



はばたき TEA TIME

学校生活の中で、見る力はよく使います。教科書や黒板、先生を見る、さらに授業中は頭を上下に動かしながら目を使ってノートに写します。見る力が弱いと、すばやく正確に見ることができず、ノートを書く時にマスから出てしまったり文字や行をとばしたりしてしまい、そこに苦勞をしていると、話に集中できないこともあります。

反対に見る力が備わってくると、学習機能の改善だけでなく、
★読み飛ばしや読み間違いが減る→読書速度の向上！
★ボールの回転や距離感が掴めるようになる→球技が上達！
★書くときの困り感の減少→記憶力、集中力の向上！ など、
嬉しいことがたくさんあると言われています。

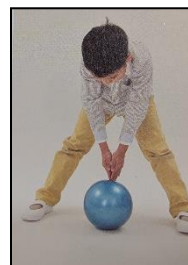


そんな大切な「見る力」を高めるトレーニングを紹介します。

〔今回、取り上げる「見る力」とは、視力検査で測定するものではなく「止まっているものや動いているものを見て、脳で理解し、口や動作に出す」ところまでのことを言います。〕

- ① 新聞紙・チラシ探し【用意するもの：新聞紙かチラシ、ペン】
新聞紙やチラシを用意します。紙面にある「数字の『5』を探しましょう」と問題を出し、見付けたらその数字や文字に○をつけさせます。できるだけ顔を動かすのではなく、目をたくさん動くようにすると目が鍛えられます。
- ② ビッグエイト∞【用意するもの：A3くらいの大さめの紙、クレヨンかペン】
大人が、大きな8の字を書きます。子供は、その線をなぞります。手が浮いたり、雑になったりしないように、ゆっくりと同じスピードで書きます。眼と手の協調性を養うことができます。
- ③ 中心ボール突き【用意するもの：ボール】
大人と子供が、2～3メートル離れて向かい合った状態で行います。大人はボールを転がします。子供は両手を合わせて、転がってきたボールを体の中心で受け止めます。距離感を養い、体の中心を覚えることができます。

スタート時



- ④ ラインマッチ【用意するもの：マスキングテープなどのテープ】
床にテープを貼って線を作ります。フローリングや畳の線も利用することができます。その場合は、テープは必要ありません。「うつぶせになって、この線の真ん中に体を合わせてみよう」と言います。子供は線を見て、体の中心だと思ふ場所に寝転びます。仰向けも同様にできます。うつぶせの場合は写真を撮ってあげると、子供も自分で確認することができます。



ぜひ試してみてください。これらのトレーニングはほんの一例になります。
さらに気になった方は、「書字指導アラカルト 笹田哲 著」をご覧ください。