

上肢の動きのチェックシートVer.2

H28.9.23 発行

○作成のねらい

児童生徒の学習活動では、上肢を使う場面が多くあります。上肢の動きには姿勢や感覚、認知、目と手の協応、興味・関心等、様々な児童生徒の課題が関連しています。上肢の動きに着目し、細かな実態把握、課題の整理、指導・支援内容の設定をすることで、学習活動を広げ、授業改善を推進するためチェックシートを作成しました。

○チェックシートの構成

チェックシートは、A～Mの13項目で構成され、各項目に2～12のチェック内容があります。誕生から2歳前後までで、上肢操作は大きく発達が見られるため、チェック内容はおおよそ2歳までの発達段階で設定しています。児童生徒が活動する場面を観察して、各項目の実態把握をします。中でも、A姿勢・基本的事項は、上肢を使った活動に大きな影響を及ぼすため重視しており、12のチェック内容を設けています。

児童生徒氏名	
学部・学年	部 ・ 年
記入日	1回目：平成 年 月 日
	2回目：平成 年 月 日
記入者氏名	

項目	番号	チェック内容	チェック1回目	チェック2回目	☆チェック時のポイント ★指導・支援の視点
A 姿勢・基本的事項	1	利き手	右・左・不明	右・左・不明	☆左右の手の利き手と支持手の役割が分離してくることは、機能的な手の使用に影響を及ぼします。 ★両手を協調させたり、正中線を交差したりする活動を取り入れる。 ★優先的に動く方に差があれば、活動の中で利き手と支持手を決め、役割分離を促す。
	2	非対称性緊張性頸反射(ATNR)	ある・ない・不明	ある・ない・不明	☆頭が横を向くと、顔が向いてる側の腕や足が伸び、反対側の腕や足が曲がる反射です。この反射があると手の随意的な動きが難しくなります。 ★四つ這い位で揺らして身体全体のバランスを色々取る活動を取り入れる。 ★ATNRが顕著に見られ、活動に難しさが生じていれば対称姿勢を整える。
	3	肘や手首、指の硬さや拘縮	ある・ない・不明	ある・ない・不明	☆肘や手首、指の硬さや拘縮により、手の動きが思うようにできない場合があります。同じ姿勢が続かないようにしたり、動く範囲で無理なく手を動かせるような支援や教材の工夫が必要になります。 ★硬さや拘縮がある部位への関節可動域運動等に取り組む。 ★前腕を下げたり、手首を中間位にしたりするなど、各部位の緊張が低くなるような姿勢や動きを促す。
	4	肩甲骨の硬さや拘縮	ある・ない・不明	ある・ない・不明	☆肩甲骨の硬さや拘縮があると、手を自由に動かすことが難しくなります。肩甲骨周辺の筋肉が固まらないように運動を行うことが大切です。 ★肩や腕の上げ下げ、胸の開閉を促し、肩甲骨周辺の筋肉がよく動くよう取り組む。 ★広背筋の柔軟性を高める。 ★肩を下げたり、首を中間位にしたりするなど肩甲骨周辺の緊張が低くなるような姿勢や動きを促す。
