で 50 秒間できるだけ速く 2 つの鉄球を回してもらい、手の中で鉄球の位置が入れ替わった回数と、手の中から鉄球を落とした回数を計 4 回計測した。また課題に先駆けて 100 秒間の練習時間を設け、1Hz のペースでメトロノームを鳴らし、1 音に対して 1 回鉄球の位置が入れ替わるように回すことを依頼した。実験の結果、速さについては閉眼グループの成績がよく、正確さについては両グループの成績に差は見られなかった。速さを重視し、反復的に手の中で物体を操作するような手指の運動において、限られた時間内での学習では閉眼で行うことがスキル向上に有効であることが示唆された。

キーワード：運動学習、手指、視覚、体性感覚