

授業のアイデア 自立活動

人間関係の形成、情緒の安定 コミュニケーション

怒りのレベル

自分のイライラをモニターすることで、怒りが爆発する前に、トイレに行ったりタオルを噛んだり自分に合うやり方で気分転換を図ることができます。

だいじょうぶですか？

レベル0	ほっとする		グー!
レベル1	ふつう		……
レベル2	いやだなあ		毛ひっばる
レベル3	おこっている でもがまん		足どんどん タオルかむ トイレに行く
レベル4	イライラ おこっている		つばはき どなる
レベル5	すごく おこっている		たたく ける

気持ちのコントロールが難しい児童生徒が失敗経験をしなくてすむように、怒りのレベルをモニターします。気分転換の方法は、一人一人に合ったやり方を本人と相談して決めます。

ソーシャルスキル (マナー、常識)

イラストでO×を示してもらおうと、やっていいこと悪いことが理解できます。行動の振り返りにも使えます。

教師は付箋を携帯し、その都度、やっていいこと悪いことをイラストに描いて伝えます。付箋をためれば、マナーブックにもなります。



12月

マナー①
きゅうしよくの時間です。
おかわりをしようと思いました。
友達もおかわりをしようとしていたので、とられると思い、ほしいおかずをゆびでさわりました。

こんなとき、まわりのひとは
どんな きもち？

1つえらんで、Oをつけましょう。

イライラ おこっている	なんだか いやだなあ	へつに…	うれしい

12月

マナー②
きゅうしよくの時間です。
おかわりをしようと思いました。
友達もおかわりをしようとしていたので、とられると思い、ほしいおかずをゆびでさわりました。

こんなときどうする？

おかずをさわって「ほくの、さっさと、友達とそうだんもっていく。して、わけあう。つーいた！」と、言う。

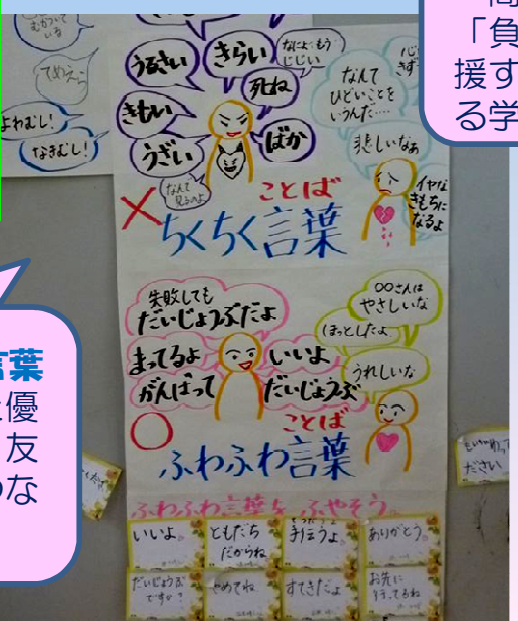
長い方法はこれ

こんなときどうする？
周りの人の気持ちを考える学習をすることで、正しい行動の仕方について学ぶことができます。

相手の気持ちや状況を考えることが苦手な児童生徒や、友達とうまく関わるのが難しい児童生徒の学校生活であったトラブル、起こることが予想されるトラブルを取り上げます。シンプルな手書きのイラストでイメージがもてるようにします。

