

日常生活の練習

biblioteca

目次

日常生活の練習とは？

- ・背景にある敏感期
- ・目的・どのような力がつくのか？
- ・感覚教育への繋がり

日常生活の練習五分野の紹介

- ・基本運動
- ・自己への配慮
- ・環境への配慮
- ・社交的なふるまい
- ・運動の調整

実践のポイント

- ・提示のポイント
7つ
- ・用具のポイント
7つ
- ・配置のポイント
2つ
- ・やって終わりではない

日常生活の練習とは？

実生活から

- ・動きを取り出し
 - ・子どもサイズの手具で
 - ・手をよく動かしながら
 - ・繰り返し練習できるように
- パッケージングしたもの
→実生活の還元されて
自立を促す



背景：運動の敏感期

動きたくてたまらない！
大人の真似がしたい！
どうやって動いているのか知りたい！
自分で全部したい！

ポイント：

～3才：動きそのものの獲得
歩く・はさむ・ひっぱる
3才～：動きの洗練・調整
白線を歩く・印に合わせる
あけ移す



3才10ヶ月



3才1ヶ月

目的・身に付く力

- 運動の完成
= **自分の意志通りに動く身体**をつくる
- 自立心・独立心が育つ
自分でできることが増える
= **自分の行動の主人公**になる

※間接目的

人格形成に必要な、理解力、行動力、意志力、
集中力などを養成するとともに
社会性を養うこと



学び方を学ぶ

運動の完成・自立心・独立心が育まれると

- ・自分のやりたいこと

(=発達課題にあった仕事)を選ぶ

- ・指をたくさん使って学ぶ
- ・提示をしっかりと見られる理解力
- ・お友達を待つ自己コントロール力
- ・最後までやり遂げる意思

子どもの敏感期に沿った

子どもの学び方

「(感覚を通し)動きながら学ぶ」

ができるようになる◎

知的教育分野
(算数・言語・文化)