	5	円背	ある・ない・不明	ある・ない・不明	☆円背や側彎のために姿勢保持が難しくなると、手を動かした活動ができにくくなる状況が生じます。適切な環境設定や姿勢保持を行い、子どもが手を使いやすくなるように支援しましょう。
	6	側彎	ある・ない・不明	ある・ない・不明	★凹部が伸びるような運動や動作に取り組む。 ★左側に向きがちな状態に左側から提示しないなど、変形を助長しないような教材の提示位置に配慮する。 ★机・ベルト・パット・タオルなどを活用して、両手操作や目と手の協応がしやすい学習環境を整える。
	7	首の座り	◎○△□	◎○△□	☆首が安定することにより、姿勢の安定にもつながり、見たり手を使ったりすることができるようになります。首が座っていない場合は、頭が安定するような支援を行うことが大切です。 ★身体の伸展を腹臥位やハイガード姿勢などで促したり、寝返り運動に取り組んだりする。 ★対象物への追視による首の動きを促す。 ★座位で前傾を取る場合には、ネックサポート等を活用し、下顎を支える。
	8	身体の不随意的な動きや自己刺激的な動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	☆身体の不随意的な動きや強い反り返りがあると、安定した姿勢を取りにくくなり、上肢を動かすことが難しくなります。
	9	身体の強い反り返り	ある・ない・不明	ある・ない・不明	★【不随意運動】全体的な身体の柔軟性を高める取組を進めたり、震えなどへの具体的な対応を検討したりする。 ★【自己刺激】活動への見通しをもたせたり、課題に集中できるような環境を整える。 ★【反り返り】高い緊張が低くなるよう反り返りの抑制をイメージして関節の屈曲を促す。
	10	学習中の良い姿勢の保持	◎○△□	◎○△□	☆上肢を使うためには、体幹や下肢の安定が基盤になります。座位保持椅子等を適切に使用し、安定した姿勢を取り、肩甲骨や肘等の緊張を調節して上肢が使いやすい状態を作ることが大切です。また、前傾姿勢を取れるようにすることで、手の活動は支持や操作等において広がってきます。
	11	学習中、座位での足底の着地	◎○△□	◎○△□	★良い姿勢の保持への意識付けや理解を促したり、意識を高めたりする。 ★机やベンチ椅子を活用する。 ★斜面台を活用する。 ★座位や立位で前傾方向への体重移動を促す。
	12	前傾姿勢の保持	◎○△□	◎○△□	☆上肢を使うためには、体幹や下肢の安定が基盤になります。座位保持椅子等を適切に使用し、安定した姿勢を取り、肩甲骨や肘等の緊張を調節して上肢が使いやすい状態を作ることが大切です。また、前傾姿勢を取れるようにすることで、手の活動は支持や操作等において広がってきます。
現在の様子					芽生え・課題

