

えんぴつの持ち方講座(2)

～楽しみながら指先の動きを練習しよう！～

★ 持ち方のくせ 6パターン ★

持ち方のくせを見付けたら、
指先の動きを練習してみましょう♪



先端持ちパターン



鉛筆の先の円錐部分を握る持ち方。
親指の関節が極度に曲がる。

特徴

- ・芯が親指で隠れている。
- ・頭を傾けて書く。
- ・字が濃い。
- ・手が疲れる。
- ・字が雑になる。



親指を人差し指にあてる持ち方。
必要以上の力で書く傾向がある。

特徴

- ・字が濃い
- ・とめ、はね、はらいが雑
- ・速く書けない
- ・角ばった文字を書く
- ・手が疲れる

人差し指逆「く」の字パターン



人差し指の指紋部分を鉛筆にあて、第一関節が反り返っている持ち方。

特徴

- ・字が濃い
- ・疲れやすい
- ・丁寧だが、早く書けない



手首を過度に曲げている持ち方。
左利きに多い。

特徴

- ・速くて雑
- ・ゆっくり書けない
- ・とめ、はね、はらいが雑

吸盤持ちパターン



親指、人差し指、中指の指紋部分を鉛筆にあて、たこの足のように握る持ち方。

特徴

- ・字が濃い
- ・速く書けない

鉛筆立て持ちパターン



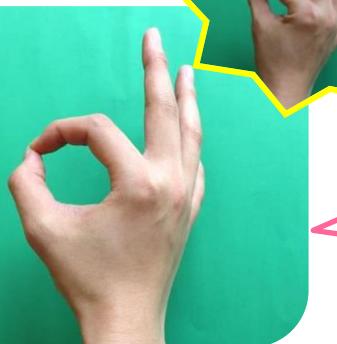
鉛筆を垂直に立てたり、
前方に傾けたりしながら握る持ち方。

特徴

- ・字が薄い
- ・丁寧だが、早く書けない

指先の操作力 UP !

オーリング



丸がつぶれているのは×

親指と人差し指でリングを作る。

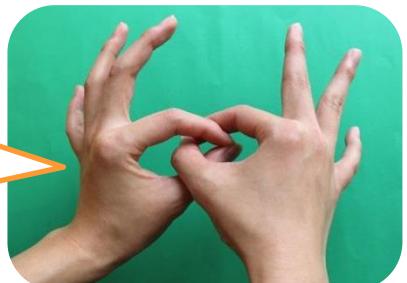
「パッキン、パッキン♪」など、リズムに合わせて正確に形を作る練習をするのも GOOD

親指で押さえる力が UP !

クロスリングすもう

① リングを作って交差させる。

② 親指と人差し指がずれないように力を入れながら引っ張り合う。



親指でのぱぱい直し

おはじきはさみ



① 親指と人差し指の間におはじきを挟みながら鉛筆を持つ。

② 文字を書く練習をする。

親指で押さえる力が UP !

洗濯ばさみ小球

- ① 洗濯ばさみのはさむ方を手前にして持つ。
- ② 親指と人差し指で洗濯ばさみを開き、小球をつかむ。
- ③ 落とさないようにおわんまで運ぶ。



指先の操作力 UP !

ちらし巻き



作った棒は、
安全に気を付けて
扱いましょう！

- ① 指先を使い、チラシを端から細く巻く。
- ② 巻けたらセロハンテープでとめる。