

姿勢を保持することが苦手な児童に対して、
正しい姿勢を理解させた上で、姿勢体操、環境調整を行った事例

こんな子たちです (小学校1年生)

- まっすぐ前を向くことができず、横向きの姿勢になっていることが多い。
- 興味深いことがあったとき、机に身を乗り出したり、椅子の上に足を乗せたりする行動が無意識に出てしまうことがある。
- 正しい姿勢で一定時間座ることが難しい。

◎ 通常の学級担任と通級指導教室担当教員の連携について

正しい姿勢を保持することが難しく、まっすぐに座っていられなかったり、足が机の外へ出てしまったりしやすい児童について、その原因を以下のように考え、手立てを講じた。

<姿勢の保持ができない原因>

- ①正しい姿勢がイメージできない。
- ②正しい姿勢にする意欲がもてない。
- ③骨盤がしっかり支えられず、お尻が椅子から滑ってしまう。



<手立て>

手立て① 正しい姿勢のイラストを表示し、正しい姿勢のイメージをつくり、ポイントを理解できるようにする。

手立て② 「座る姿勢をよくする姿勢体操」を繰り返し行い、背筋を伸ばし、骨盤をしっかり固定させた正しい姿勢を意識できるようにする。

手立て③ 椅子と机の中央にテープを貼り、前を向いて椅子の真ん中に座れるようにする。また、椅子に滑り止めシートを敷き、お尻を固定できるようにする。

◎ 通常の学級での取組



【正しい姿勢のイラスト】

手立て① 正しい姿勢イラストの掲示

正しい姿勢のイラストを教室に掲示して随時確認できるようにし、正しい姿勢が身に付くようにした。

- 背筋を伸ばす
- 体の向きを前に向ける
- 足が机から出ないようにする



【姿勢体操（あぐらをかく姿勢）をする児童】

【姿勢体操（椅子に座る姿勢）をする児童】

手立て② 姿勢体操

通常の学級の短学活の時間を活用し、姿勢体操を、週に2回実施した。

床にあぐらをかく姿勢（骨盤の位置を意識）や椅子に座る姿勢（手立て①のポイントを意識）をする練習を行った。集中して楽しくできるように、音楽（4拍のカウントがとりやすい曲）をCDで流し、その曲に合わせて行った。

通級による指導を受けている児童は、手本となって、全員の前で体操をした。

手立て③ 机・椅子の調整

体を机の中央に定着できるように、以下の写真のように、机と椅子の中央にビニルテープで印をつけた。机のテープの印（おへそじるし）をへそに合わせ、椅子の印を背中に合わせて座るようにした。また、お尻が滑って姿勢が崩れることがないように、滑り止めシートを椅子に敷いた。



【椅子・机の印】



【滑り止めシート】

◎ 成果

- 具体的なポイントが分かるイラストを見ることによって、正しい姿勢のイメージがしやすくなり、姿勢を保持することができるようになった。
- 姿勢体操をすることによって、骨盤を立て、背筋を伸ばす姿勢がしっかりできるようになった。
- 椅子や机に印をつけることにより、体を机の中央に置き、前を向いて座ることを自ら意識してできるようになった。さらに、滑り止めシートを敷くことで、椅子から滑ってしまうことが少なくなった。そのため、骨盤を固定して背筋を伸ばしたよい姿勢を、自分で保てるようになった。

◎ ポイント

正しい姿勢を保てない児童に対して、正しい姿勢をイメージできるようイラストを掲示したり、骨盤の位置を意識させる体操を行ったり、机や椅子を調整したりすることによって、正しい姿勢を理解し、姿勢保持への意識が高まるようになる。

友達と関わるのが苦手な児童に対して、表情や身振り等による表現の
ソーシャルスキルトレーニングやエクササイズを行った事例

こんな子たちです (小学校4年生)