感覚教育



日常生活の練習
自分の意志通りに動く体をつくる
自立心・独立心



脳の発達にも関わる

外的刺激を五感で受け取る

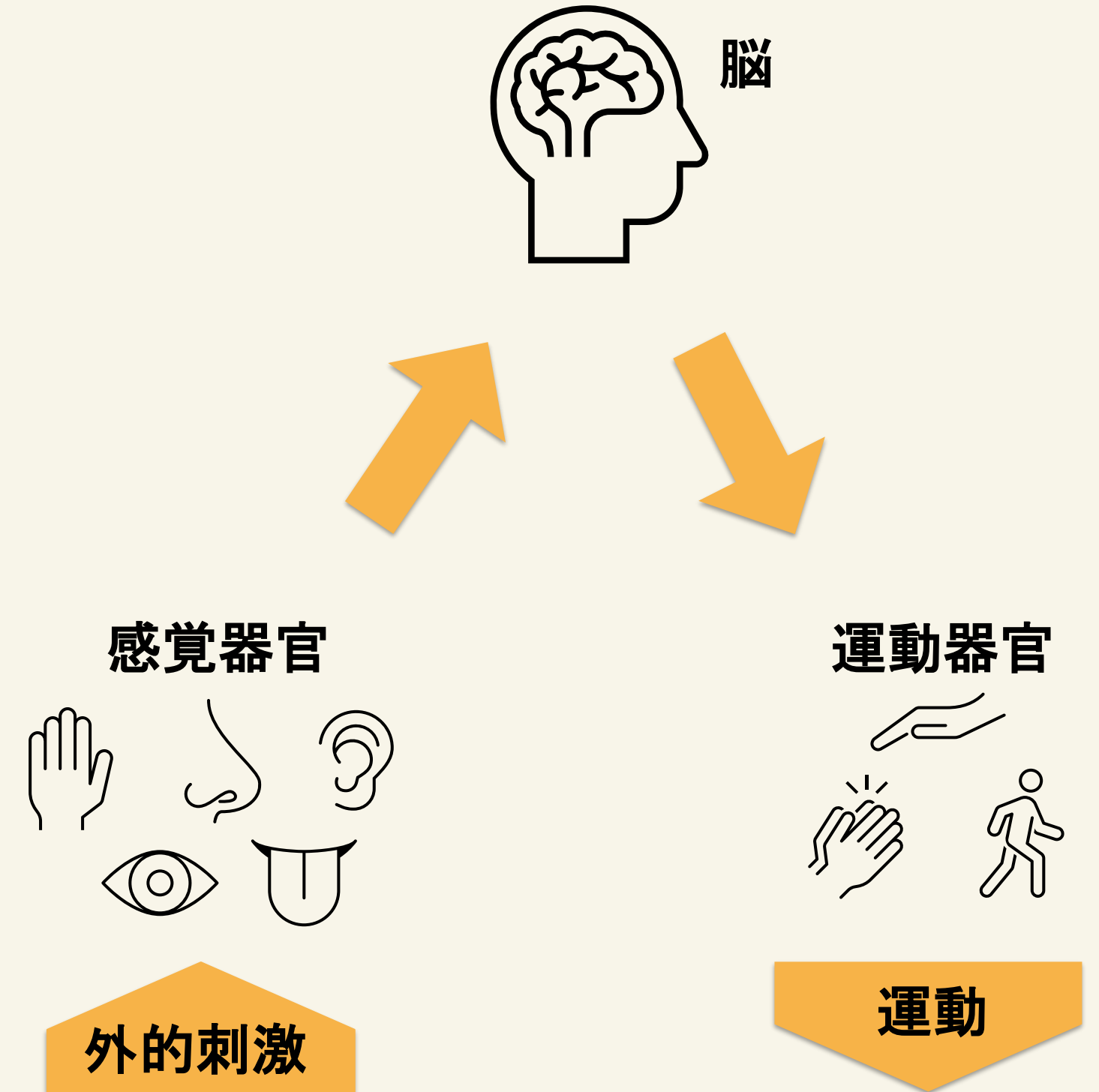
↓ 神経

脳で判断

↓ 神経

運動器官に命令が下りて運動が起こる

このサイクルを繰り返すほど
神経細胞同士のつながりができ、
神経の伝達速度も高まります（＝髄鞘化）
一方で
運動を妨げられると知性の発達も阻害される



日常生活の練習 五分野

基本運動

座る・立つ
歩く
折る
注ぐ
貼る
縫う
切る
しぼる
編む
など

自己への配慮

鏡を見る
スモックを着る・脱ぐ
靴を履く・脱ぐ
手を洗う
髪をとかす
着衣枠
服のたたみ方
など

環境への配慮

じゅうたんの
広げ方巻き方
机の拭き方
アイロン
点滅
食器洗い
野菜の皮むき
洗濯
花の水切り
など

社交的な ふるまい

挨拶の仕方
先の尖ったもの
の渡し方
戸の開閉
お茶の出し方
提示への参加
交通ルール
など

運動の調整

静粛練習
線上歩行

①基本運動

ひとつひとつの動きを抽出しその動きの獲得を主眼とする
ここで獲得された動きが複雑に合わさって他の分野のお仕事に繋がる



注ぐ



はさみで「切る」



