

ビジョントレーニング線たどり (1)

★追従性眼球運動トレーニング

★同じマークからマークまでを、左から右、右から左に、眼で追います。
3回くりかえしましょう。



ポイント

あたま うご
頭を動かさないで、
め 眼だけで たどろう！



Mouse



Mouse

ポイント

えんぴつで なぞるような
つもりで やれるとG o o D !