B 支える・押す	1	うつぶせ姿勢等で前腕で体重を支える	◎○△□	◎○△□	☆肩や腕の支える力が高まることは、上肢を使った活動の遂行に影響を及ぼします。
	2	うつぶせ姿勢等で両手をついて体重を支える	◎○△□	◎○△□	★【前腕】三角マット等を使った肘立て位で絵本等を見ながら頭部を持ち上げる運動をする。 ★【前腕】椅子座位で、机に前傾姿勢になって肘を付き、姿勢を保つよう促す。
	3	うつぶせ姿勢等で片腕や片手で体重を支えてもう一方の手を前に出す	◎○△□	◎○△□	★【手のひら】あぐら座位で前傾姿勢になり、手をついて支えるよう促す。 ★【手を出す】肘立て位でゆっくり左右に身体を揺らし、左右への体重移動の経験を促す。
	4	手をつく時に手のひらが下を向いた状態になる	◎○△□	◎○△□	☆手のひらが下を向いて床につかず、上や横を向いた状態になっていると、しっかりと体重を掛けることが難しくなります。 ★あぐら座位で手のひらを下に向けた状態で粘土などを押すよう促す。 ★手のひらが上を向いて固まることが多い場合には、無理のない程度に手首を動かし、関節の動きを維持するようにする。
	5	手をつく時に手のひらを開いている	◎○△□	◎○△□	☆緊張で指を握り続けていると、触覚で感じ取ることが難しくなります。親指が手のひらや他の指から離れて開いてきて、床等を手のひら全体で押すことができるようになると、握りやつまみの発達も促されます。 ★手のひらを開くように親指の付け根や小指の付け根に圧をかけて刺激をしたり、手のひらで体重をかけるような運動をする。
	6	手のひらをつく時に親指の付け根に体重を掛けている	◎○△□	◎○△□	☆手のひらをつく時に親指の付け根にも体重を掛けられるようになると、親指の分離した動きが可能になってきます。 ★親指の付け根や手根部をタッピングしたり、圧を掛けたりして刺激をし、部位への意識を高める。その上で四つ這いになって手のひらをついたり、手のひらで色々な素材を押す活動に取り組む。
	7	支持手や肘でものを押さえる	◎○△□	◎○△□	☆支持手と操作手で機能の分かれた動きができています。座った時に足底で床等がしっかり踏めていると、手の分離した動きがスムーズに出やすくなります。 ★姿勢を整え、骨盤を安定させ足を床にしっかり着けるようにし、身体の中心を意識できるようにする。
	8	倒れる方に手を伸ばして支える	◎○△□	◎○△□	☆転んだ時に身体を守るための反応です。(保護伸展反射)床に手をつくことや体重を支えることを嫌がる時には保護伸展反射が出にくくなります。 ★前後左右の体重移動を経験を促す。 ★トランポリンの揺れで身体が倒れないように手をつく経験を促す。 ★肘立て位からやや上体を持ち上げ、支持しながら軽く落とし、手をつく動きを引き出す。
	現在の様子				芽生え・課題
C 腕を伸ばす	1	片方の腕だけ伸ばしたり動かしたりする	◎○△□	◎○△□	☆左右の腕の分離した動きが難しい場合、片腕を動かそうとすると両腕が同時に伸びてしまいます。緊張の高い子どもの場合、両腕が伸びることにより、連動して全身の緊張が高まる場合があります。(連合反射) ★重心移動して正中線を越えて動きを引き出すような遊びを取り入れる。
	2	腕を前方に出す	◎○△□	◎○△□	☆肩甲骨が硬くなっていたり、緊張が高くて強く腕を引いていたりすると、腕を前方に出すことが難しくなる場合があります。 ★肩甲骨の関節を動かすことで、関節の可動域を広げる。 ★視野に入るところに音のするおもちゃなどを提示し、手を伸ばそうとする意欲を高める。
	3	まっすぐなめらかに腕を伸ばす	◎○△□	◎○△□	☆視覚と動作の調整が困難で距離感がつかめない状態だと、目標にまっすぐなめらかに手を伸ばすことは難しくなります。背中や肩の筋肉が硬いと手を滑らかに伸ばすことができずに代償動作を使って手を出そうとするため、身体に負担がかかりやすくなります。 ★手の動きに目を向けるように促す。 ★背中や肩のストレッチをして筋肉の柔軟性を高め、腕がスムーズに前に出せるようにする。
	4	前方にあるものに手を伸ばす	◎○△□	◎○△□	☆姿勢が不安定で重心の移動がうまくいかない場合、目標に手を伸ばすことが難しくなります。その場合、手を伸ばそうとすると腰が引けたり顎が挙がったりすることがあります(代償動作)。空間上にあるものに手を伸ばすためには、空間の認知の発達が関係してきます。さらに、上に手を伸ばすためには、肩周辺の筋力が必要になります。
	5	左右にあるものに手を伸ばす	◎○△□	◎○△□	
	6	上にあるものに手を伸ばす	◎○△□	◎○△□	★座位等で腰や下肢を安定させ、おしりで体重を支え、脊柱を伸ばす。 ★遊具や活動の中で前後左右の重心の移動を経験し、自ら姿勢を調整する動きを引き出す。
	7	下にあるものに手を伸ばす	◎○△□	◎○△□	★広いテーブルを使い、正中線を越えて手を伸ばして物を取るよう促す。
	現在の様子				芽生え・課題

