

## 「運筆力をあげる」

運筆力とは、自由自在に鉛筆を動かす力の事。

子どもが鉛筆を持って文字を書いていると、「線が細いな、書くスピードが遅いな」と感じる事はありませんか？

大人は鉛筆を持って自由に動かすことが可能ですが、クレパスや鉛筆を持ち始めた子どもにとっては、どのくらい力を入れたら良いのか、どうしたら線が書けるかなどの調節方法がわかりません。

まず大切な事は、正しく鉛筆を持つ事。

正しい持ち方をしていると疲れにくく集中力も続きます。

そして最初から「ひらがな」を書かせたりせず、まっすぐな線や曲線、小さな線などを書く遊びから取り入れると良いです。

まずはゆっくり線をなぞらせる事。

それが出来たらスラスラとなぞれる事を目標にします。

また、点と点をつなぐ遊びは「どんな絵ができるかな」と子ども達の書く意欲を高めます。

「書く練習をする」ではなく、「楽しい遊び」をしているような感覚で取り組む事が大切です。

また、手の力が弱くてうまく鉛筆を動かす事が出来ない事があります。

手の握力をつける為には、手のひらのグーパー運動が良いですね。

回数を決めてお風呂の中などで「グーパー」として見て下さい。

他には、ペットボトルなどの蓋の開け閉めも良いそうです。

指でしっかりと蓋を押さえて力を入れて動かす動きは指先や手のひらを使い、運筆に必要な力を鍛えるには効果的です。

しっかり線を書かせようと無理に練習ばかりではなく、手先や手のひらの力をつけていく事も大切です。