

おおきな木



豊中市立庄内西小学校

令和5年9月1日

通級指導教室担当 大北 泉

長い夏休みも終わり、行事が盛りだくさんな2学期が始まりました。学校も子どもたちの元気いっぱいの声や笑顔が戻ってきて、にぎやかになりました。

さて、今年度より、豊中市全校に設置されている「通級指導教室」。どんな学習をしているのか、知らない方も多いかと思います。

今回は、どんな学習を行っているのか、紹介します。

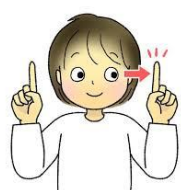
ビジョントレーニング

ビジョントレーニングとは、「見る力」のトレーニングです。人が得る情報の約8割は、視覚からと言われているくらい、大切な力です。日常生活だけではなく、読み書き、運動、手先を使った細かい作業など、「見る力」は学習にも欠かせないものです。

「おおきな木」では、学習のはじめに「ビジョントレーニング」を行っています。それは、書く力、読む力、つくる力（手先の器用さ）、運動する力、集中力・注意力、記憶力、イメージ力の7つの力を伸ばすといわれているためです。野球選手やボクシングの選手など、プロの選手として活躍されている方たちも、ビジョントレーニングを、日々のトレーニングの一つとして取り入れているそうですよ。

お家でできる、簡単な眼のストレッチや運動を紹介します。ぜひ、お子さまと楽しんでみてくださいね。

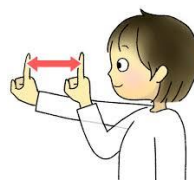
★眼の体操（好きな歌に合わせてやってみよう！ おすすめは、GReeeeN の『キセキ』です。古いですが・・・）



①顔を動かさない
ように指先を左
右交互に見る
(8回ずつ)



②指先を上下に
交互に見る。
③指をずらし、斜
めの上下を交
互に見る。



④指先を目に近づ
けたり遠ざけたり
する。
⑤目をゆっくりと回
す。

★コロコロキャッチ

机の端から反対側に向かってスーパーボールを転がし、相手は、机から落ちると同時にボールを手でキャッチする。
(1分ぐらい。慣れてきたら、2個、3個連続で転がしてキャッチするトレーニングをしてもいいですよ。)



参考：北出勝也監修（2021）『学習・運動が好きになる 1日5分！眼と体を楽しく動かすビジョントレーニング・ワークブック』ナツメ社 p20,21

『おおきな木』に、興味がある、通ってみようかなと思われたら、校長か担任、または、大北までご相談ください。「相談だけ」でもいいです。いつでも申し込みができます。

※おおきな木については、ホームページに載せている通信 No.1 に詳しく説明していますので、参考にしてください。