

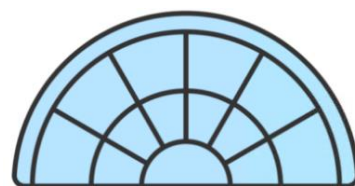
焼津市の通級指導教室（ことばの教室・まなびの教室）の担当者として、多くの子ども達を支援してこられた荒井久美子先生に、特別支援教育で大切にしたいことや、一人一人の特性に応じた支援のヒントについて、わかりやすい言葉で書いていただきました。



「手指をスムーズに動かすために」

以前、勤務校の「新一年生入学説明会」でお話したことを紹介します。

小学校では、授業が子ども達の生活のほとんどを占めます。授業とは、担任の先生の話の聞いているだけではありません。文字を書いたり、絵を描いたり、消しゴムで消したり。紙を折ったり、切ったり、貼ったり。教科によっては、様々な道具を使いこなすことが求められます。最近では、様々な教科で、タブレットパソコンなどの ICT（情報通信技術）を活用した活動に取り組んでいます。学校の授業で使う道具は学年が上がるご



とに増えていきます。学校の授業で道具を使うのは、学習を補助することがねらいです。従って、道具の使い方をマスターするためには、授業以外の時間が必要となります。そのためにも、手指をスムーズに動かすことができるようになっておくことは必要なのです。

手は第二の脳とも言われます。手には知性があるのです。脳科学的にも、手と口（ことば）に関係する部分の面積が非常に大きいことがわかっています。人類の歴史をさかのぼれば、手はもともと足として身体を支えていました。それが二足歩行になり手が解放されます。さらに親指が分離し、木をつかめるようになります。こうして敵が多い地上を離れることができました。やがて親指を他の指に向かい合わせることが可能になります（親指の対向性）。こうして細かいものを「つまむ」ことで、自由に道具を扱えるようになったのです。

千葉県船橋市夏見台幼稚園ホームページより抜粋

道具を使うというと、手先、指先の動かし方と思われるかもしれませんが、しかし、人間の体は、大きい関節から小さい関節の順に発達するので、いきなり手先、指先のトレーニングをしても期待する効果は得られません。手の発達にも、順番があります。この順番を踏まえて、家でできることを次のページに紹介していきます。

人間の体の発達

全体から部分へ
大きい関節から小さい関節へ
頭部から尾部へ
体の内側から外側へ
手の発達
つつむ→つかむ→つまむ

資料

手指をスムーズに動かすこと～家庭でできること～

【肩関節を動かす】

- 入浴時、自分の頭を洗う
- 入浴時、自分の体を洗う



【肘関節を動かす】

- 着替えを自分で行う
- 脱いだ衣類をひっくり返す
- 顔を洗う
- 入浴後、自分の体を拭く



毎日の生活の中で継続的に行う動作がトレーニングになる

【手首・手・指を動かす】

- ハンカチをたたむ
- 自分の着る服をたたむ
- 食器を運ぶ
- 食器を下げる



生活の動作がトレーニングになる

トランプ・お手玉・あやとり・こま・・・



遊びの中にもトレーニングの要素はある



【伝承遊びのメリット】

- 左右の手をバランスよく使うため、手を上手に動かす力を育む
- 体の各部分の動かし方、力の入れ方などが自然と身に付き、感覚も磨くことができる
- 遊びながら手先の器用さを育むことができる