

### ＜上手に見ること・視覚認知＞

“教科書を音読する” “黒板の字を写す” 簡単な活動ですが、これらの活動につまずいている子がいます。“音読で読みとぼしが多い” “黒板の字を写すことが遅い、1文字ずつ見て写している” このような点が気になる子は、「見え方の違い」に原因があるかもしれません。

「見ること」に課題があるという視力の問題かと思う方もいると思いますが、視力とは別の機能が関わっています。視力検査では異常がないのに物をうまく捉えられない…そんな課題をもつ子がいます。見ているものを他人と比べることはできないので、子ども自身がこの課題に気付くことはほぼありません。周りの大人が気付いて、支援していく必要があります。

「視覚機能を調べる自己チェックリスト」（「発達障害の子のビジョン・トレーニング」より）で、気になる子のもつ課題をおおよそ見当づけることができます。


	質 問	回 答
読 む	①音読で行をとぼす。同じところを何度も読む。読んでいる場所がわからなくなる。	
	②読むときに、非常に長く時間がかかる。	
	③読むときに、頭や体を大きく動かす。	
	④計算はできるが、文章題になると理解することが難しい。答えが出せないことがある。	
	⑤読んだり書いたりするときに、頭を本やノートに異常に近づける。	
見 る	⑥近くを見るときに、頭をななめにして見ようとする。片目をおおって見る。	
	⑦しきりにまばたきをする。眼をこする。眼を細めて見ようとする。	
	⑧作業中や話を聞くときなど、集中して見ることが苦手で、たえず視線を動かしている。	
	⑨近くを見る作業を嫌がったり、さけたりすることがある。	
	⑩両眼が外側によったり内側によったりして、同じ方向を見ていないことがある。	
書 く	⑪黒板に書かれた文章をノートに書き写すことに時間がかかる。	
	⑫漢字をなかなか覚えられない。鏡文字など、書き間違いが多い。似た字を間違える。	
見 て 動 く	⑬ひし形など、書くことが苦手な図形がある。図形の問題が苦手。	
	⑭文字を書くときにマスからはみ出す。読めないくらい形が整わない文字を書く。	
	⑮筆算で、けたをそろえて書き、計算するのが難しい。位がずれることがある。	
	⑯小学2年生以上で、靴をはくときなどに、左右を間違えることがある。	
	⑰球技が苦手で、投げたボールをうまく受けとることが難しい。	
	⑱はさみを使って直線上や曲線上をうまく切ることができない。不器用。	
	⑲ダンスや体操で、まねをして体を動かすことが苦手。	
	⑳方向認識が悪く、よく道に迷う。	

回答に○がたくさんついたものが、その子のもつ「見え方」の課題になります。それぞれの課題へのトレーニングを1つずつ紹介します。（「参考・出典」の本に、もっとたくさんトレーニングが載っています。）

<「読む」ことに課題がある子へのトレーニング>

遊び編②  
跳躍性  
眼球運動

## 頭を動かさずに 眼をキョロキョロ



**1 メトロノームを用意**

素早く動かすことを意識するために、メトロノームを使ってリズムをきざむとよい。一定のテンポで音を鳴らし、その音に合わせて視点をかえる

**どんな内容?**

「跳躍性眼球運動」の練習です。ものを探すが苦手な子、球技が苦手な子に向きます。ペン先からペン先へ、視点をジャンプさせるように動かします。見るものを指定することで、意識的に練習できます。

**注意点は?**

頭を動かさないことと、視線を素早く移動させることが必要です。視線をゆっくり動かすのではなく、バツと瞬間的に移動させてください。

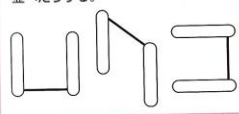
**2 ペン先を近くで見る**

2本のペンの先を交互に見る。左、右、左、右と素早く視点を移す。自分で持つと疲れる子もいる。最初は親が持つとよい


**POINT**

**持ち方をかえる**

横方向に並べて持ち、見ることに慣れてきたら、ペンの持ち方をかえる。ななめに角度をつけたり、たて方向に並べたりする。



じょじょに間隔や距離を広げていく



文字を追ったり、たどったりするための眼球運動

<「見る」ことに課題がある子へのトレーニング>

ワーク  
シート  
作成!