D	腕を引く	1	反射的に腕を引く動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆緊張が高まって反射的に腕が引ける状態では、随意的な腕の動きが難しくなります。</p> <p>★活動をしようとする事で緊張が高まり、腕が引けてしまう場合には無理に戻そうとするのではなく、できるだけ自分で力を緩めようとするのを待つようにする。</p> <p>★肩や腕に触れたり、一緒に動かしたりして肩や腕やその動きへの意識化を図る。</p>
		2	腕を外側に向けて引く動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆腕を外や内に引く動きにより、緊張のコントロールが難しい子どもは全身の緊張が高まる場合があります。腕を引く動きをする際には、緊張が適度に入り腕だけを動かせるように姿勢の安定等が大切になります。</p>
		3	腕を内側に引く動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>★動かしたい方に触れたり、必要に応じて一緒に動かしてみたりして動かす手の意識付けをする。</p> <p>★全身の緊張が高まりすぎないように、腰や足等の安定を図る。</p>
		4	ものを引き寄せたり引っ張ったりしようとして目的をもって腕を引く動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆不随意的な緊張によってではなく、目的を持って腕を引く動きが見られるようになってきます。</p> <p>★不随意的な動きや反射が起きにくいように姿勢を整えた上で、ものに意識を向けられるようにする。</p> <p>★目的をもてるように活動の結果が分かりやすい教材(例えば、引いたら音のするもの、光がつくもの、動くもの)を準備する。</p>
		現在の様子				
E	手首の動き	1	手のひら側に屈曲する動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆手首が手のひら側に屈曲していると手指の分離した動きは難しくなります。手首を背屈する動きができるようになると、手のひらが開いてきて指の動きが出やすくなってきます。</p> <p>★【屈曲】 屈曲が極端な場合には、手首の柔軟性を高め、手の甲側への背屈へと導く。</p> <p>★【背屈】 大きな箱に小さな箱を入れる、蓋のあるタッパ・爪状のロックのあるケースなどの開け閉め、狭い仕切りあるケースからのボールペンのねじ蓋・キャップ・芯の出し入れなどの課題学習の設定し、手首を背屈させる動きを引き出す。</p> <p>★【背屈】 背屈が極端な場合も、手首の柔軟性を高め、手の甲側への適切な角度での背屈へと導く。</p>
		2	手の甲側に背屈する動き	ある・ない・不明	ある・ない・不明	
		現在の様子				
F	前腕の動き	1	手を内側に回す動き(回内)	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆手のひらが下を向くように動かす動作です。</p> <p>★手のひらを下にして引出しをあける、机上の物を手のひらで押すなどの操作をする活動場面の設定をし、手を内側に回す動きを引き出す。</p> <p>★肩甲骨、肘、手首の柔軟性を高める。</p>
		2	手を外側に回す動き(回外)	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆手のひらが上を向くように動かす動作です。回外運動ができるようになると、親指の付け根部分が開き、ものを握ったりつまんだりする動きが可能になってきます。</p> <p>★「ちょうだい」などの手遊び、スプーンですくう、物を手のひらで受け止めるなどの活動場面を設定し、手を外側に回す動きを引き出す。</p> <p>★肩甲骨、肘、手首の柔軟性を高める。</p>
		現在の様子				