- ・コミュニケーションのとり方が分からず、友達とうまく関わるができない。
- ・自分の気持ちを言葉や態度でうまく伝えられず、乱暴な行動をしてしまうことがある。
- ・相手の気持ちを理解できずに自分本位で行動し、友達とトラブルになることがある。

◎ 通常の学級担任と通級指導教室担当教員の連携について

友達とうまく関わるができず、悩みを抱えている児童のため、その原因に目を向け、以下に示した内容を共通理解し、手立てを計画した。

<周りの人との関わりが上手にできない原因>

- ・自分の気持ちを言葉に表す経験が少ない。
- ・表情や身振り等による表現の表出経験が少ない。



<手立て>

手立て① SST (ソーシャルスキルトレーニング) を随時取り入れ、言語のみのコミュニケーションではなく、表情や身振り等による表現を理解する場を意識して設定する。

手立て② 学級活動の授業で、表情や身振り等による表現を活用しながら、協力する活動が主体となるエクササイズを設定し、楽しみながら友達と気持ちを通わせる経験ができるようにする。

◎ 通常の学級での取組

手立て① SST (ソーシャルスキルトレーニング) の設定

SSTを朝の会・学級活動の時間等に随時取り入れ、言語のみのコミュニケーションではなく、表情や身振り等による表現を理解できる機会を設定した。

<SSTの具体例>

- ・表情カードを見せ、その表情がどんな気持ちを表しているかを考え、気持ちを表す言葉と結びつける。
- ・同じ言葉でも言い方で意味が変わることをロールプレイをする中で実感する。



手立て② エクササイズの設定

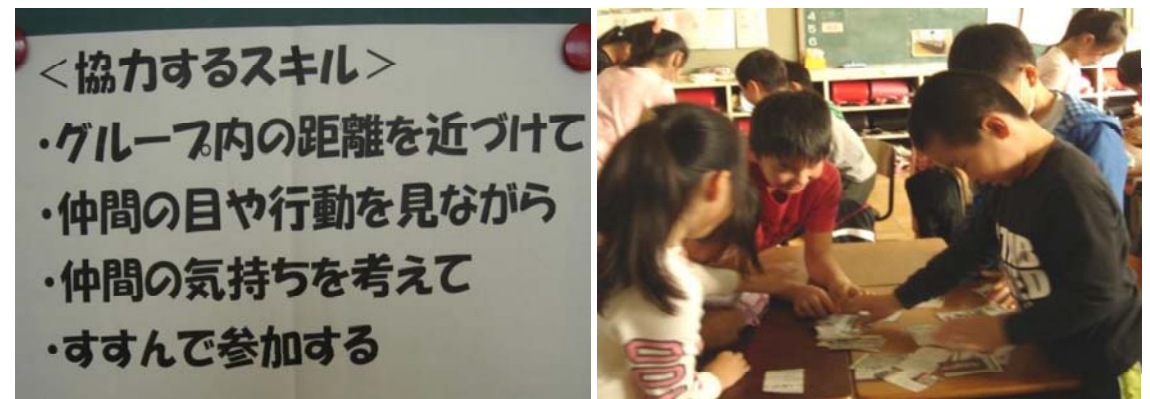
友達との協力が必要となるエクササイズを行った。協力して活動する時間を設定し、協力するとは具体的にどういう行動なのか説明した。また、その際、お互いの表情やしぐさ等にも着目できる時間を意図的に設けた。

・エクササイズの一例

<学級活動「協力する楽しさを知ろう～ぼくたち、新聞復元隊～」の実践>
表情や身振り等による表現が必要となるルール設定を行った。

○ルール

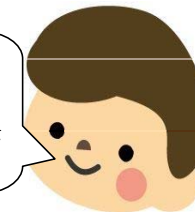
- ・4～5人のグループで協力して、バラバラに切り取られた新聞紙の復元を行う。
- ・使ってよい言葉は「ありがとう」のみ。その他は、表情やアイコンタクト、ジェスチャーで気持ちを伝える。
- ・完成させることが目的であり、速さを競うものではない。