包丁で「切る」

②自己への配慮

衣服の着脱や身だしなみ、衛生(歯磨き、手を洗う)など
自分自身のために行う分野。基本的な生活習慣が身に付く



鼻をかむ



手を洗う



着衣枠

③環境への配慮

人間以外の生物・無生物が対象

生物の世話や環境を美しく整備する活動を言う



じゅうたんの
広げ方巻き方



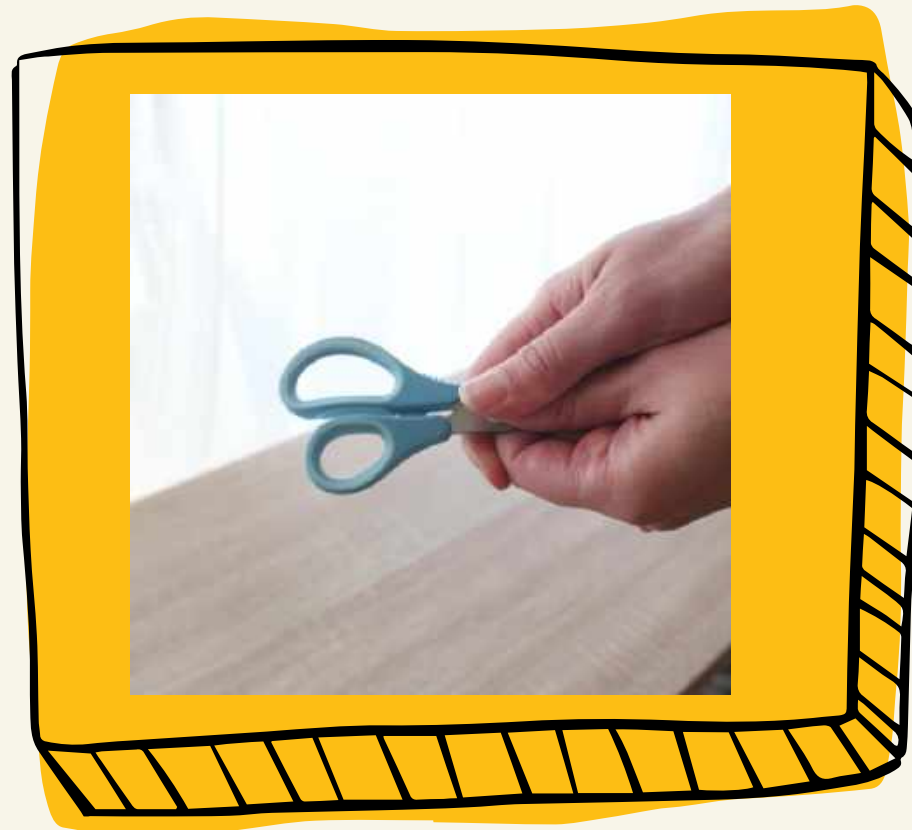
机の拭き方



アイロンのかけ方

④ 社交的なふるまい

社会的なマナールールを習得する分野



先の尖ったものの
渡し方



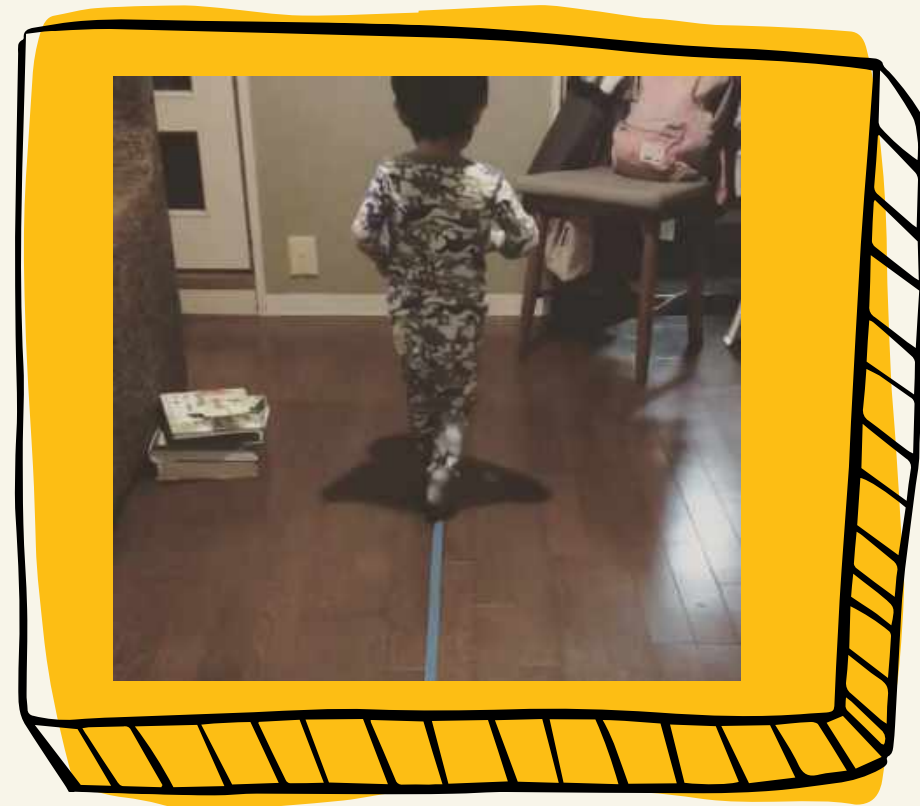
横断歩道の
渡り方



お茶の出し方

⑤運動の調整

2つの活動のみ 動きの獲得と合わせて
動きを調整・コントロールする「意志の力」を育てることを目的とする



線上歩行



静粛練習

提示のポイント①

ゆっくりと
一つひとつの動きに
分ける

ピッチャーを持ちあげるだけで7つの動作に分ける
スピードも子どものわかる速さで行う

【分析行動】 【動きの分析】



提示のポイント②

子どもが“面白い”
と感じる部分を
強調する

豆のあけ移しであれば、
「豆を入れるときの音」や