チェックのつけ方

ある・ない・不明
はい・いいえ・不明

状態が見られるか、見られないかで判断します。

◎・○・△・□

◎・・・ほぼできる、常に見られる、一人でできる (8~10割)
 ○・・・おおよそできる、半以下の支援でできる、おおよそ見られる
 (できる>できない、見られる>見られない)
 △・・・時々できる、半以上の支援があればできる、時々見られる
 (できる<できない、見られる<見られない)
 □・・・できない、見られない

G	感じる	1	ものに触れたときの反応	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆手の感覚が鈍麻である場合、ものに触れても反応が出にくいことがあります。</p> <p>★手のひらだけで、ゆっくりと時間をかけて触れさせる。 ★他の刺激が入らない、集中できる環境で活動を行う。 ★変化を感じやすい刺激(例:冷水と温水, ツルツルとざらざら等)を交互に繰り返す。また、視覚や聴覚, 運動感覚等を同時に併用する。</p>
		2	触れると嫌がったり, 泣いたりする感触	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆防御反応が強く, 感触を受け入れることが難しい状態です。</p> <p>★受け入れにくい刺激なので, 「慣れさせる」のではなく, 「計画的に触経験を重ねる」という視点で, 無理のないよう取り組む。 ★触覚過敏があれば, 触れるとき, そつと優しく触れると逆効果になる場合がある。それよりも, しっかりと圧迫するような刺激をし, 受け入れやすくする。</p>
		3	触れると, 動きを止めたり, 表情がゆるんだりする感触	ある・ない・不明	ある・ない・不明	<p>☆感触を受け入れ, 認識したり弁別したりしようとする様子が見られます。</p> <p>★身体の動き, 表情の変化, 発声等に注意し, 様子に応じて共感の言葉掛けをし, 触経験を重ねさせる。 ★一定した刺激は慣れてしまいやすいため, 応答しなくなったときは, いったん刺激を止めて時間を置き, 再開させる。</p>
		4	人の手を受け入れられる	はい・いいえ・不明	はい・いいえ・不明	
		5	ふわふわやささらを受け入れられる	はい・いいえ・不明	はい・いいえ・不明	<p>☆触覚の過敏や低反応があると, 手を使う活動が制限されてしまいます。また, 触覚過敏があっても, 揺さぶりや回転等を好む子がいます。</p>
		6	とろとろやぬるぬるを受け入れられる	はい・いいえ・不明	はい・いいえ・不明	<p>★ブランコに乗せ, 自分からものにつかまったり, しがみついたりできるような活動を取り入れる。 ★過敏な反応が出やすい部位, 触れ方, 長さ, 強さ, 場所を理解し, 集中できる環境の中で行う。</p>
		7	ざらざらやべとべとを受け入れられる	はい・いいえ・不明	はい・いいえ・不明	
		現在の様子				
H	目と手の協応	1	手元をまったく見ずにものに触れる	はい・いいえ・不明	はい・いいえ・不明	<p>☆ものに触れたり, 握ったりしても手元に意識が向いていない状態です。</p> <p>★活動の結果が分かりやすい, 触ると音や光が出る玩具などを一緒に触ってみる。 ★複数のものの中から好きなものを選ぶなど, 手元を見ざるを得ない状況を作る。 ★手元が見やすいように姿勢や環境を整える。</p>
		2	ものに手が触れると手元を一瞬見る	◎○△□	◎○△□	<p>☆ものに手が触れて初めて, 手元に一瞬目を向けて意識を向けている状態です。</p> <p>★振動するものに触れさせたり, 重さのあるものを持たせることによって, 手元のものに対する興味を引き出す。</p>
		3	手に触れた物をじっと見る	◎○△□	◎○△□	<p>☆ものに手が触れると, 手元をじっと見て注意を持続して向けるようになってきています。</p> <p>★スライムや水風船などの独特の感触のものや, 「つるつる」と「ざらざら」, 「冷たい」「あたたかい」等の異なった感触や温度のものに触れさせることによって, 手元のものに対する関心を引き出す。</p>
		4	ものを注視したり, 追視したりして手を出す	◎○△□	◎○△□	<p>☆提示された興味のあるものや目の前で動かされたものに注目し, 自分から手を伸ばして触れたりつかんだりしようとする状態です。</p> <p>★色のはっきりした風船や団扇, でんでん太鼓やiPad等を目の前で提示することによって, 注視とともに手の動きを促す。 ★注視しているものを目の動きを見ながら視界の中でゆっくりと動かしたり, 鈴ころがし等のレール上を転がる玩具を提示することによって追視とともに手の動きを促す。</p>
		5	ゆっくり転がるボール等を見て手を出す	◎○△□	◎○△□	<p>☆平面的に動くものを見ながら手を伸ばしたり, つかんだりする等の目で見て粗大運動ができる状態です。</p> <p>★レール上を転がる玩具を提示したり, 色のはっきりしたボールや転がる車の玩具を身体の正面に向けてゆっくり転がすことによって, 手を出す動きを引き出す。</p>
		6	ゆっくり投げられたボールを見て手を出す	◎○△□	◎○△□	<p>☆投げられたボールを見てつかむことは平面的に動くものよりも距離感がつかみにくく, スピードも速くなるため, 難しくなります。</p> <p>★色のはっきりしたボールや風船などを「いくよ」等の言葉かけをしながら, 身体の正中線に向けて投げることによって, 動いているものを見て手を出す動きを促す。</p>
		現在の様子				
芽生え・課題						

