

みなみん

学校標語 「笑顔かがやき 優しさいっぱい」

令和4年1月8日
練馬区立南田中小学校
みなみん学級だより
NO.33



明けましておめでとうございます。子供たちはこの14日間の冬休み中、お手伝いを通して、家族の一員として役に立っている喜びを味わうことができたのではないのでしょうか。安全に関しても、手洗いや、うがい、マスクの着用、人との距離などに気を付けて生活をしたことと思います。年が明け、オミクロン株感染者の増加が報道されています。学校では、引き続き感染対策をしながら、教育活動を進めていきたいと思っております。本年もよろしくお願いたします。

☆ビジョントレーニング☆

9月から延期になっておりました、専門家指導の「ビジョントレーニング」を、「ビジョントレーナー 丸 節子先生」をお迎えして、12月22日(水)にようやく、実施することができました。

第1部は、保護者の皆様と一緒に、「ビジョン」について、基本的なことを学びました。視力と視覚の違いや、現在は、視覚優位の世の中となっており、目でキャッチした情報を脳に送り、脳で判断して、身体で反応することが、大変多いことを教えていただきました。いわゆる、「入力・処理・出力」のメカニズムです。昔は、外遊びも多く、生活の中でビジョンが鍛えられていましたが、今は、生活様式や遊び方も変化し、「ビジョントレーニング」として、取り上げて練習していかなければならない現状があるとのことでした。6歳から13歳までが、「視覚のゴールデンエイジ」と言われていて、ビジョンの発達において、今が、一番大事な時期であること、1日、5分位でもよいので、楽しみながらトレーニングすること、簡単なものから徐々に難易度をあげていくこと、できなかつたら、易しいものに戻り、達成感を味わわせながら取り組んでいくこと、が大切であると教えていただきました。

講義を受けた後は、参加された保護者の皆様も実際に身体を動かしてトレーニングを行い、笑い声溢れる中で、楽しく行うことができました。



第2部は、場所を体育館に移して、子供たちと一緒にできるビジョントレーニングを行いました。

- ① 紙コップとお手玉を使ったトレーニング（紙コップの底の上にお手玉を載せて歩く。）（投げられたお手玉を紙コップでキャッチする。）
- ② お手玉を遠くの輪の中に入れる。
- ③ 身体を使ったジャンケン。主に、出力に関係する動きです。

体育館では、親子レク大会のような感じになり、保護者の方も子供たちも楽しくトレーニングを行うことができました。こんなに楽しい動きがトレーニングにつながっているなんて、思いもよりませんでした。ご家庭でもできることばかりですので、ぜひ、親子でやってみてください。