「容器の中心に向かって入れる
こと」← ゆっくりor目を見る

【興味を中心】



提示のポイント③

活動の“誤り”と
その“訂正方法”を
あらかじめ伝える

水がこぼれることが誤り
台拭きで拭くが訂正方法
→自分で気づいて
自己訂正できる◎

【誤りの訂正】



提示のポイント④

ことばは最小限に
動きとことばは
分けて行う

子どもに見ることに集中させる
ために最小限のことばに抑
える



提示のポイント⑤

机の上
じゅうたんの上から
不要なものを片付ける

子どもの注意が逸れないように、
不要なものは子どもの視界に入ら
ない場所に置く
床の上でやるときは
じゅうたんでその範囲を区切る

【環境の孤立化】



提示のポイント⑥

難しいところ
取り出し
繰り返せるようにする

普段の日常生活の中で
自分が着ている服のボタンを
外すことは見づらく難しい
→机の上で向き合っている
ように着衣枠が用意されている

【困難性の孤立化】



提示のポイント⑦

最後に
「やってみる？」
と尋ねる

子どもの意志を尊重
やらないと言った場合も
「ここにあるからいつでもやって
いいよ」と伝える
また、提示の最中にも**一部だけ**や
らせるなど子どもの集中力にあ
わせて取り入れると◎

