

優しく強い子に！



http://www.minamih.net/
18・10・6(土)
南NEWS no 71

スマホ付けで 子どもに増える斜視 脳にも目にも過酷な負担

…スポーツにも大きな影響

野球や卓球で空振り増…

図① スポーツへの悪影響

顔面受け、突き指

空振り



両眼視(立体感、遠近感)の障害

スポーツ外傷の増加

スマートフォンで(以下スマホ)の使用時間が長くなると、野球や卓球などで空振りが増えることを知っていますか。(図①)。

一流の野球選手は動体視力に加えて、遠近感、立体感が優れています。これらの能力は、両目でしっかりと見て即座に判断する、両眼視という脳も含めた高度の視覚機能が関係しています。

スマホの長時間使用による「スマホ老眼」は知られるようになりましたが、この「両眼視機能の障害」は見過ごされています。

『食べもの通信』食べもの通信社 2018・10月号より

※次号に続きを掲載します。『食べもの通信』お読みになる方にはお貸しします。良い情報満載ですよ。 by 南のアンパンマン

第43回 秋季リーグ戦 2年生

平成30年8月24日(月) 会場：八石下グラウンド A面

○メンバー：ユヅキ君、ユウセイ君、ハヤト君、ショウマ君、シンヤ君
ジン君、ヒデオ君、モモカちゃん、エリコちゃん

○試合のめあて

- ・ボールを取られたら、取り返す。
- ・ボールウォッチャーにならない。
- ・広いスペースへドリブル

○試合結果

南八王子4-0 CBXFC 前半：0-0

得点者：ハヤト君2得点 ユウセイ君2得点

試合開始から南が攻め続け、ユウセイ君が自陣から単独でロングドリブルシュートまでいくものの得点できず前半終了。

後半に入りいつもキーパーをやってくれているハヤト君が後半2分、左サイドからドリブルで中に切れ込み、相手をダブルタッチで2人抜いてからのシュートで先制点。

後半7分ユウセイ君が団子から抜け出し左サイドから広いスペース中央へドリブルし相手キーパーのポジションを確認してからシュートで追加点、後半8分ハヤト君が相手のボールを奪うとゴール前にドリブルで駆け上がりシュートで3点目、後半9分ユウセイ君がダメ押しのゴールを奪い試合終了。



後半も前半と同じで、皆で攻撃を防いでいましたが相手に得点を取られるとチームの集中力が切れて失点し試合終了。

○技を使った子

ハヤト君・・・ダブルタッチ ジン君・・・マルセイユルーレット

○良いプレーをした子

シンヤ君・・・コーチング

ユウセイ君・・・めあてのスペースへのドリブル

ユヅキ君、ショウマ君・・・味方のカバーリング

ヒデオ君・・・ファーストDF(前からのプレッシャー)

エリコちゃん・・・相手の前に体を入れてボールを奪う

モモカちゃん・・・怖がらずにボールを奪いに行く

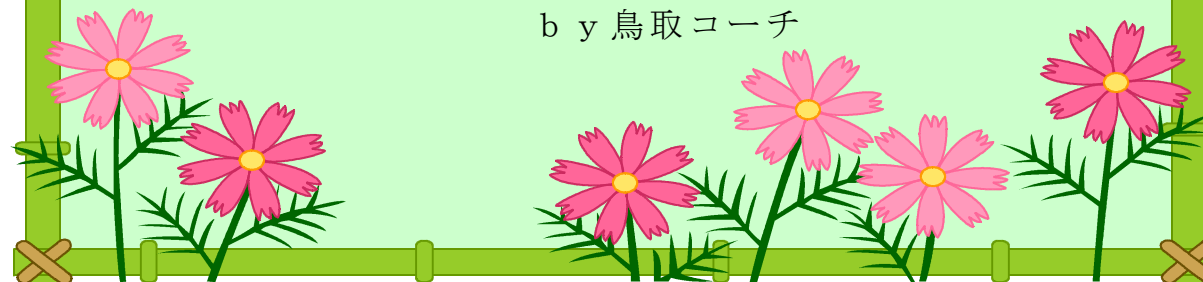


○コーチのコメント

2試合を通して皆で守る試合は出来るようになってきました。ドリブルでシュートまでいける子、相手に体を当ててボールを奪う子、声を出せる子、など個々に出来る事が増えてきています。

皆が同じように出来ればどんな相手にも勝てます。まず、練習をガンバって皆仲良く、チーム一つになれるようにしようね。

by 鳥取コーチ



昨日(10月2日)、毎週2日勤務している学校に朝7時15分に着きました。校門で一緒になった女の子がいました。

「合唱団？朝練は毎日なの？」

「はい」

(やっぱり、東京都で金賞、関東甲信越ブロックで銅賞に輝いた合唱団は努力が違うな！子どもたちと先生の素晴らしいコラボだな！)

と思いました。

そして、南の3期生が“東京都を制し全国大会に出よう！！”と誰一人サボることなく、月曜日以外毎日午後練をしていたことを思い出しました。真冬、暗くなっても4時から6時まで練習していたのです。

5年生の時に6年生を相手に八王子の大会・ブロックの大会全てを制し、6年生の春、全国大会東京都予選1回戦で準優勝した富士見丘に1-2で惜敗した試合はよく憶えています。その試合が縁で、富士見丘の斎藤先生の推薦でむさしのリーグに加入できたのです。

その秋の市民体育祭では29人の6年生を赤白に分け、両チームが圧倒的なスコアで勝ち上がり南同士で決勝を争ったことも楽しい思い出です。

その後、CHだった松村君は早稲田大学のCFで活躍してくれたのです。高嶺小や長沼小から、運動会の練習で遅くなり、暗くなってからも駆けつけてくる松村君たちでした。努力の大切さを実感させてくれた子どもたちでした。