

鉛筆の持ち方・書き方チェック！

チェックリストを基に、お子さんの鉛筆の持ち方や
文字を書くときの様子を見てみてください。
文字を上手に書けない、文字を書くのを嫌がるなど
書くことへの苦手さがある場合、
その背景が見えてくるかもしれません。



書くことの苦手さの背景には、
様々な理由があります。
今回取り上げるのは、
手先の操作性や感覚に関連する部分です。
今回紹介している活動に取り組むことで、
どの子も書くことが得意になる…
というわけではないことを
ご承知ください。

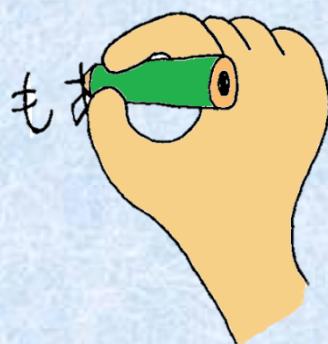
☆ チェックリスト ☆

①	鉛筆を 持ちたがらない。（手に触れるのを 嫌がる）	
②	鉛筆の先端（削り部分）を 持って 書いている。	
③	親指を、人差し指に つけて 書いている。	
④	人差し指の 第一関節部を「逆“<”」の字にして 書いている。	
⑤	筆圧が 強い or 弱い（字が濃い or 薄い）	
⑥	補助具を 使っても 上手く 書くことが 難しい。	
⑦	消しゴムや 鉛筆削り器の 操作が苦手	
⑧	書くときに、紙を 上手に 押さえることが 苦手。	
⑨	机の端で 書いている。	
⑩	（左利きの場合で）手首を 折り曲げて 書いている。	

正しい持ち方が できていないと …



指先に 過剰な力が入って
肩こりにつながる。



指が邪魔になって
芯や文字が 見えにくくなって
眼が疲れる。

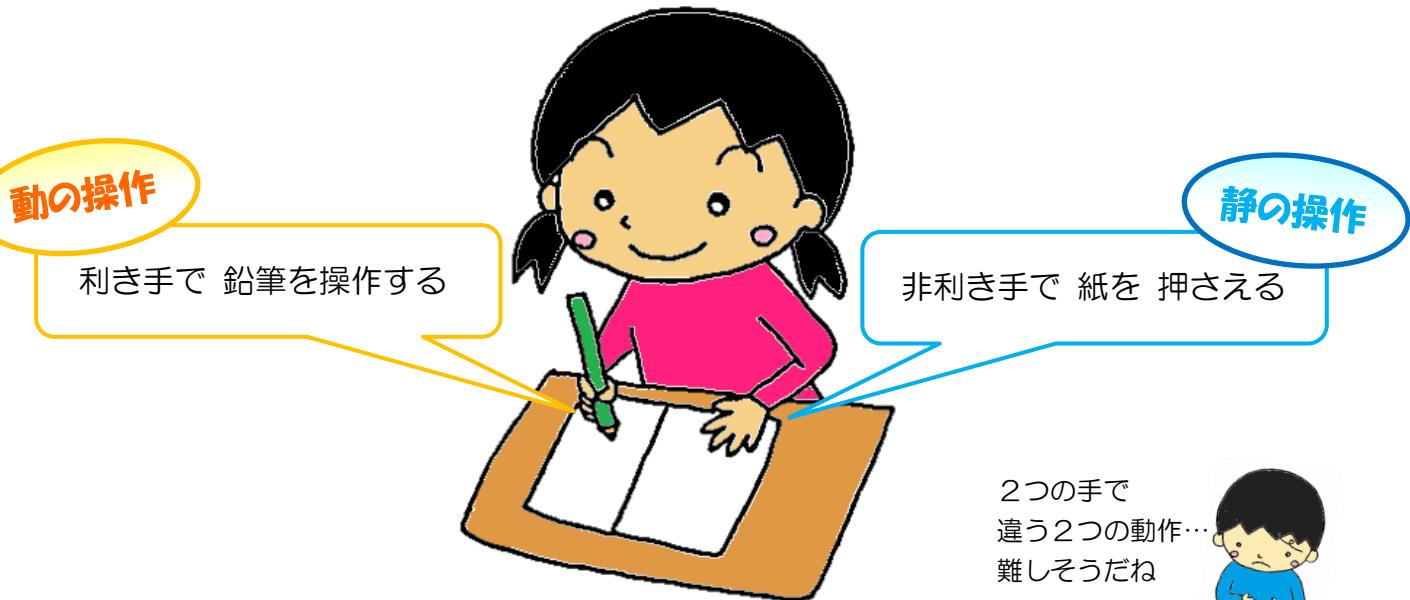


書くのが遅くなり、
先生の話を聞き漏らしたり
注意が散漫になったりする。

正しい持ち方ができていれば、
文字がきれいに書けるだけでなく
学習に集中しやすくなるかも！？



鉛筆を持って 文字を書くときは …



これを **同時に** 行う！

次回から、
持ち方のくせの例や
チェックリストの項目に
対応した練習例などを
取り上げていきます♪



- ポイント① 持ち方のくせを見付けよう！
- ポイント② 指先の動かし方を練習しよう！
- ポイント③ 非利き手で紙を押さえる練習をしよう！

3つのポイントを
意識して
練習すれば
大丈夫！