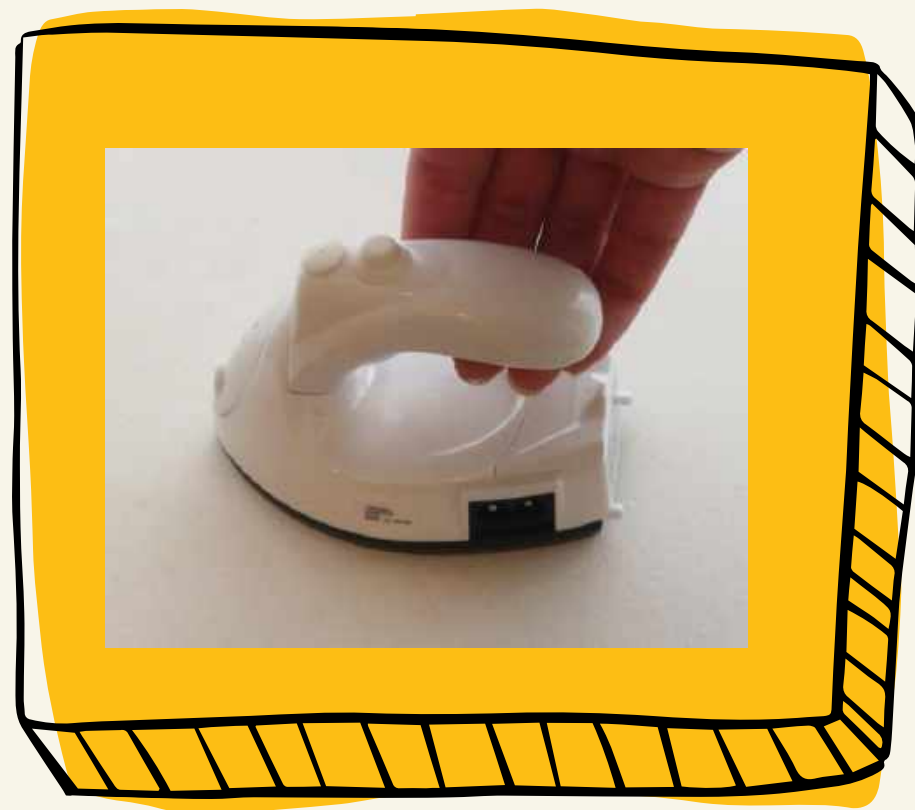


①子どもサイズ

子どもが正しく扱えるように配慮する



ハサミ



アイロン



包丁

②本物を使用する

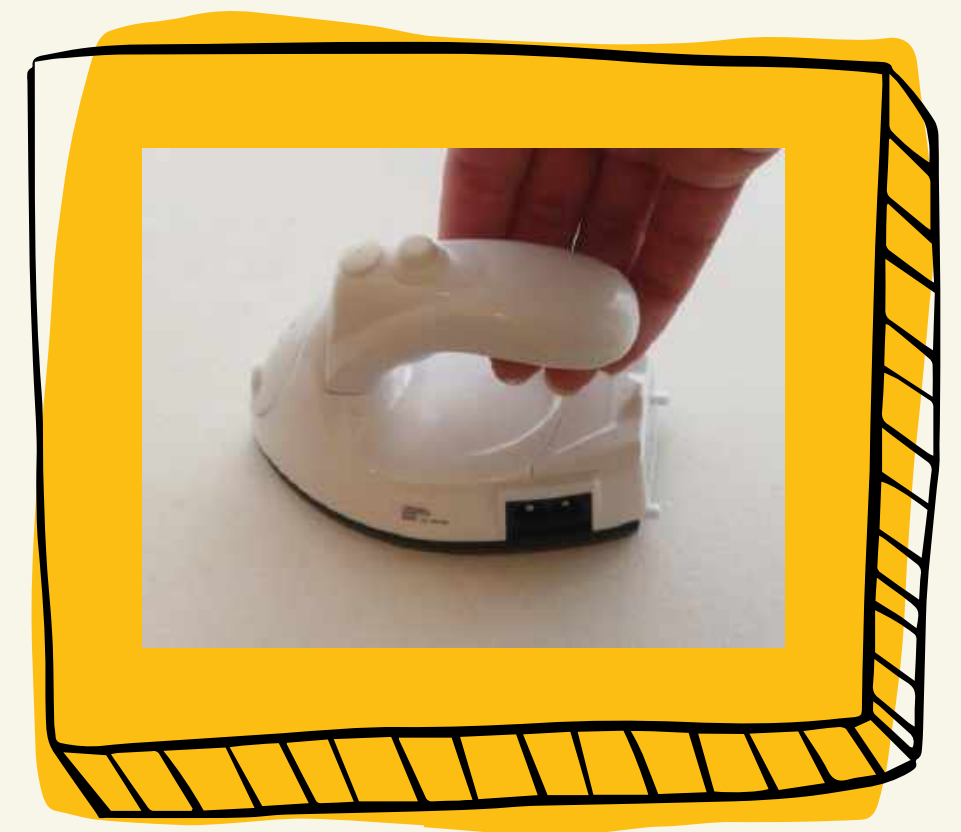
大人と同じ「本物」の方が魅力的
本物を扱うことで慎重に扱う姿勢を身につける



ステンレス製
×プラスチック



ガラス製
×プラスチック



アイロン
包丁

③美しく魅力的に

子どもが思わず手を伸ばしたくなる色や形
「わあキレイ〜！」 「やってみたい！」



色水



カラフルで手触りの良い
木製のビーズ



絵柄が美しい
茶碗

④清潔である

洗ったりして清潔を保てるものを選ぶ
子どもが扱うものであるし、汚れに気付ける



活動場所である机