I	応用動作	1	ひっかく	◎○△□	◎○△□	☆指の関節を曲げたり、緩めたりする動き。 ★キーボードやiPad、輪ゴム、ギター、ビーズ琴、ギザギザ段ボールでの操作を取り入れる。
		2	たたく	◎○△□	◎○△□	☆手の各部分を上げる、下ろすという関節の動きがスムーズにできること。 ★ドラムやタンバリン等楽器遊びやタッチパネルの操作を取り入れる。
		3	抜く	◎○△□	◎○△□	☆棒などを握ったまま上や前方向に動かす。 ★ペグ抜きや玉抜き、輪抜きを取り入れる。
		4	入れる	◎○△□	◎○△□	☆入れるところを意識し、意図的に手を離すこと。 ★コイン入れ(多方向)やゴミ捨て、玉入れ、玉転がし、ミニバスケット遊びを取り入れる。
		5	投げる	◎○△□	◎○△□	☆手の各関節を、曲げた状態から瞬間的に伸ばした状態に切り替える動き。 ★ボール投げや輪投げ、フリスビー、ボーリングを取り入れる。
		6	積む	◎○△□	◎○△□	☆力を調節して目的のところまで離すことや、手と目の協調した動き。 ★積み木遊びやコップ・皿の重ね、書類整理を取り入れる。
		7	すくう	◎○△□	◎○△□	☆手を回内から回外に動かしたり、手首を曲げたり伸ばしたりする。 ★シャボン玉遊びやボールすくい、スプーン・スコップ・しゃもじ・お玉すくいを使った活動を取り入れる。
		8	はぐ	◎○△□	◎○△□	☆指の関節を動かしたり、紙等をつかんだりつまんだりして目的のものをはがす動き。 ★シールはぎやマジックテープ、ガムテープ、カレンダーめくりを取り入れる。
		9	ねじる	◎○△□	◎○△□	☆指でつまみながら手首を回す動き。 ★紙やぶりや小麦粉・粘土、折り紙の活動でねじる動作を取り入れる。 ★ピンの蓋の開け閉め、鍵の開け閉め、オルゴールのネジ巻きを取り入れる。
		現在の様子				芽生え・課題
J	道具の操作	1	筆記用具やスプーンを上から握りこんで持つ	◎○△□	◎○△□	☆主に、親指や人差し指、手のひらを使って保持しています。 ★手のひらと親指の腹で挟むことができるくらいの適度な太さのある柄付スポンジでとんとんしたり、柄付ローラでころがすなど、上から握りこんで動かすだけで、結果が見える活動を設定する。 ★「下から握りこんで」への移行段階として、尺側握りや親指を曲げた握りを意図した活動場面を設定する。(親指と人差し指で握りこめる太さの物を用意し、トントンするなどの遊びなど)
		2	筆記用具やスプーンを下から握りこんで持つ	◎○△□	◎○△□	☆親指や人差し指を使ってスプーンをつかみ、中指、薬指や小指を使ってスプーンを支持しながら保持しています。 ★筆記用具を下から握りこんで持つ活動に繋がりにやすいように、穂先の材質が柔らかい、滑りやすいなどと塗る時に抵抗感の少ない材質で、握りやすい太さの毛筆用の筆を用意する。
		3	筆記用具やスプーンを親指、人差し指、中指で握って持つ	◎○△□	◎○△□	☆3指を使って保持しながらスプーンを使うことができるようになっている状態です。 ★区切りのある深い水入れを用意するなど、3指で操作せざるを得ないような工夫をする。
		現在の様子				芽生え・課題