つい友達に暴言を吐いてしまう児童生徒だけを指導するのではなく、学級、学年全体で指導し、ふわふわ言葉で話す雰囲気を作ります。

ふわふわ言葉とちくちく言葉
相手の気持ちを考えた優しい言葉を使うことで、友達との関係づくりにもつながります。



ジェンガ
簡単なゲームを通して「順番」「負けても怒らない」「友達を応援する」などの約束やルールを守る学習します。

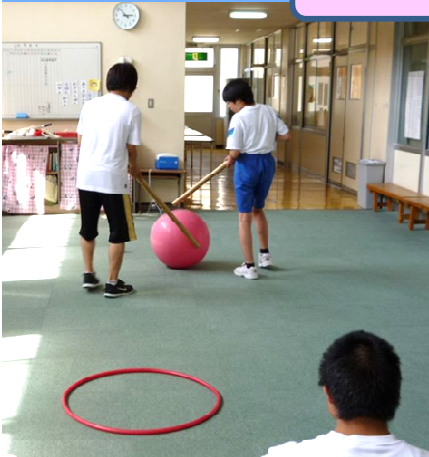


約束やルールは事前に示し、終わった後に振り返ります。

授業のアイデア 自立活動

健康の保持、身体の動き

① バランスボール

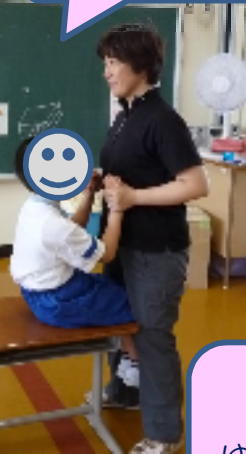


体幹を鍛えたり、柔軟性やバランス能力を高めたりするために、いろいろな動きやポーズを取り入れます。手書きのイラストと文字で、学習活動に見通しをもたせます。

② ふみだい



③ ぶっきん



体を大きく動かすことは手指の巧緻性や書字技能にもつながります。



⑥ かたつむり



⑤ うでしじ



④ ペンギン

1分間、動かず、おしゃべりしないで、動きのコントロールをします。

ランニング

自分のペースではなく、ゆっくりペースに合わせて走ります。決められた順番を守る学習にもなります。



ボールころがし

力をうまくコントロールしてスティックでボールを転がします。フープの中に入れたら、次のペアに交代です。

ペアや小集団で活動することで、相手の動きやスピードに合わせる力も育ち、他者の視点に立つこともつながります。



準備体操、整理体操
ストレッチやバランス運動

授業のアイデア 自立活動

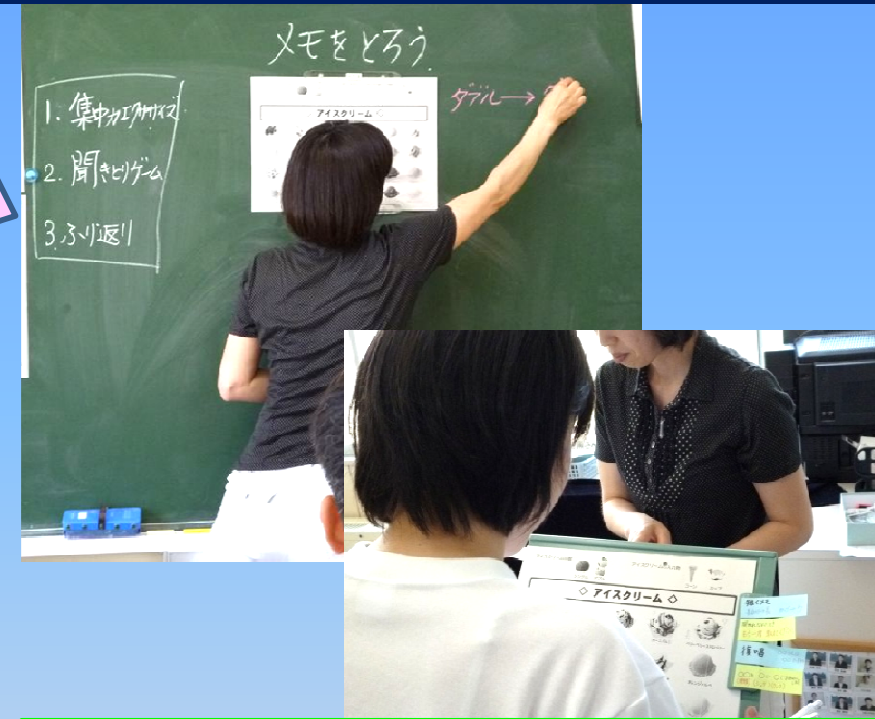
環境の把握、身体の動き
コミュニケーション、人間関係の形成

ビジョントレーニング

ゴロ卓球は「見る」トレーニングにもなります。ボールに注意を向ける(注視)、動くものを眼で追う(追視)など、読み書きに必要な「見る力」を付けることができます。

聞き取りゲーム

メモをとりながら聞くことで聞く力を付けます。メモをとる練習にもなります。



ゴロ卓球

テーブルに自作の板を取り付けることで、誰でもゴロ卓球を楽しむことができます。ラケットもユニバーサルデザインです。「順番」「負けても怒らない」「友達を応援する」といったルールの学習にもなります。

得点係、タイムキーパー、道具係、進行係など係分担をしておけば、児童生徒が自主的に活動を進めることもできます。

「認知」トレーニング

色、数、形など認知面のトレーニングになる自作教材です。100円ショップを利用して簡単に作ることができます。楽しみながら、操作しながら学習でき、手指の巧緻性を高めることもできます。

「聞く」トレーニング

アイスクリームの注文をとるという設定で、店員と客を交代しながら進めます。省略記号を使って短くメモ、「～ですね」と復唱、「もう一度お願いします」と聞き返すなど、事前に学習したスキルを使って聞くように促します。

