

# あかまつ

豊岡小学校

校長室だより NO.25

R2. 8. 20

## 夏休みの研修会から

7月31日（金）午後、大曲支援学校から高田先生をお招きして、子どもたちの成長への理解・支援方法等を学ぶ研修会を行いました。その内容の一部を紹介しますので、文字の多さに負けず、是非、お読みいただき、活用してください。

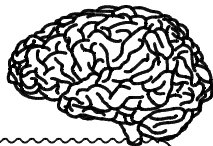
### 1 人間の脳は、「下から上へ、中から外へ」順番①→③に発達していく。（脳の三層構造）

①脳幹：感覚の脳（生命力を司る：反射）…体温や呼吸の調節、ホルモンの分泌、筋肉運動の調節等を行う

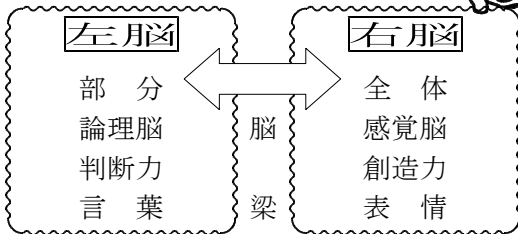
②大脳辺縁系：感情の脳（感情を司る：反応）…快か不快か、感情、記憶…5歳まで

③大脳新皮質：思考の脳（理性を司る：対応）…思いやり、共感、道徳…18歳まで

※「がまん」は10歳から。「がまん」できないことによるトラブルは、4年生になれば減ってくる。



### 2 左脳と右脳の役割



※同じ現象を見ていても、脳のタイプによって見方、考え方が異なる

◎左脳と右脳のネットワークをスムーズにするための運動→クロス運動（20回程度：好きなだけ行ってもよいが、てんかんのある人は要注意！）[参考] ↓こんな感じの運動です



【ツイスト】 【手足バッククロスタッチ】

（上の写真は「日本健康運動研究所」HPより）

### 3 平衡感覚

平衡感覚が鈍感だと…

平衡感覚が敏感だと…

姿勢をまっすぐ保てない

乗り物酔いをしやすい

書字が苦手、ノートがとれない

文字などの読み飛ばしが多い

頭や体をいつも動かしている

動く遊具が怖い、嫌いだ

目の前で手をヒラヒラさせてずっと見入っている

頭を傾けたり体が傾いたりするのを嫌がる

視線を定められず、人の目を見て話せない

警戒心が強く集中を保てない

まわる遊具やブランコなどが大好きで、離れようとしにくい

高いところや足場の不安定なところを怖がる

じっと静止していられない

人混みの中で気持ち悪くなる

聴覚も敏感な傾向がない

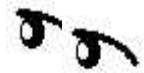
聴覚も敏感な傾向がある

※動きが止まらない子…動くことで、その子にどんないいことがあるのか？

→足りていない刺激が満たされ…脳の目覚め具合がアップし…居眠り防止、情緒の安定、集中力アップにつながる

### ◎平衡感覚を育てる動き・遊び

→校庭の固定遊具（ブランコ、ジャングルジム、すべり台、鉄棒）、線の上をつま先とかかとを交互に付けながら歩く、バランスボール、事務用イスでくるくる回る、トランポリン など



### 4 「見る力」とは①～③

①視力、眼球を動かす力、両目のチームワーク、ピント調整（入力）

②目から入った情報を分析する力（情報処理）

③目でとらえた形や位置の情報と体の連動（出力）

### ●「見る力」に弱さがあると…

文の終わりを省略して読んだり、勝手に読みかえたりする

読み方がたどたどしい

定規、分度器、コンパスを上手に使えない

文字を書くと形が崩れる

定規などの目盛りが読みにくい

- 黒板の文字を書き写すのが苦手または遅い
- 図形や絵を見て同じように書き写すことが苦手
- 文章を書くと、文字が一行にそろわない
- 折り紙が苦手 など

◎ 「見る力」を育てる運動  
→ ビジョントレーニング など



【1年生のビジョントレーニングの様子】

5 固有覚（こゆうかく）の働き

- ・ 固有覚＝体の中のセンサー（力加減、コントロール、体の中のアクセルとブレーキの働き）

● 固有覚の発達が十分でないと…

- 細かな動作が苦手
- （ボタンかけなど）見ないと操作ができない
- 力加減が調節できず動作が乱暴
- 何かにぶつかったり転んだりしやすい
- 動きを模倣するダンスなどが苦手
- 姿勢が悪く、ダラダラして見える
- 文字がうまく書けない
- 常に体に力が入っている or くにやりとしている
- コツコツと机をたたいて音を出すなど、自己刺激的な行動が見られる
- ばたばた音を立てて歩く
- 意識しないとイスからずり落ちる など

◎ 固有覚を育てる動き・遊び＝体にグッと力が入る遊び・運動

- (例) ・ ちょっと高いところから、ドンッと飛び降りる
  - ・ ちょっと高いところに、グイッと登る
  - ・ 重い荷物を運ぶ など

6 触覚の働き

- ・ 触覚＝センサー（「痛み、温度、圧力」「触った物の形や素材を認識する」「自分の体のサイズや位置などの情報を得る」「危険の察知」など）

触覚が鈍いと…

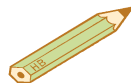
- 何かにぶつかっても、ケガをしても痛がらず、平気である
- うでに歯形をつけるほど強くかむなど、自傷

触覚が鋭いと…

- 自分から人に触ることができず、人に触られると嫌がる
- 頭をなでられたり、手を触られたりすると

的な行動をする

- 爪や鉛筆をかむ
- 手に触れたものをすぐ口にする
- 食べ物をよくかまずに飲み込む
- 他人とのほどよい距離感をつかめず近づきすぎる など



ビクッとする

- 帽子、マスク、靴下をいやがる
- 爪切りや髪を切られるのが苦手
- 服の素材やえりの具合など、衣服への違和感が強く、服装へのこだわりが強い
- 大勢の中にいるのが苦手 など

※ えんぴつや衣服をかじる子…かじると、その子にどんないいことがあるのか？

- 足りていない触覚刺激が口から入り…脳の目覚め具合がアップし…思考力が高まる
- 感覚が満たされるとかむことから卒業する

◎ 識別系の触覚を活性化させる方法

- ・ 手のひら、腕、脚にしっかり触り刺激を入れる
- ・ にぎにぎグッズの活用
- ・ 袋の中から言われたものを取り出す など

私の聞き間違いがあるかも知れませんが、ネット等でも確認してみてください。

「子どものなぞ(?)の行動には理由がある」ことを理解し、理由を踏まえた・発達段階に応じた対応を通して、子どもたちを育てていきたいものです。ご家庭でもチェックしてみてください。

スタンド花の展示

7月のPTA学習参観日の際に、職員室前の廊下に飾られ、華やかな香りを放っていたスタンド花をご覧いただいたと思います。遅くなりましたが、そのことについてのお知らせです。

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、花きの国内消費が大幅に落ち込んでいるそうです。



そのため、花きの日常生活での需要拡大を図るため、公共施設等で県産花きの展示を行うことになり、本校も展示の申込みをして、スタンド花の展示が実現しました。無料です。

子どもたちも、近くであのような花束を見ることが少なく、興味深げに観察したり、香りを楽しんだりしていました。お花の展示、本当にありが

【本校に展示されたお花】

とうございました！