次のK～Mは該当する内容の欄を選択してください。(握る・離す・両手動作)

K	握る・つまむ	握り方	1	もの等に触れると反射的に握るがすぐに放す		<p>☆手に大人の指等が触れると指が反射的に動いてひっかいたり、握ったりする動きが見られます。(初期の把握反射:~1か月)</p> <p>★手のひらで自分の身体部位も含め色々な物に触れるようにする。 ★抗重力位で手のひら側を接地面に向けた姿勢を取る。 ★手のひらの中心部を軽く押すような手遊びを取り入れる。 ★肩や肘を伸ばす運動を取り入れる。</p>
			2	反射的にもの等を握り、少し保持する		<p>☆握ることを少し維持できるようになります。ものが引っ張られるとその保持が強められます。(初期の把握反射:~2か月)</p> <p>★小指の付け根を刺激するよう、相手の小指などを握らせ指が離れない程度に上下、左右に振るなど動かす。 ★小指から親指に向けて順番に指を軽く引っ張るような手遊びを取り入れる。</p>
			3	ものを持たされると、手指を曲げて強く握りこんでいる		<p>☆握って保持することができますが、親指が手のひらにくっついた状態で、指の分離した動きが難しい状態です。(把握反射:~4か月)</p> <p>★手の甲側で手首から指先へなでるような手遊びを取り入れる。 ★親指を内側に握り込んでいるようであれば外側に出して握るよう促す。</p>
			4	中指、薬指や小指を使ってひっかけるように握る(尺側握り)		<p>☆手のひらに指で押しつけるように握ります。親指や人差し指を使って握ることはまだ難しい段階です。手首は手のひら側に屈曲していることが多いです。(尺側手掌握り:4か月~)</p> <p>★握れるようなもの(ホースや小さなおもちゃやボールなど)を持たせて引っ張り遊びに取り組む。</p>
			5	親指が手のひらから分離し、親指と他の指、手のひらを使って握る		<p>☆手のひらに物をのせるように持ち、親指や他の指を使って保持しています。(とう側手掌握り:6か月~)</p> <p>★手の縦や横のアーチを形作るような握り方を促す。 ★手のひらでの体重支持を多く促す。 ★手のひらでの前後、左右への体重移動を促す。</p>
	つまみ方	6	積み木大のものを手指の腹でつまむ		<p>☆指の横部分や腹部分でつまんでいる状態です。(7か月)</p> <p>★積み木大のものをつまむ経験を多くする。 ★重さのあるものもつまむようにする。 ★拇指対向を促す。 ★対象の物を見てから操作するよう促す。</p>	
		7	積み木大の物を親指と人差し指が向き合ってつまむ		<p>☆親指と他の指が向かい合って使えるようになり、指の先でつまむことが可能になります。(8か月)</p> <p>★積み木大の物から小さな物まで、大きさを変えて物をつまむ経験を多くする。 ★指先を使った手遊びを取り入れる。</p>	
		8	豆やビーズなどを手指の腹でつまむ		<p>☆親指と他の指を使ってつまむことが可能になってきた状態です。(9~10か月)</p> <p>★小さなものをつまむ経験を多くする。指先を使った手遊びを取り入れる。</p>	
		9	豆やビーズなどを手指の先でつまむ		<p>☆12か月頃にほぼ可能になってきます。</p> <p>★小さなものをつまむ経験を多くする。 ★手指の先でのつまみを促す。 ★小さな容器に入れた物をつまみ出したり、少し大きめのビーズとそれがぎりぎり入る口の大きさの容器に入れるなどに取り組む。</p>	
	現在の様子					芽生え・課題
L	離す	1	握りこんでなかなか離せない		<p>☆握りこんだらなかなか緩められず、まだ意図的に放すことは難しい状態です。意図せず、いつの間にか手から離れています。</p> <p>★安定した座位姿勢がとれているか確認をする。 ★筋緊張を低くする。 ★硬さや拘縮がある場合には、関節可動域運動に取り組む。 ★手首を屈曲する方向に緩めることで離しやすくする。</p>	
		2	ぎこちなく手から離す		<p>☆意図的にものを離そうとする様子が見られるようになってきます。</p> <p>★ものを離したら音が鳴る仕掛けのある活動やコイン入れ等、離す動作を取り入れる。 ★握ったものを支持面に押し付けてから離すよう促す。</p>	
		3	スムーズに手から離す		<p>☆目的を持って離す動きができるようになってきます。</p> <p>★「ちょうだい」等と物を渡す等のやりとりの場面を設定し、さまざまな目的に応じて物を離す活動を取り入れる。</p>	
		現在の様子				