【協力するスキルの確認 (掲示)】

【エクササイズをする児童たち】

「ありがとう」と言われたら気持ちよかった。魔法の言葉だ。



言葉を話せないのでやりにくかった。でも、友達顔を見てやったら、何とか気持ちが分かるようになって、できたのでよかった。言葉は大切だと改めて思ったよ。



◎ 成果

- ・表情や身振り等による表現を用いて活動する経験により、相手の気持ちを、表情やしぐさ等、言葉以外の表現からも理解しようとするようになった。以前は、人の顔を見ることがあまりなかった児童も、人の表情をよく見るようになった。
- ・友達と協力する活動を通して、人と心を通わせる楽しさに気付くことができた。また、人の気持ちをもっと理解しようと努力をする児童が増えた。
- ・エクササイズを設定することにより、「ありがとう」を日常で使うことが増えた。また、友達に頼みごとをするときに、「〇〇をお願いします」等、ちょっとした言葉を使ってコミュニケーションをとろうとする姿が見られた。

◎ ポイント

友達と関わるのが苦手な児童は、言葉での意思疎通だけでなく、表情や身振り等による表現での気持ちの理解をすることも苦手である場合が多い。SSTやエクササイズなどを通して、表情や身振り等による表現でコミュニケーション能力を育てることによって、友達の気持ちを理解したり、伝えたりすることに対する抵抗を少なくし、楽しく友達と関わるができるようになる。

思い通りにならないといらいらしたり、泣いたりする児童に対して、
気持ちが落ち着く方法を知らせることで感情をコントロールさせた事例

こんな子たちです (小学校4年生)

- ・自分のやり方にこだわり、周囲の状況が変化してもなかなか受け入れられず、気持ちの切り替えができない。
- ・周りの子を受け入れられず感情的になる。

◎ 通常の学級担任と通級指導教室担当教員の連携について

通級による指導では、感情のコントロールの方法をその児童に合った形で具体的に指導しているが、通常の学級に在籍する児童に対してもその方法を伝えることで、児童が自分で気持ちを落ち着かせるのにも有効であろうと考えた。また、気持ちを切り替える短い言葉の効果的な活用が感情のコントロールにつながっていくと考えて、以下の手立てを行った。



<手立て>

手立て① 学級活動において、児童が自分でいらいらを解消する感情のコントロールの方法を知る。

手立て② 気持ちを切り替える言葉を教室に提示して、常に意識できる環境を作る。

◎ 通常の学級での取組

手立て① 感情のコントロールについての学級指導

「気持ちの切り替え 四つの魔法」

「気持ちの切り替え 四つの魔法」

- ①ミラクル深呼吸 ②魔法のイメージ
- ③ミラクルカウントダウン ④不思議なじゅもん



【板書の実際】

【授業の流れ】

1. ストレスを感じる時を発表する。
2. 気持ちをどうやって切り替えるか考える。
3. 「気持ちを切り替える不思議な魔法」を知る。
①ミラクル深呼吸 ②魔法のイメージ
③ミラクルカウントダウン
4. 不思議なじゅもんについて考える。
5. ふりかえり

えっ、みんなもいらいらするの？
ぼくだけじゃなかったんだ。安心した。

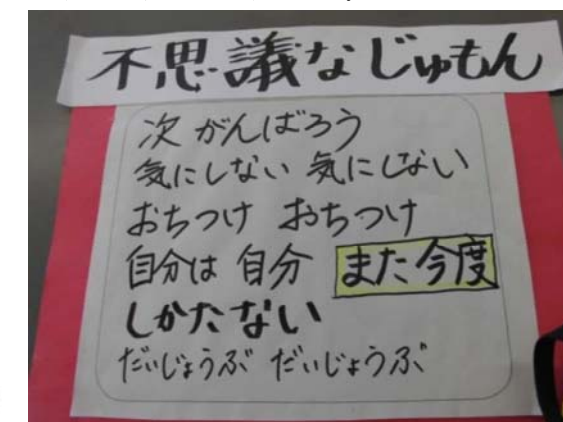


通級による指導を受けている児童は、いらいらするのが自分だけでないことに安心した。また、他の児童は、気持ちを落ち着かせるためのいろいろな方法があることを知った。どの子も「やってみよう」と前向きな気持ちになった。

