

## 指先の器用さUP！

## ハサミの上手な使い方



「ハサミを5本指で握ってしまう」

「紙がぐにゃっとなり、うまく切れない」

「線に沿って切ることができない」

こういった課題は、手の動かし方や両手の使い方を練習することで上手になります。焦らずステップアップしていきましょう。



## ハサミに必要な力は？

ハサミは親指・人差し指・中指の3本で「開く・閉じる」を行い、薬指・小指は曲げて手を安定させる高度な運動です。

同時に、もう片方の手で紙をしっかり支え、時には紙を動かす「両手の連携」が求められます。



## ハサミ練習のコツ

手を上手に使うには体が安定していることが大前提！全身を大きく動かす能力を育てながら、並行して手先を使った遊びを行うようにしましょう！

## Step1：準備運動＆1回切り

**手あそび歌**：指をリズミカルに動かす。

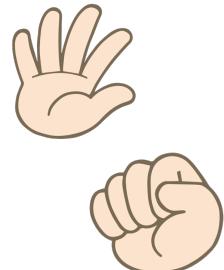
**新聞破り**：線を見る意識を育てる。

**小さくカット**：回刃を入れるだけで切れるものから。「持つ手」「切る手」の役割を学ぶ。



## ハサミがむずかしい理由

## 手の動き



- 5本指での「グーパー」握り
- 脇が開き、ひじが上がっている
- 手首がうまく使えない

## 両手の連携



- 紙を持つ手がうまく使えない
- 紙が固定できず、ぐにゃっとなる
- 切る手と支える手の役割分担

## 目と手の連携



- 「線を見る」と「手を動かす」
- 2つを同時にやるのが難しい
- 姿勢が悪いと線に集中できない

POINT!

## 土台づくり「姿勢」



## + 準備運動「グーパー」



## Step2：両手・目と手の連携

**ネックレス作り**：ひも通しで、両手を別々に動かす

**連続切り＆姿勢の意識**：脇をしめ、肘が上がらない

**曲線切り**：ハサミはまっすぐ、紙を持つ手で

「紙を動かす」と曲線が切れる

(参考)

• Pelatihan Pengajaran Keterampilan Menggunting Dasar Bagi Guru SLB Di Lampung.

• Cutting Skills and its Effects on Preschool Children's Writing Skills.

• 発達が気になる子の脳と体を育てる感覚遊び

ライター

After Reha 田中 宏樹