

指先を鍛えよう

指先の器用さのことを巧緻性（こうちせい）と呼びます。料理を作ったり何かを操作したりと、仕事や家事をする時も必要となる巧緻性は、子どもだけでなく、大人になってからも生活に欠かせないものです。

巧緻性を高めていくには、小さいころから少しずつ指先を使う経験を積むことが必要です。しかし、筆や鉛筆を小さいころから持たせる必要はありません。遊びや生活の中で指先を使う経験をたくさんすれば、自然と育っていきます。

例えば、おやつの時間はアメの包み紙を開ける、ストローを伸ばす、ギザギザのお菓子の袋を開けるなど、指先をたくさん使える時間です。はじめは難しいので途中まで開けたり、切り込みを入れてあげたりして、保護者が少し手伝ってあげると良いですね。まずは指先の動かし方と達成感を味わえるようにし、徐々に子どもができる範囲を増やしていき、最後の達成感を味わえると、やる気につながっていくでしょう。



指先を使う遊びは、子どもの成長や発達に欠かせない重要な要素といえます。日常の中にも指先を器用にしてくれる動きはあふれています。普段の生活や遊びの中で指先をたくさん使いましょう。

問い合わせ先 二日市保育所

☎(922)3344