M	両手動作	1	両手を身体の中心に持つ			<p>☆両手を身体の中心に持っていくことができるようになってくると、手を見たり、意識したりできるようになってきます。(3か月)</p> <p>★自分の手を自分で触れさせるようにする。 ★身体の中心で両手を合わせるようにする。</p>
		2	両手を互いにかからませる			<p>☆ものを持ちかえるための準備として、このような様子が見られます。(4か月)</p> <p>★手のひらを開くようにする。 ★両手を互いにかからませる動きを促す。</p>
		3	両手でものを持つ			<p>☆ものを両手で持つことにより、注視を促すことにもつながります。(5か月)</p> <p>★視野に入ったものを両手で触る、押す、持つ、引くなどの動きを促す。</p>
		4	ものを持ちかえる			<p>☆片手に持っているものを、もう片方の手にゆっくりでも持ちかえる動きが見られるようになります。これが、意図的にものを離すことの準備となります。(6か月)</p> <p>★手のひらを開く動作を促す。 ★正中線を越える手の動きを促す。 ★肘や手首の回転を促す。</p>
		5	片手でものを持ちながらもう片方の手でもものを持つ			<p>☆両手の協調した動きができるようになってきます。(7か月)</p> <p>★左右別々にものを持たせる活動に取り組む。</p>
		6	2つのものを打ち合わせる			<p>☆分離した手の動きが可能になってきます。(8か月)</p> <p>★手で握ったものを打ち合わせたり、拍子木などをいろんな方向で打ち合わせる活動に取り組む。</p>
		現在の様子				芽生え・課題

<参考・引用文献>

子どもの手の機能と発達—治療的介入の基礎— 原著第2版 Anne Henderson Charlane Pehoski
 乳幼児の運動発達と支援 気になる動きと弱さへの指導—発達障害児も視野に 北村晋一
 動きづくりのリハビリテーション・マニュアル 上肢編 松本和子著
 機能的姿勢—運動スキルの発達 Rona Alexander, Regi Boehme, Barbara Cupps 編著

課題シート

児童生徒氏名()

記入者氏名()

記入日 年 月 日

記入日 年 月 日

		現在の様子	課題・芽生え
A	姿勢, 基本的事項		
B	支える・押す		
C	腕を伸ばす		
D	腕を引く		
E	手首の動き		
F	前腕の動き		
G	感じる		
H	目と手の協応		
I	応用動作		
J	道具の操作		
K	握る・つまむ		
L	離す		
M	両手動作		

目標シート

児童生徒氏名()

記入者氏名()

記入日 年 月 日
記入日 年 月 日

指導目標	指導上の留意点(指導のポイント・手だて)
.	. . .
.	. . .
.	. . .