

日常生活における手指の操作性の 向上を目指して

～見えないところでのひも結び～

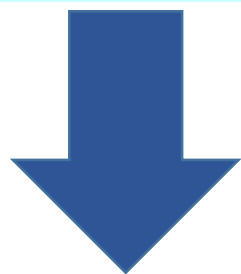


対象生徒

- ・ 手指を使った細かい作業は苦手である。
- ・ 片足立ち，四つ這いなど，体幹にアプローチする動作は苦手であるが，縄跳びや鉄棒，ダンスなど協調運動は得意。
- ・ 小さなボタンの留め外しや，袋結びなど，細かな手指操作が必要な際，支援が必要である。
- ・ 文字の読み書きの活動は集中が持続しにくい，清掃や簡単な作業（造花・紙折り）などは時間いっぱい継続してできることが多い。

指導目標

【前期】 日常生活における手指操作の向上を目指す



(ボタンの留め外し／袋結び／バンダナ結び等)

【後期】 体の後ろで紐などを結ぶ動作の獲得を目指す



(バンダナ・エプロンの後ろ結び)

専門家（江本先生）からの助言【前期 7月1日】

【手や体の使い方についての課題】

- ・ 指の動きや関節運動が固い。
- ・ つまんで物をコントロールする力が弱い。
- ・ 手の平で体を支えることができていない。
- ・ せんたくばさみの活用
- ・ 四つ這い歩行
- ・ 指遊び・指の体操
- ・ ぞうきん絞り など

【道具の使用・ひも結びについての課題】

- ・ 空間理解が乏しい。
- ・ 対象が動くと、動きの流れが見えない。
- ・ 押さえる手の役割がわかっていない。
- ・ 結ぶ ⇒ ゴムを通す
（簡単な作業から）
- ・ 持つ箇所のポイントイング
（位置関係の把握）

専門家（江本先生）からの助言【後期 11月15日】

【体の後ろで結ぶことについての課題】（自立活動・作業学習より）

- ① 肩甲骨周りの筋力が足りず、ぐっと胸が張れない
→ 肩甲骨の可動域が狭いので、後ろ手で結ぶ動きをじゃまするかも。
⇒ 「肩甲骨をはがす」イメージでのストレッチが有効
- ② 玉結びなど、よく習得できていることは手元を見ずにできている。
- ③ 物を見る時に注視できず、なんとなく見ている。
⇒ 回数をこなして、反復して技術を身に付ける



「見えないところでのやりとり」を反復して練習するのが有効

⇒ 「ゆっくりではあるだろうが、少しずつできるようになるだろう」

指導の方法（実施過程および計画）

手指・手の平の運動 【主に生単・自立活動】

【手指】

- ・ 指の体操
- ・ はさみ
- ・ 紙ちぎり
- ・ 指模倣
- ・ 洗濯ばさみ

【手首・手の平】

- ・ 四つ這い歩行
- ・ 机運び
- ・ 雑巾しぼり
- ・ 雑巾がけ
- ・ スクーターボード

（【体幹・肩甲骨】ストレッチ）



体の後ろで結ぶ動作へのアプローチ 【主に日生・作業学習】

STEP①

- ・ 結び方を知る
（給食当番・レジ袋を結ぶ練習）



STEP②

- ・ 体の後ろでボタンにゴムを通す
（バンダナ・エプロンの後ろを留める）
【夏休みに家庭で練習】



STEP③

- ・ 後ろ手で操作する練習（ボディイメージ）
- ・ 見えないところ（机の下）で結ぶ練習



STEP④

- ・ 頭や体の後ろでひもを結ぶ

ボディイメージをつかむ練習（実践例）

見えないところでの操作



- ① 髪の毛の後ろ結い（家庭でも）
- ② 後ろ手で 貯金箱にコインを入れる
- ③ 後ろ手で 厚紙に洗濯ばさみを挟む
- ④ 後ろ手で レゴブロック（大きめ）を合わせる
- ⑤ 机の下などで ひも結びの練習をする

結果（1月現在）

日常生活における手指操作

手指の操作性の向上

- ・ 小さいボタン ⇒ 襟元のボタンも一人で留められる。
- ・ ビニール袋結び ⇒ 小さな動作で結べるようになった。

体の後ろでのひも結び

- ・ 後ろ手でのゴム留めはスムーズに行えるようになった。
- ・ 後ろ手での操作や、机の下でのひも結びの動作の向上は見られるが、十分な習得には至っていない。
- ・ 実際に後ろで結ぶ作業をしてみると、手の動きがまだ定まっていない。

継続した指導が必要

考察・今後の課題

- (1) それぞれの学習活動の中で, 学部の先生方に協力・連携いただけたことが, より効果的な習得に結びついたと思われる。
- (2) ボディイメージをつかむ練習は訓練的な要素が強い。
日常的な生活に結びつけて行うにはどうすればよいか。
- (3) **指導者自身**がSTEP③からSTEP④への習得過程のイメージが描けていないため, 具体的な指導イメージを持つ必要がある。

STEP③

- (ボディイメージの獲得)
- ・ 見えないところでのやりとり



具体的な
指導イメージ
(指導方法)

STEP④

- ・ 頭や体の後ろでひもを結ぶ

