



たんぽぽだより 10月号

発行日 令和8年10月1日

発行元：豊島区立池袋本町小学校

電話：03-3986-7166

住所：東京都豊島区池袋本町1丁目43番地1号



見る力を高めよう！

特別支援教室 たんぽぽ

「見る力」は、日常生活はもちろん、読み書きや運動、手先を使った作業など、学習面においても大切な視覚機能です。「見る」ということは、物を見るだけではありません。「見たものを目で追う」「位置や形を捉える」「見たものに合わせて手や体を動かす等」、様々な力を使っています。

こうした力は、普段の遊びや手伝いの中でも楽しみながら育てることができます。今回は、ご家庭で取り入れやすい活動を3つご紹介します。

① 遊びの中で

ブロックや工作、折り紙など、見本を見ながら手を動かす遊びがおすすめです。手遊びやリズム遊び、キャッチボール、バドミントン、風船遊び等も、目で動きを追いながら手や体を動かす経験になります。

② 料理の手伝い

料理も「見る力」を使う活動です。計量カップの目盛りや数字を見て材料を量る、野菜の皮をむく、材料を切る、盛り付ける等、見たものに合わせて手を動かす経験ができます。できる範囲で料理の手伝いを親子で楽しんでみるのもいいですね。

③ 洗濯物をたたむ

洗濯物をたたむことも、見る力を育てる活動の一つです。「タオルの角と角を合わせる」「シャツの形を見ながらたたむ」「左右の靴下を探して組み合わせる」等、形や位置を見て手を動かす経験になります。

これらのように、「見る力」は毎日の生活の中で自然に育てることができます。活動に取り組んでいるときには、「よく見てみよう」「どこかな?」「同じ形を探してみよう」等、見ることを意識した声かけをおすすめします。特別なトレーニングとして頑張るのではなく、「楽しく見る、動かす」経験を少しずつ増やしていくとよいでしょう。



是非チャレンジしてみてください。