## 3 ワーク シートに挑戦

か	き	さ	せ	も	ぼ	ん	よ
ど	る	も	く	と	め	で	と
で	べ	ぬ	ち	ー	ず	り	は
せ	た	ん	ら	れ	ば	ら	や
る	み	さ	ぎ	か	ま	ん	て
ま	ぼ	ん	だ	ん	ら	さ	は
く	く	ん	さ	ば	く	さ	は
ろ	お	ゆ	と	べ	だ	ま	む
し	ね	こ	り	す	べ	し	い
す	お	さ	ず	ど	る	て	ぬ

本やプリントを使わず、ランダムな文字列のワークシートをつくってチャレンジしてもよい。文章になっていないぶん、探すことに集中できる

**4 文字や言葉に印を**

文字列のなかから、特定の文字や、特定のジャンルの単語などを探し、ペンやマーカーで印をつける

**POINT**

**読む方向を決める**

ワークシートをつくる時、単語をたて方向・横方向・ななめ方向に配置する。そのうえで、たて・横・ななめのうちの方向で読むか決めて指示する。

両眼のチームワークやピント調節力、ものを注視する力を伸ばすため、眼球運動全般のトレーニングが有効

- アレンジアイデア
1. 空欄をつくる  
文字を規則正しく入れるのではなく、ところどころに空欄を入れてワークシートをつくる。文字で埋まっている場合と比べて、眼を動かすスピードが速くなる。
  2. 数字でつくる  
文字をどうしても読んでしまう子の場合は、数字でシートをつくる。特定の数字を探してもらう。32など、2ケタの数字を探すのもよい。
  3. 印の文字を読む  
親がワークシートのいくつかの文字にあらかじめ、ペンやマーカーで印をつけておく。子どもは印の文字だけを読み上げる。文章や単語に感わされずに印に視点を合わせることができるかどうか、チェックする。

<「書く」ことに課題がある子へのトレーニング>

遊び編⑤  
視空間認知

ブロックで見本の  
形を再現する



どんな内容？

ブロックを使って、平面の図や立体的なもの形の正確にとらえる練習をします。文字の形を認識しにくい子、方向がわかりにくい子に向きます。

注意点は？

形を再現するというねらいがあるため、通常のブロック遊びよりも難しく、そのぶん疲れます。ふだんの遊びと同じ感覚で長時間続けられないようにしましょう。

1 同じブロックを探す

テーブルに、形の異なる複数のブロックを並べる。そのなかから親がひとつのブロックをとり、子どもに同じ形のブロックを探してもらう

口頭でヒントを出すと言語的に考えてしまうので、しゃべりすぎに注意



POINT

最初はシートの上に

2つのブロックを使うとき、最初はブロックの見本のシートをつくり、その上に並べるようにすると、やりやすい。

2 同じ形をつくる

次に、親が2つのブロックを使って、ひとつのかたちをつくる。子どもにそれを見せ、同じ形を再現してもらう

見たものを認識・記憶する力を伸ばす

<「見て動く」ことに課題がある子へのトレーニング>

遊び編④  
眼と体の  
協応

大人のポーズを  
見てまねする



どんな内容？

動きの模倣が苦手な子、ボディ・イメージができていない子に向きます。体操を通じて自分の体を認識します。上下左右を理解することを旨とします。

注意点は？

体のどの部位を動かしているか、意識することが大切です。筋力や体力のトレーニングではないことを理解してとりこみましょう。

1 大人が  
ポーズをとる

親子で向かい合い、親が両手両足を動かしてポーズをとる。左右同じ形からはじめて、じょじょに左右の形をかえていく



見ながら体を動かすトレーニングなので、大人が見本を示す

2 子どもが  
まねをする

子どもは親のポーズをまねする。眼と体の協応ができていない子はポーズを間違えたり、左右が入れ替わってしまったりする

POINT

左右をチェック

大人が左足を上げたときに、右足を上げるなど、左右を間違える子がいる。上下左右の一致をチェックする。手足の向きや角度も確認する。



ボディイメージを整え、体の動かし方がわかる