

## 自立活動 教材教具

名称	袖抜きトレーニングセット
区分・項目	5 身体の動き (3)日常生活に必要な基本動作に関すること
課題内容	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-start;"> <div style="margin-bottom: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-left: 10px;"> <p>レベル1 (手首タイプ) 指先で確実に袖口をつかみ、短いアームカバーを手首から抜く動作を繰り返し練習する。</p> </div> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-left: 10px;"> <p>レベル2 (肘までタイプ) 肘までの長さのアームカバーでの練習。いくら袖を引っ張っても、肘が曲がったままだと抜けないため、肘を伸ばして抜く動作ができるようになる。</p> </div> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-left: 10px;"> <p>レベル3 (肩までタイプ) 肩までの長さのアームカバーでの練習。肘を伸ばすだけでなく、腕全体もちあげながら反対の手で袖を引っ張って脱ぐ。</p> </div> </div> <div>  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-left: 10px;"> <p>レベル4 (衣服タイプ) 少し大きめの上着を着て袖を抜く練習。肘や腕だけでなく、上半身をひねりながら袖を引っ張る力が必要となってくる。</p> </div> </div> </div>
材料、購入先 予算価格	アームカバー (100円ショップ)、300円くらい
備考	<p>指先で袖をつかむ力の弱い児童がスモールステップで取り組めるよう、長さの異なる4種類のアームカバーを用意した。</p> <p>短い物は肘を曲げたままでも抜くことができるが、長い物は肘を伸ばして引き抜く必要がある。一番長い物は肩までの長さがあるため、袖を持って引っ張り続ける力が養われ、衣服の着脱動作にもつながると考えた。</p>