

## こどものはったつ相談室



子どもたちの健やかな発達や実りある学習に繋がるよう、  
通級指導教室「まなびの教室」<sup>なつめてつや</sup>夏目徹也先生によるコラムを  
連載しています。



問合先 こども相談センター

TEL 6 2 6 - 1 1 6 5 FAX 6 2 6 - 2 1 8 7

## 第9回テーマ「注意・集中力」

### ■どんな力？

「注意・集中力」とは、あることを見続けたり聞き続けたり、やり続けたりすることができる力や気持ちと言えるでしょう。

よく「集中力がない」と言われますが、自分の興味があることには、注意・集中力がある子どもが多いです。

#### うまく育っていないと

- 物事を途中でやめてしまったり、諦めてしまったりして自信がなくなる
- 人との話や関わりがうまくできない
- 周りの状況がつかみにくく、けがをすることも

#### うまく育つと

- 物事を最後までやったり、聞いたりするの  
で、上達できる
- 周りとのコミュニケーションが良好になり、  
楽しく生活ができる
- 生活の中で、安全に過ごすことができる

### ■生活の中で育てる

家族で花や風景などをいっしょに見続けたり、  
聞き続けたりする

同じ物を一緒に見ることを「共同注視」と言います。散歩や買い物などの時、「きれいだな」「不思議だな」とつぶやきながら、じっと見たり聞いたりする経験を積み重ねられるといいですね。

#### 「遊び込む」経験をする

次から次へ遊びを変えていく「遊び渡り」は、子どもの興味関心を広げるためには大切です。しかし、注意・集中力を養うためには、外遊びでも室内遊びでもいいですから、自分の好きな遊びをやり続ける「遊び込む」ことも大切です。ただし、テレビゲームはこの話の対象外です。

家族がいい表情で見たり聞いたりすると、子どもはその表情を見ることで安心感も育ちます。

## ■通級指導教室の教材

注意・集中力を育てるために、通級指導教室で行っている教材を紹介します。是非参考にしてください。

### ①ジェンガ

短い角材を抜いて積み上げていく遊びです。無理に抜くと全体の角材が倒れてしまうので、抜く場所を考えて、そっと抜きます。かなり集中力が必要です。類似の遊びに、「ボトルチップス」なども市販されています。年齢に関係なく楽しめます。



### ②石積み

石を倒れないように積み上げていく遊びです。ブロックや角材のような安定感はないので、かなり指先に集中しないと倒れてしまいます。しかし、積み上がったときの達成感は大きいですよ。



子どもは、身近にある物で学んでいくことが多いです。通級指導教室でも市販の物をたくさん使って指導しています。

この物で何を育てることができるのか、この力を育てるには、何を使うかを日々考えています。