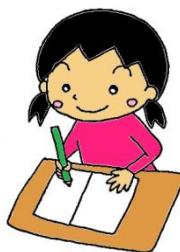


# えんぴつの持ち方講座(3)

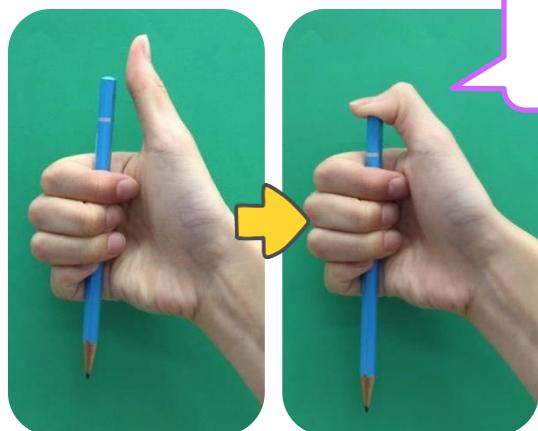
～楽しみながら指先の動きを練習しよう！～

## ★ えんぴつ体操シリーズ ★

学習の合間にできる、  
ちょっとした活動特集です。  
学校の授業に取り入れても  
効果的です♪



### とんとん体操



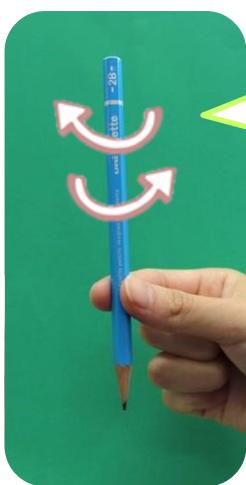
鉛筆の頭を、親指で  
叩きながら押し込む。

### くるくる体操



- ① 手の平に、鉛筆の頭部を当てる。
- ② もう片方の手で鉛筆の削り部分を持ち、落とさないようにくるくる回す。

### ころころ体操



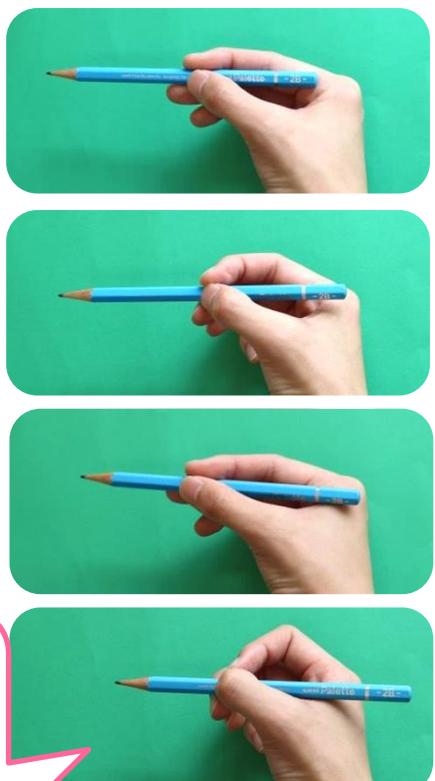
- ① 鉛筆を、親指と人差し指とでつまむ。
- ② 落とさないようにころころ転がす。

### 親指ころいん体操



- ① 鉛筆を持ち、親指の腹で鉛筆に触れる。
- ② 親指を曲げて鉛筆をころころ回転させる。

### しゃくとり虫体操



- ① 親指、人差し指、中指で鉛筆の頭を軽く持つ。
- ② 3本の指を大きく曲げたり伸ばしたりしながら鉛筆の先端へ移動させる。

鉛筆の上から下、下から上の  
両方向に  
挑戦してみましょう！