

手指訓練の教材

今回は、知的障がいと肢体不自由を併せ有する「重複障がい学級」が自立活動で行っている手指訓練の教材を紹介します。指先や手のひら全体の動きを高めたい、腕の力をつけたいなど、課題は様々です。日常生活での困難さを軽減していけるよう、個々の課題に合わせて教材を作り、日々取り組んでいます。繰り返し取り組むことで、少しずつ力がつき、生活力の向上に繋がっています。

～本校での自立活動の実践より～



☆玉押し入れ☆

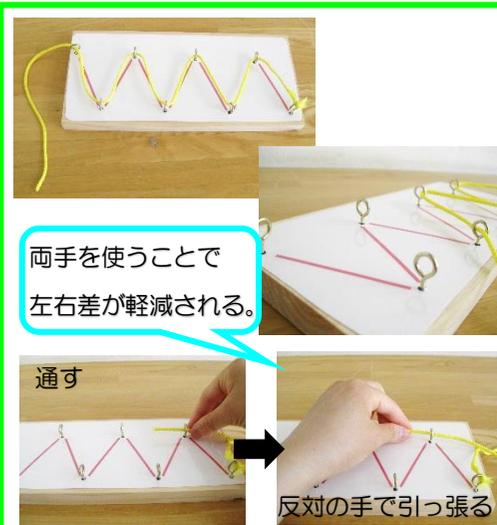
フェルト玉を、指先を使って、押し入れます。指先を使うのと同時に、親指と人差し指でフェルト玉を摘んで押し入れる場所まで持って行くことで、指先を使うことへの意識も高まります。また、フェルト玉を色のはっきりとした物にすることで、手元を見ることができ、目と手の協応に繋がります。

ねらい

- ・指先の力をつける
- ・手元を見る
- ・指先への意識を高める

材料

- ・ドアノブカバー
- ・フェルト玉
- ・段ボール
- ・画用紙
- ・ボンド



☆紐通し☆

親指と人差し指を使い、紐を持って、穴に通します。片方の手で通し、もう片方の手で紐を引っ張ることで、指先を使うのと同時に両手を使うこともできます。

始めは大きな穴からチャレンジしていき、徐々に穴を小さくしていくことで、集中して、手元を見ながら穴に紐を通すことができます。

ねらい

- ・2本の指を使う
- ・両手を使う
- ・手元を見る

材料

- ・板
- ・紐
- ・ネジ式ヒートン



☆キャップ入れ☆

キャップを二つ合わせた物を、指先の力を使って押し入れます。繰り返し活動することで、指先に力をつけることができます。また、入れる場所に色をつけておくことで、注目しやすくなり、手元を見ることにも繋がります。

ねらい

- ・指先の力をつける
- ・手元を見る

材料

- ・蓋付容器
- ・ペットボトルのキャップ



☆ハンカチ引き☆

手のひら全体でハンカチを握り、力を入れてハンカチを引っ張り出すことで、物を握る力がついてきます。また、片手で引っ張り、もう片方の手で、容器を押さえることで、両手を使う訓練にもなります。

ねらい

- ・物を握る力をつける
- ・握り続ける力をつける
- ・両手を使う

材料

- ・ハンカチ数枚
- ・蓋付容器

「子どもたちに付けたい力」をもとに「どうしたら付けられるか」考え、意欲的かつ継続的に取り組めるための工夫をしています。今回は重複障がいの子への支援方法を紹介しましたが、どんな子どものどんな目標にも、通じる基本的な支援の考え方ですね。