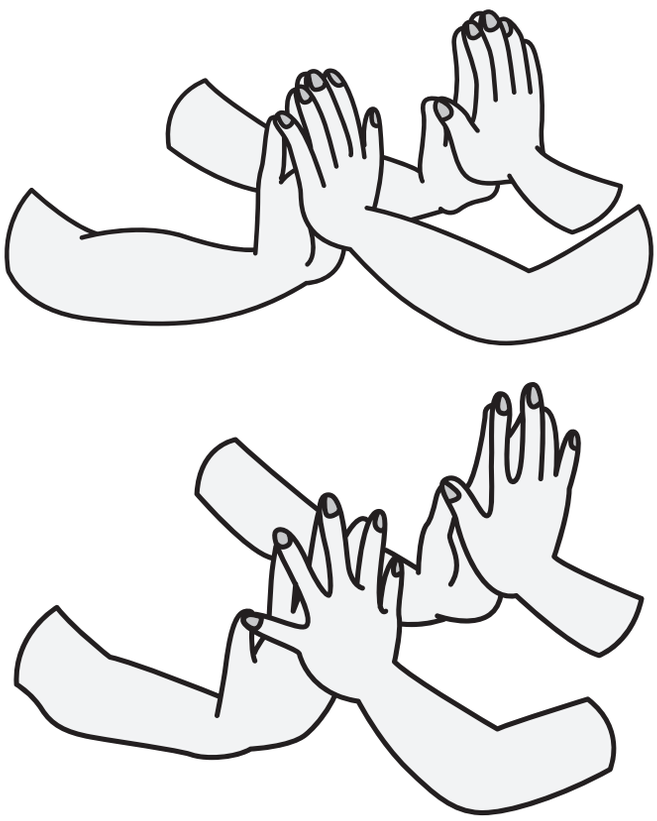
今日のミニリハ

指合わせ



【ルール】

二人組を作り、二人で両手の指先と指先を合わせます。
指先が離れないように、指と指の股を開いたり閉じたりします。

【ポイント】

ゆっくりと指を開閉します。
一本ずつ開いたり閉じたりしてもよいでしょう。

目的・効果　身体認知の向上、目と手の協調性の改善、他者との交流