



## 指先の力を鍛えようの巻

親指を突き出すように鉛筆を持つ子どもやコンパスをうまく回せない子どもをよく見かけます。

その原因について、指先を使った回旋運動をする機会がなくなり、人差し指と親指を輪っかにした状態(C)で指先に力を入れることができない子どもが増えているからだそうです。

最近の蛇口は、ユニバーサルデザインやコロナ禍の影響もあり、上下の動きや自動でON/OFFするものが増えていて、指先を使って開け閉めする蛇口を見かけることが少なくなりました。学校の水道もレバーを動かす蛇口になっています。

便利になった分、今までで自然に培われていた力が身に付かなくなったことがあります。そこで今回は、指先の力を鍛えること、すなわち正しい鉛筆の持ち方やコンパスが上手に使えることにつながる遊びを紹介します。



親指をつき出した持ち方

### 〈①スポンジでバケツの色水移し〉

洗面器等に色水をつくり、時間内に、色水を含ませたスポンジをどれだけ移せるか競う。

### 〈②新聞紙をさいてうどんづくり〉

両指先を使い、側面つかみで決まった大きさの新聞紙をちぎって量を競う。

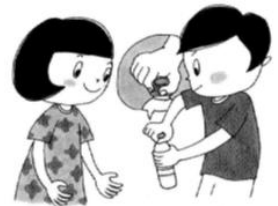
### 〈③洗濯ばさみつなぎ〉

吊るした1つの洗濯ばさみに、一定の時間内にいくつ洗濯ばさみをつるせるか競う。



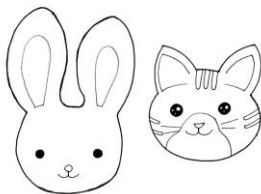
### 〈④ペットボトルのふたの開け・閉め〉

お盆にのった(例;5本)ペットボトルのふたを開け、次の人はふたを閉めリレー形式で速さを競う。



### 〈⑤動物の絵の(型抜き)〉

紙に印刷された動物の絵を指でちぎり抜き出す。



### 〈⑥紙飛行機を遠くへ飛ばす〉

紙飛行機を側面握りで持ち、遠くへ飛ばす。



正しい持ち方

以上のような遊びを通して、「にぎる」「つまむ」の力を鍛えられるとうれしいです。

# やってみよう！の巻

## 一 正しいえんぴつの持ち方

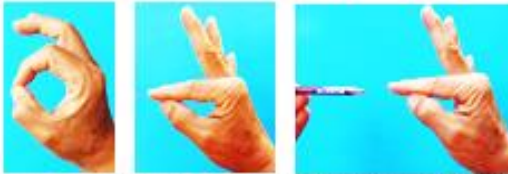
## 二 点つなぎ

くじゃくは  
どくへびを  
たべてく  
れるん  
だ！

えんぴつのもちかた  
**くじゃくほう**



☆えんぴつを  
もつてOKさ  
いんをつくる。  
☆OKさいんが  
できたら、ひと  
さしゆびをび  
んとのばす。



1. OKさいん。2. くじゃくのかおとかんむり。3. どくへびがあらわれ



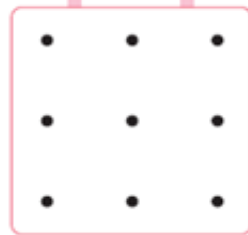
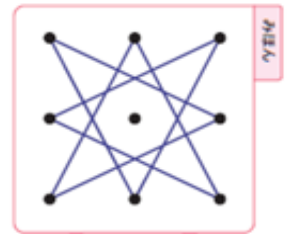
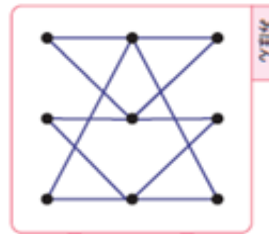
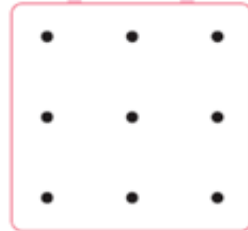
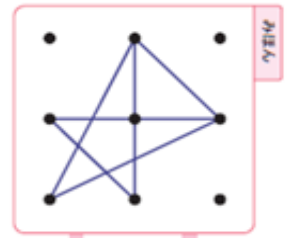
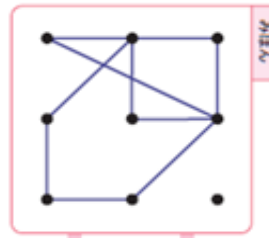
4. どくへびをくわえる。 5. どくへびかいてん。(2ほんのゆびでもってたね。



6. かんむりでおさえる。 7. モグ。(ゆびをまげる。) 8. モグ。(ゆびをのばす。



えんぴつのもちかたかんせい！ \*「くじゃく法」は、インターネットで見ることが出来ます



## 三 まちがいがさし

左と右で「8つ」まちがいがああるよ！さがしてことばで説明してみてね！

