



※ スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋・・・

皆さんこんにちは。最近、朝晩と涼しくなり、秋らしく過ごしやすい季節になってきました。「〇〇の秋」とよく言われますが、秋と言えば何をイメージしますか。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋・・・、色々な言葉が思い出されます。ぜひ各ご家庭の「〇〇の秋」を見つけ余暇を楽しんでお過ごしください。



さて、皆さんは運動は得意でしょうか。小さなころから運動神経が抜群な方や苦手な方もいらっしゃると思います。これらは運動能力の不器用さと模倣する力の弱さに関係があると言われています。今月はスポーツの秋にちなんで、運動能力と模倣の弱さについてご紹介します。

運動の不器用さと模倣の弱さ



大人や子どもに関係なく、運動やダンスが苦手な人は珍しくありません。運動やダンスが苦手な人の背景には「運動能力の不器用さ」と「模倣する力の弱さ」があると言われています。

運動能力の不器用さ・アンバランスさ

- ・体のバランス感覚やリズム感覚が弱い
- ・視覚情報を体の動きに反映する機能がうまく働かない。
- ・空間認知が弱い



困難

複数の動きを同時進行することの困難さ、動きのぎこちなさ、手先の不器用さにつながる

模倣の弱さ

- ・ミラーニューロンと呼ばれる神経系の働きが弱い



人の表情や動作を見て反応し、自分の顔や体に置き換えて模倣する機能がうまく働かない⇒ダンスや模写などが苦手



家庭でできるトレーニング例

【障害物をすり抜けるゲーム】 ～ボディーイメージを作る工夫～

内容: 小さな隙間(机の下など)を通ることで、体の部分がぶつかったり、触れたりする感覚を体得し、手足の位置関係などを確認することができます。



今月の笑顔テーマ

10月の笑顔テーマは「好きなスポーツ・運動」でした。SIS や習い事でサッカーや野球、水泳などを行っている児童も多く、人気のようでした😊

コロナ禍の影響で活動に制限がある中ではありますが、子どもたちなりに工夫して休み時間に活発に体を動かす様子が見られています。





シウヨン

笑顔だより

With a smile

For Kids

10月号

ほんこんにほんじんがっこうたいぼこう
香港日本人学校大埔校

シウヨンきょうしつ
笑顔教室だより

令和4年10月30日

たんとう きんじょうあや か
担当 金城彩夏

すずしい季節がやってきました

たいぼ こ
大埔っ子のみなさん、みなさんこんにちは。ほんこん
香港も このごろ涼しくなり、あき す
秋らしく過ごしやすい
季節つになってきました。「〇〇の秋」とよくいわれますが、みなさんは秋といえば何をイメージし
ますか。しょくよく あき どくしょ あき
食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋…、みなさんはどんな秋にしたいですか？

さて、今月はスポーツフェスティバルがありましたね。たくさん ねんしゅう
練習したかいがあって、だいせいこう
大成功
におえることができました。ダンスを練習しながらなかなか覚えられなかったりリズムがあわな
かったりしたひともあるかもしれません。これは からだ
体のイメージをきたえるとかいぜんすることもあります。
今回は、 こんかい からだ さゆう い
体の左右を意しきする「はたあげゲーム」や「まねっこゲーム」をしょうかいします。



からだ い 体のイメージを意しきしてやってみよう

【ルール】 旗あげゲーム

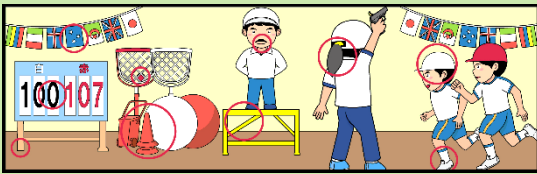
1. さゆう て
左右の手に、それぞれ赤と白のはたをもちます
2. 「右あげて」「左あげて」などのことばの指示
にしたがって まちがえずにはたをあげる
3. 「右あげない」などのひっかけを入れてもOK
※はたがなければ左右の手でやってもOK

【ルール】 まねっこゲーム

1. リーダーが「はなはな～」といながら はな りょうて
鼻を両手
の人さし指でさわる
2. 「耳！」といいながら みに ゆび
耳に指をさす
3. 見ている人はまねをする
4. スピードをあげたり、「耳！」といいながら おみ
お腹
をさわるなどひっかけの うご
動きをいれてもOK



からだ さゆう いち
体の左右や位置などをイメージしやすくなり、うご
動きをまねるのがスムーズに！



せんげつ 先月のビジョントレーニングのこたえ

10 このまちがいを見つけることができたかな？
ゲームやテレビの画面を見すぎたときにはめ
目をしっかり
やす
休めストレッチをして、め たいせつ
目を大切にしていきましょう



今月の笑顔テーマ

10がつ シウヨン
10月の笑顔テーマは「好きなスポーツ・運動」でした。SIS や習
い
こと
事でサッカーや野球、すいえい にんき
水泳が人気でした。からだ うご
体を動かすと、体力が
く
ただけでなく じゅうちゅうりょく
集中力があがったり「すいみんのしつ」がよくなったり
します。みんなもせっきよくてきに からだ うご
体を動かしていきましょう😊

