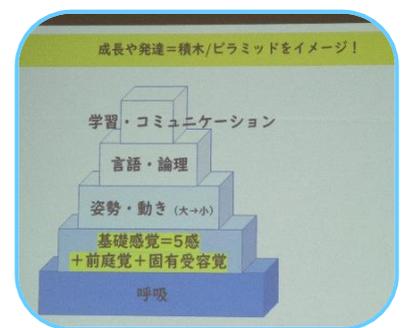


”ビジョントレーニング”をテーマにご講演頂きました！日本ではまだまだ馴染みのない言葉ですが、欧米諸国では100年近くの歴史があるそうです。最近の子ども達は幼少期からスマホやタブレットを与えられ、外で遊ぶ機会が少なく、一定の距離で画面を見続ける時間が多いため『目が動いていない』『両目がちゃんと使えていない』子どもが多いそうです☹️するとどうなるか・・・形(漢字)の認識が出来ない・距離感がうまく取れない・球技が苦手などの支障をきたすそうです。それを改善するのがビジョントレーニングです✨今回の講座では上から落ちてくる羽を目で追ってキャッチする**追従運動**、眼球だけを動かし両手親指の先を交互に見る**跳躍運動**、近い対象を見る為に目を寄せる**輻輳運動**を体験しました！「目」を動かすという事は「脳」を動かすという事に繋がり、脳を動かす事で心も体も元気になるという事を教えて頂きました🐰



令和6年11月

