



はばたき TEA TIME

『はばたき TEA TIME』では、はばたきで指導していることを中心にちょっとしたコラムなどを載せていきます。



今回は、はばたきの個別指導で多く取り入れているビジョントレーニングについてお話します。



「めいろ、点つなぎ、間違い探し、パズルやかるた。楽しそうだけれど何でこんなことやるのかな？」そんな疑問の答えになれば幸いです。



ビジョントレーニングは、目の見る力「視覚機能」を高めるためのトレーニングです。皆さんは、視力が良くても「見えにくい」ことがあることをご存じですか？読むのが苦手、マスの中に字が書けない、手先が不器用、よくぶつかる、などの場合、「気付かれにくい見えにくさ」が隠れている可能性があります。見る力「視覚機能」には①眼球運動、②視空間認知、③眼と体のチームワークの3つのプロセスがあり、

これらをうまく連動させることで私達は、書く力、読む力、作る力、運動する力、イメージ力、集中力、注意力、記憶力を身に付けているのです。

① 見る(目)

「眼で対象物をとらえる」

(眼球運動)

②取るよ(目から脳へ)

「脳で認識する」

(視空間認知)



③ジャンプしてキャッチ

(脳から体へ)

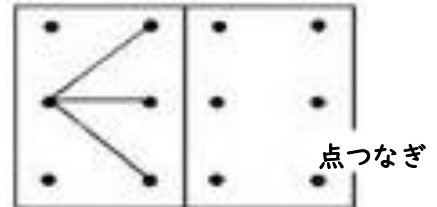
「体を動かす」

(眼と体のチームワーク)

主に個別指導では、「眼で対象物をとらえる」「脳で認識する」「体を動かす」という一連の機能を高めるため、そしてそれぞれがバランスよく身に付くようにするために、様々なワークシートなどを活用しています。

① 眼球運動のトレーニング

- ・線や動くものなどをゆっくり目で追う
- ・ジャンプするようにすばやく目を動かす
- ・両目をそろえて動かす



②視空間認知のトレーニング

- ・対象物と背景を区別する
- ・形や色を把握する
- ・仲間を見分ける
- ・空間的な位置を把握する

③ 眼と体のチームワークのトレーニング

- ・目と体を連携させて動かす



ハサミを使う、折り紙などの工作

昔遊び



ここに示したのはほんの一例ですが、やはり昔遊びは楽しみながらビジョントレーニングができるすぐれものだとつくづく思います。また、掃除や料理などの「お手伝い」は眼と体を同時に使うので視覚機能が鍛えられます。子供だけでなく大人にも大切なビジョントレーニング。継続が大切です。日常でさりげなく取り入れられるといいですね。

参考文献：発達の気になる子の学習・運動が楽しくなるビジョントレーニング (ナツメ社)