

こうちせい 『巧緻性』を高める活動

クラスの児童への活動を考える際に調べたことをまとめていただきます。参考までに♪



『巧緻性』とは、手先や指先をうまく使う能力をさし、子どもたちの発達に深くかわり、認知機能の成長にも影響を与えます。「指先は第二の脳」とも言われるくらい手や指の神経は脳と密接につながっており、手先を動かすと脳（運動野、感覚野）が刺激され、以下のような力が高まるとわれています。

- 手先の**器用さ**が高まる
- ものづくりや学習への**意欲、集中力**が高まる
- 創造力**が高まる
- 論理的思考力**が高まる



- (具体的な活動 一例)
- ・にぎる
 - ・つかむ
 - ・つまむ (2本指で)

- 《片手の動き》
- ・シールをはがす、貼る
 - ・クリップをとめる
 - ・ひねる
 - ・ねじる
 - ・たたく
- 



- 《両手の動き》
- ・新聞紙をちぎる
 - ・パズルをはめる
 - ・ひも (棒) に通す
 - ・組んだブロックをはずす (ブロック遊び)
 - ・飲み物のフタをねじる
 - ・折り紙
 - ・お箸でつまむ
 - ・ぬり絵
 - ・ハサミ
 - ・あやとり
 - ・セロハンテープを切る
 - ・ちぎり絵
 - ・粘土 (丸める、棒状にのばす、平らにする等)
 - ・縫いさし

- ・お絵描き
- ・アイロンビーズ
- ・手あそび (おすんでひらいて等)
- ・じゃんけんあそび (あっちむいてほい、おちゃらか等)
- ・ハンカチ、タオル、洋服等をたたむ
- ・お菓子の袋をあける
- ・ゼリーのフタをあける
- ・ボタンの開閉
- ・ファスナーの上下
- ・靴下、靴をはく
- ・野菜のヘタを取る
- ・野菜の皮むき
- ・洗濯ばさみのつけ外し
- ・お皿やお箸を配る
- ・運筆
- ・めいろ
- ・線でつなぐ
- ・片結び
- ・ちょうちょ結び
- ・テーブルを拭く
- ・ぞうきんをしぼる