手立て②「不思議なじゅもん」を常に掲示

気持ちを切り替える「不思議なじゅもん」として、話し合いの中で出てきた言葉を常に教室に掲示しておき、すぐに思い出せるようにした。

さらに、担任は、絵カードを作り、切り替えが必要な時に見せるようにした。

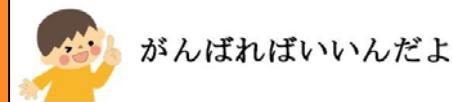


【掲示した「不思議なじゅもん」】

◎ 成果

時間がきたら

「また今度」



【提示した絵カード】

通常の学級担任が折にふれて「不思議なじゅもん」を意識づけた結果、特に落ち着かない子が、行動の切り替えの合言葉として「また今度」を使うようになった。

その結果、通級による指導を受けている児童やその他の落ち着かない児童が、いらいらしたり、泣いたりすることが減った。

◎ ポイント

気持ちの切り替えがなかなか難しい子に、自分の感情をコントロールする方法を教え、一緒に考えた言葉を常に意識させることで、自分の気持ちを切り替える手段を増やすきっかけになる。

文字を書くことが苦手な児童に対して、
ビジョントレーニングや運筆練習を行った事例

こんな子たちです (小学校4年生)

- 対象物に眼を移すのに時間がかかる。
- 筆圧が弱く、体や手先を使う作業で、力加減をコントロールすることが苦手である。
- 物にぶつかったり、行き先が分からなくなって道に迷ったりする。

◎ 通常の学級担任と通級指導教室担当教員の連携について

ノートに文字を書くとき、字形がとれなかったり、枠からはみだしたりする児童がいる。この場合、右手と左手、眼と手など、二つの動作を同時にできないのである。そういう児童に対して、通級による指導で効果をあげている以下の二つのことを手立てとして行うことにした。



<手立て>

手立て① ビジョントレーニングを毎日行い、眼をスムーズに動かすことができるようにする。

手立て② 運筆練習を行い、手首や指を柔らかく思い通りに動かせるようにする。

◎ 通常の学級での取組

手立て① ビジョントレーニング

毎日楽しくトレーニングすることが重要であるため、給食前に短時間で実施した。左右の親指を見ながら、音楽(曲の1番だけ)に合わせてリズム良く行った。



【ビジョントレーニングの様子】

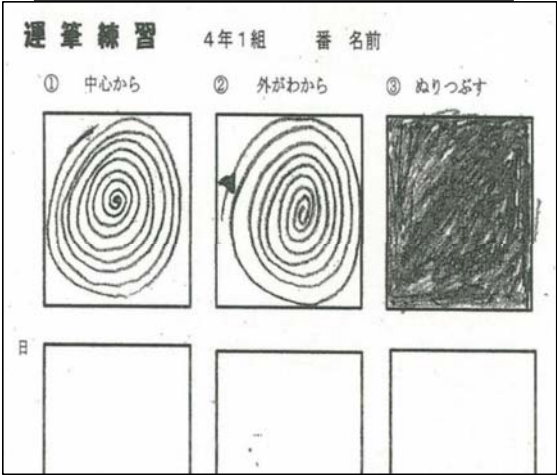
<ビジョントレーニングの内容>		
跳躍性眼球運動	左右	4回
上下		4回
斜め		4回
反対の斜め		4回
従性眼球運動	左右	8呼間
上下		8呼間
斜め		8呼間
反対の斜め		8呼間
円を描く		8呼間
反対の円を描く		8呼間
両眼のチームワーク	2回	8呼間

