


<p>【教材・教具名】 ぎゅっと握ろう！</p>	<p>【教科・領域】 自立活動</p>
<p>【教材の使用材料】 ペットボトル（水を入れる） 握りやすいサイズの棒 ひも</p>	
<p>【ねらい】 ・握る力をつける。</p>	
<p>○使用方法</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 児童生徒の実態に応じて、ひもの長さ、ペットボトルの大きさを調整する。ひもの長さは、立った状態で床から方の高さよりも少し長めに設定する。ペットボトルは小さめの物からはじめ、徐々に大きくしていく。</li> <li>② 立って両腕を前に伸ばした状態で巻き始める。</li> <li>③ 巻き終わったら、力をゆるめ、滑らせるようにペットボトルを下に戻す。</li> <li>④ 順手・逆手の両方に取り組む。</li> </ol> <p>○工夫した所</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ひもの長さを長くしてペットボトルを床につけ、負荷のない状態から巻き始めることで、腕を下げずに巻き続けることができる。</li> <li>・ひもにテープをつけて終わりを分かりやすくする。</li> <li>・児童生徒の実態に応じて、ペットボトルの大きさを 500ml から 2L まで変更ができる。（中の水の量でも調節ができる）</li> </ul>	
<p>○効果</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・正しい握り方で、力を入れて握ることができるようになる。</li> <li>・しっかりとした握り方を身に付けることで、雑巾絞りのときにも力を入れて絞ることができるようになってきた。</li> </ul>	