

## 書字指導における体のみかた② 鉛筆の持ち方

### 鉛筆の持ち方を指導することで、整った文字が書ける

文字が上手に書けない子どもにとって、鉛筆の持ち方は重要です。悪い持ち方をしていないか見てあげましょう。「正しい持ち方」「よい持ち方」などと言われますが、子どもが「効率のよい持ち方」をして書いているかを見ることが大切です。以下に、気になる鉛筆の持ち方の例を解説します。

### 気になる鉛筆の持ち方

#### ①「先端持ち」

鉛筆の芯の近くを持つために、芯が指で隠れて見えなくなります。よって体を傾けて顔を近づけ、横から斜めから見て書く癖がつかます。これが姿勢の崩れを誘発していきます。筆圧は濃くなります。書くスピードも遅くなりがちです。

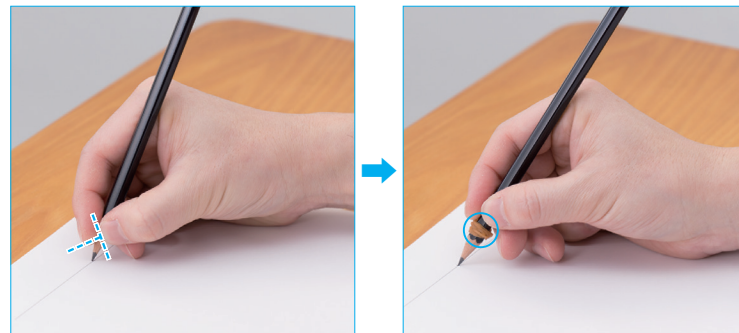


図1 「先端持ち」

図2 輪ゴムストッパー

#### 指導アラカルト

輪ゴムをはめ、先端部に指がかからないようにします。慣れてきたら、輪ゴムを外します。

#### ②「親指でっぱり持ち」

親指が鉛筆を押えずに、自分の人差し指を押える持ち方です。締め付けて握っているため、必要以上の力で握っており、筆圧が濃くなり薄く書けません。字形は、角ばった形になりがちで、曲線がスムーズに書けません。例えば「あ」「わ」「め」の最後の「はらい」は、力を抜いて書けず、途中で止めて書く傾向になります。

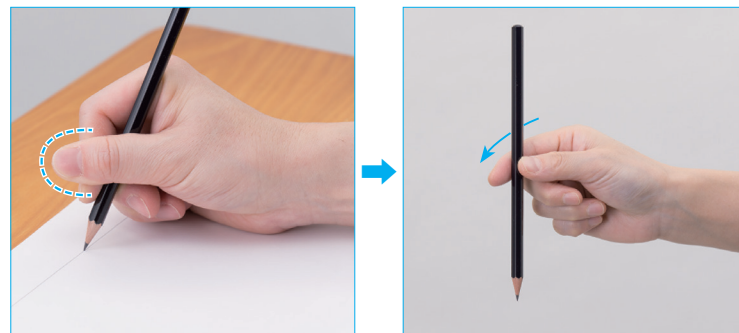


図3 「親指でっぱり持ち」

図4 「鉛筆コロコロ体操」

#### 指導アラカルト

「もっと薄く書きましょう」と口頭で言っても変わりません。親指を補助して、鉛筆を押えるように、フィッティングしてあげるとよいでしょう。さらに、「鉛筆コロコロ体操」も有効です。鉛筆を落とさないように垂直に持ってコロコロ転がして、親指の動きを高めましょう。

#### ③「垂直持ち」

鉛筆を垂直に立てて持つ、あるいは、前方に傾ける持ち方です。筆圧は、薄くなるが多いです。比較的きれいに書けますが、書くスピードが遅くなります。自分のペースで書けますが、授業から遅れがちになります。