手立て② 運筆練習

運筆練習課題

- ① 中心から円の渦巻を描く
- ② 外側から円の渦巻きを描く
- ③ 塗りつぶす

上の3つの課題を用意し、台紙に貼り付け、上達が自分で分かるようにした。練習用紙は余分に渡し、空いた時間に取り組めるようにした。



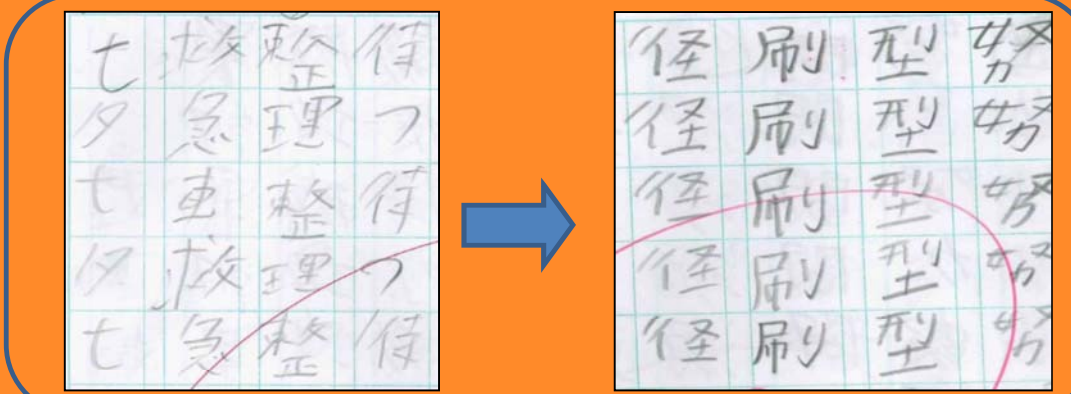
【運筆練習プリント】

◎ 成果



「枠の中にていねいに書けるようになったね」とほめられて、うれしかったよ。

運筆練習は、特に継続的な練習時間を設けなかったにも関わらず、児童は空いている時間をうまく活用し、事前に配付したプリントに自ら取り組んでいた。その結果、多くの児童に成果が見られた。筆圧が以前より強くなり、特に終筆の部分がしっかり止められることが多くなった。また、文字のバランスも整ってきた。これまで苦手と感じていた児童から、「文字がていねいになったと言われたよ。書くのが嫌じゃなくなったよ。」という言葉が聞かれた。



【運筆練習を行った児童の文字の変容】

◎ ポイント

文字を書くことが苦手な子に対しては、意図的、計画的にビジョントレーニングや運筆練習を取り入れることで、目や手の協応動作がうまくコントロールできるようになる。

話をじっくり聞けず、学習に集中できない児童に対して、
学習ルールの明確化とホワイトボードを活用した事例

こんな子たちです (小学校4年生)

- ・授業中、興味のないことには取り組まずに手遊びをしたり、立ち歩いたり、本を読んだりしていることが多い。
- ・教師や友達の話を最後まで聞けない。

◎ 通常の学級担任と通級指導教室担当教員の連携について

授業中、教師の話をお聞かせせずに手遊びをしたり、周りの子に話しかけたりして学習に集中できない児童が増えている。そこで、通級指導教室担当教員と相談し、様子を見てもらった。児童を観察し、視線が合わずどこを見ていいかわからない、聴覚的情報を正確に記憶する力が弱い。ため耳からの情報だけでは指示が入りにくいなどが原因ではないかと考えた。そこで、コミュニケーションに関する基本的な学習ルールの徹底を図るとともに、ホワイトボードを活用するなどの視覚的な支援が必要であることを共通理解し、以下の手立てを計画した。

<手立て>

手立て① 基本的な学習ルールの明確化 (コミュニケーションに関わる内容に特化)

