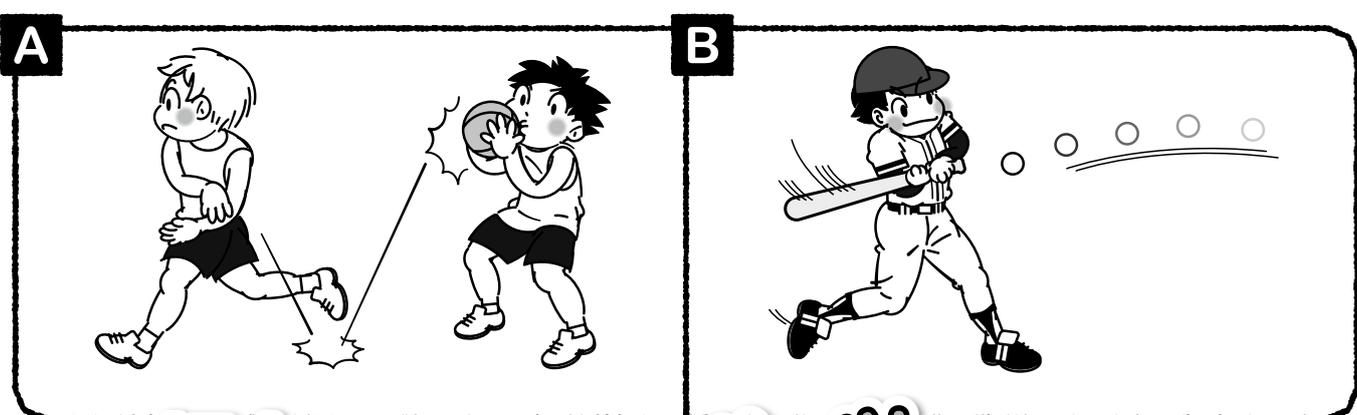
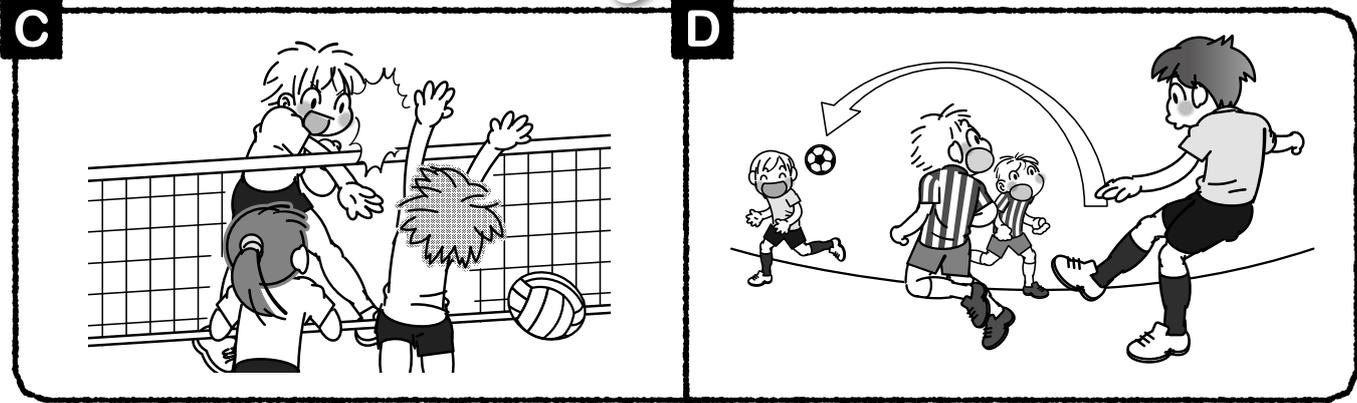


クイズでわかる

# カラダっておもしろい!



## 視力がいいとスポーツもできる?



4つの場面に必要なチカラは……どれかな?



- ① 動いているものを見るチカラ
- ② さまざまに動いているものを一瞬でとらえるチカラ
- ③ まっすぐ見たまま周辺のものを見るチカラ
- ④ 距離感を正確につかむチカラ

こたえは… 視力にはいろいろな種類があって、いろいろなスポーツと関わっているよ。

- A-③ これは周辺視力 見ている中心の周辺を見る視力です。広範囲に見ることができると、バスケットで相手を見ながら、目の端にとらえた味方にパスを出せるよね。
- B-① これは動体視力 2種類あります。左右、上下に動くものを見る視力と、遠くから近づいてくるものを見る視力です。野球のバッティングでは、ボールの速い動きをどれだけ見極められるかで、ヒットの数も変わってきます。
- C-② これは瞬間視力 動いているものを一瞬でとらえる視力です。バレーボールのスパイクは、打つ瞬間に相手の動きを見て、拾えない場所をめがけて打ちますね。
- D-④ これは深視力 遠近感や立体感を見る視力で、微妙な距離感をつかみます。敵と見方が入り乱れて常に動くサッカーでは、距離感がうまくつかめないと、味方に的確なパスが出せませんね。