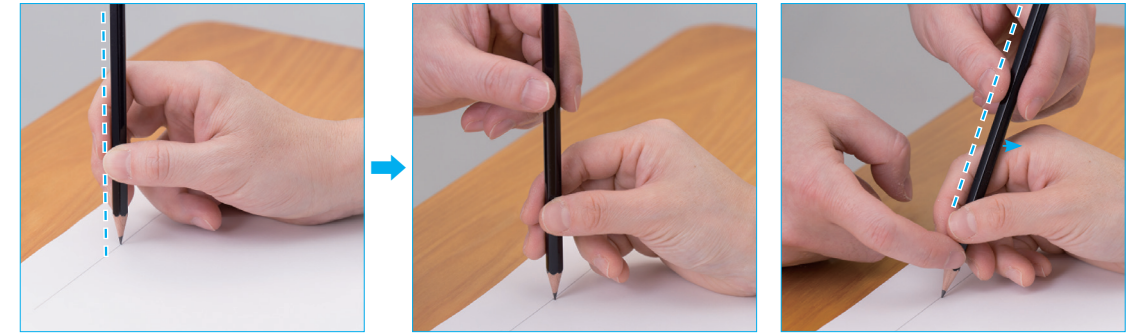


図5 「垂直持ち」

図6 鉛筆の位置を修正

#### 指導アラカルト

鉛筆の傾きを直します。人差し指の付け根部付近に鉛筆をリセットします。3本の指に過剰な力が入っていないか確認し、もし入っていたら、指をリラックスさせます。

#### ④「逆“く”の字持ち」

人差し指の第一関節を過度に反らして書く持ち方です。人差し指で必要以上に力を当てるため、筆圧は濃くなります。この持ち方ですと、関節部が痛くなったり、手が疲れてきたりして、作文など長く書けません。

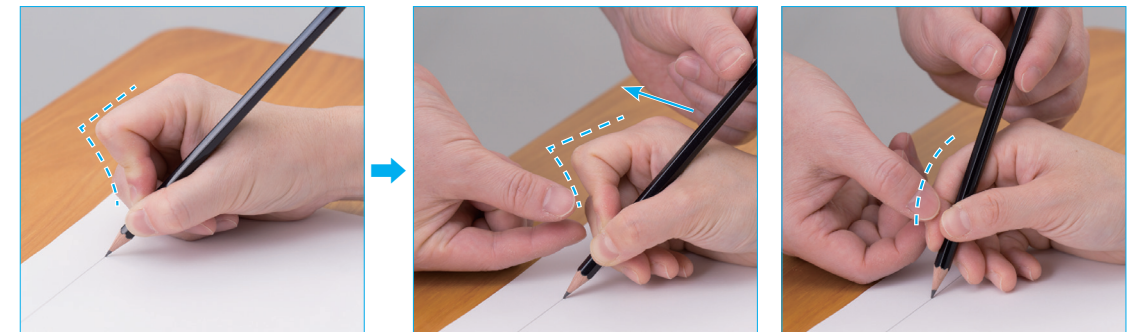


図7 「逆“く”の字持ち」

図8 フィッティング

#### 指導アラカルト

人差し指の位置が、親指の位置より下がり過ぎていますので、人差し指を親指に合わせてフィッティングしてあげるとよいでしょう。

### 文献

- 1) 笹田哲監修「苦手をできるに変えるからだのつくり方 第2巻 手の動き～えんぴつ・ハサミ・箸 (DVD版)」アローウィン (2014)
- 2) 笹田哲「気になる子どものできた！が増える 書字指導アラカルト」中央法規 (2014)
- 3) 笹田哲「気になる子どものできた！が増える 書字指導ワーク1 字を書くための見る力・認知能力編」中央法規 (2014)
- 4) 笹田哲「気になる子どものできた！が増える 書字指導ワーク2 ひらがなの書き方編」中央法規 (2014)
- 5) 笹田哲「気になる子どものできた！が増える 書字指導ワーク3 カタカナ・数字の書き方編」中央法規 (2014)