

ほけんニュース

身につけたい 生活の中での体の動き



子どもは、まわりのおとなや友だちとかわりながら、遊びや運動、手遊びなどを通して、体の動かし方や指先の使い方を身につけていきます。こうした体の動きは、小学校に入ってから生活の土台になります。

ちょうむすびを しよう

エプロンのひもや靴ひもなど、よく使う結び方なので、身につけさせましょう。

① ひもを「×」にして しろい ひもを したに いれる	② ななめに ひっぱる	③ くろい ひもを わに して ひだりの てで もつ
④ くろい ひもの わに しろい ひもを かける	⑤ しろい ひもを おやゆびで あなに いれます	⑥ ふたつの わを ひいて できあがり!

ふくを たたもう

小学校では、体育の時間に服をたたむので、入学前に身につけさせておくと安心です。

① ティーシャツ うしろがわに して -----の ところを たたむよ	② したから -----の ところを たたむよ	③ うえから かどを あわせて たたむよ
① ながズボン -----の ところを たたむよ	② したから -----の ところを たたむよ	③ うえから -----の ところを たたむよ

指先の動きを育てる遊び

筆記用具を使ったり、はさみで切ったりする作業には、指先をしっかり使う力が必要です。そのためには、体の姿勢を安定させることも大切です。さまざまな遊びの中で、それらを身につけさせましょう。

新聞紙を丸める

握る・両手の
操作を養う



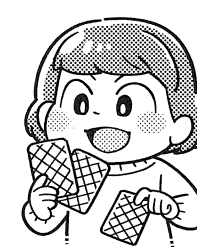
折り紙

つまむ力をつける



カード遊び

指先の力を養う



指すもう

親指・手首の
力を養う