じゅうたんも
無地がベター



雑巾や台拭きも
無地で薄い色

⑤ 日常で使っているもの

「あ！私のだ〜！」と身近に感じて活動でき
身に付けた動きを実生活に還元できる



運ぶお仕事
→配膳



お箸であけ移し
→お箸で食べる



拭くお仕事
→自分の机を拭く

⑦地域性があるもの

国の文化や生活様式を伝えられるものを使う
自分の国の文化を知り、それに触れる



お箸を使う



日本茶を使用



行事を絡める

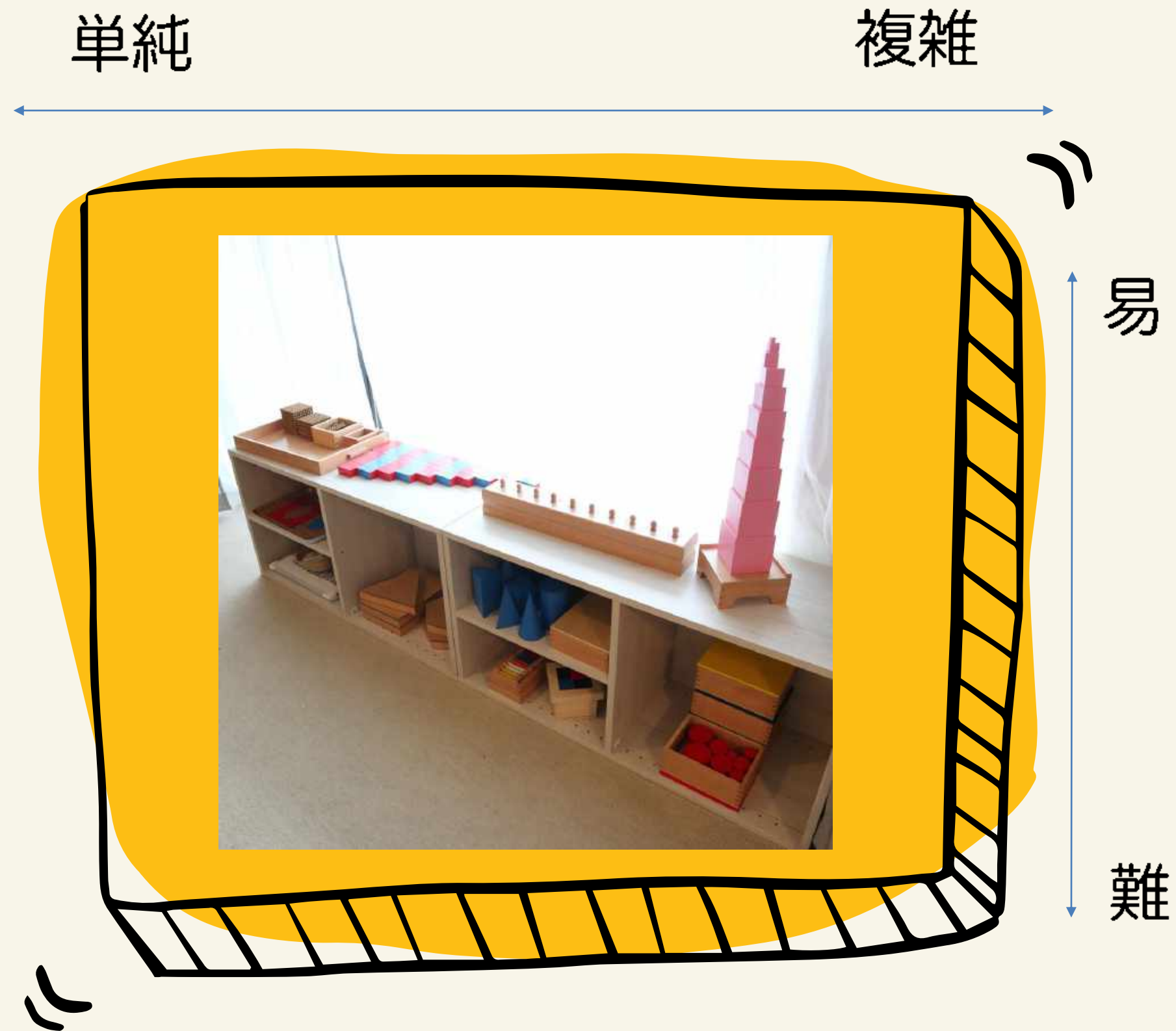
配置のポイント①

まとめて
トレーにセットする



配置のポイント②

取り出しやすく
分野ごとに分けて
魅力的に



日常生活の練習
→実生活に還元する

間違っても叱らない
やり直したらいい
だからまた挑戦しよう
そんな親子関係を
構築できる分野

