

A V I S O

2023.7.10

Ina Higashi Shougakkou
GERAL

いなひがししょうがっこうほごしやくかい
伊那東小学校保護者各位

Aos senhores pais ou responsáveis
da Escola Ina Higashi Shougakkou

いなひがししょうがっこうちょう たなか ともゆき
伊那東小学校長 田中 智之

Diretor da Escola Ina Higashi Shougakkou:
Tomoyuki Tanaka

れいわ ねんど だい かい の ー め で い あ で ー と く
令和5年度「第2回 ノー・メディアデー」の取り組みについて

2ª. REALIZAÇÃO DO “DIA DE NÃO À MÍDIA”

ほんつゆ となり、あめ くも ひ おお
本梅雨となり、雨や曇りの日が多くなりましたが、子どもたちは元気に学校生活を送っています。

さて、本年度第2回目の「ノーメディアデー」を行いたいと思います。先月同様

て れ び げ む い ん た ー ね っ と
「テレビだけではなく、ゲームやインターネットなど、

「め で い あ」 は な じ か ん も
『メディア』から離れた時間を持ってみよう」

という主旨で行いたいと伊那市全体で考えています。

がっこうでも、せいかつしどう なか こ
学校でも、生活指導の中で子どもにおろして、子どもたち自身が自分のこととして取り組んでいけるように指導しますが、そんな形で共に考えて行きたいと考えています。

おこさんのせいかつリズムについて、これまでに増してしっかりと確立していきたく思いますので、きょうりよく ねが
協力よろしくお願ひします。

Realizaremos o **2º. DIA DE NÃO À MÍDIA** deste ano letivo.

Igual ao mês passado, estamos visando que todo o município de Ina **tentem em ter horas afastadas da MÍDIA; não somente da televisão, mas dos jogos eletrônicos, internet e outros.**

Na escola também, em meio ao ensino de vida das crianças, orientamos para que elas procurem fazer os seus afazeres por si mesmas e, pensamos em prosseguirmos juntos dessa forma.

Desejamos que, estabeleçam um ritmo de vida do(a) seu(sua) filho(a) com mais firmeza do que até o momento. Contamos com sua cooperação.

1 じっしび
実施日

が っ に ち か
7月11日 (火)

DATA DA REALIZAÇÃO: **11/7 (3ª.feira)**

(vide-verso)

2 目的

OBJETIVO

- テレビやゲームなどメディアに依存した生活を見直す。
Revisar o dia-a-dia da dependência da televisão, jogos eletrônicos e outros da mídia.
- メディアとの距離を置くことで、上手なつきあい方を考えてみる。
Tentar pensar no modo da convivência com harmonia, distante da mídia.
- 家庭でのコミュニケーションを図る。
Criar a comunicação com a família.
- 読書や家庭で会話の時間などを増やしてみる。
Aumentar o tempo de leitura e a conversação no lar.
- 「子どもらしい生活のリズム」を考えたり、試みたりしてみる。
Tentar e pensar em estabelecer um “rítmo de vida apropriado à criança” .

3 参考資料

LEITURA DE REFERÊNCIA

◇ ある研究者によると

- 先進国がゲームをやる時間が多いが、

その先進国の中でも「日本の子どもが圧倒的に多い」

- その結果

脳の「前頭前野」と「短期記憶野」に悪影響を及ぼし、

*我慢がきかなくなったり*キレやすくなる、

という現象が現れるそうです。

◇ Conforme um pesquisador:

- Os países desenvolvidos jogam jogos eletrônicos por muitas horas e dentre estes países as “crianças japonesas são as mais predominantes”.
- Este resultado:
Parecem causar efeitos adversos do “*córtex pré-frontal” e “*curta memória” do cérebro, podendo resultar em sintomas como a: perda da paciência, facilidade em ficar nervoso.