- | | |
|------------------|--|
| <話を聞くときに気をつけること> | ・話す人に体を向ける
・話す人とアイコンタクトをする
・うなづく |
| <話すときに気をつけること> | ・聞いている人に体を向ける
・聞いている人にアイコンタクトをする
・場に応じた声の大きさ |

上記の聞くとき、話すときのルールを教室内に掲示し、指導の徹底を図る。

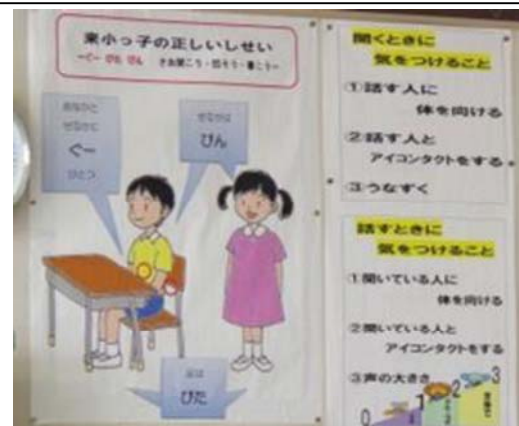
手立て② ホワイトボードの活用

友達の発表を聞くとき、どこを見てどのように聞けばよいかをはっきりさせるために、ホワイトボードを活用する。

◎ 通常の学級での取組

手立て① 聞くとき、話すときのルールの明確化

基本的な学習ルールを学級活動の時間に指導した。「正しい姿勢であいさつ」「行動の切り替えを早く」「気持ちのよい聞き方をする」「分かりやすく話をする」等、特に「話を聞くときに気をつけること」「話すときに気をつけること」を教室の前面に掲示していつでも見られるようにして、授業の前などに確認した。



【ルールの掲示】

コミュニケーションの基本である「聞くとき、話すときのルール」を明確化し、児童に分かりやすく示した。発表を聞くときには、相手を意識させるために「体を向ける・アイコンタクト・うなづく」の3つのポイントについて、その都度、前面掲示を見るように声かけをして指導した。発表するときには、事前に「話を聞くときに気をつけること」と「話すときに気をつけること」を伝えて意識させた。じっくりと話を聞いたり意見を進んで表現できたりしたときは、具体的に何がよかったのかを伝え、その場で称賛した。

手立て② ホワイトボードの活用

聴覚的情報を記憶する力が弱い子どもたちにとっては、視覚的な支援が効果的である。そのため、ホワイトボードを活用して考えをまとめたり、発表をさせたりした。

学習に集中できない子どもにとって、どこを見て発表を聞けばよいかを明確にし、興味深く聞くことができるように、ホワイトボードの絵や図に着目させるよう声をかけた。



【ホワイトボードに絵や図でまとめる様子】



【ホワイトボードに注目して話を聞いている様子】

◎ 成果

- ・聞くとき、話すときのルールを明確化することで、集中して話を聞くことができる児童が増えた。また、学習に集中できなかった児童が、授業中に「相手を見る」「視線を合わせる」といった姿を見せるようになり、友達の意見に関心を示すようになってきた。
- ・ホワイトボードを活用して発表することで、どこを見て発表を聞けばよいか分かり、相手を意識して話を聞くことができるようになってきた。

◎ ポイント

話をじっくり聞けない児童に対して、聞くとき、話すときのルールを明確化し、教室の前面に掲示して意識させることで、相手に対して体を向け、アイコンタクトできるようになる。また、言葉だけでなく、ホワイトボードを活用し、視覚情報を加えることで、友達の発表に対して、意識を向けて話を聞くことができるようになる。

見通しの立たない活動が苦手な児童に対して、 授業の流れをパターン化した事例

こんな子たちです (小学校3年生)

- ・イメージすることが苦手なため、見通しの立たないときは何をしようか分からなくなる。
- ・落ち着いて物事を考えることが苦手である。

◎ 通常の学級担任と通級指導教室担当教員の連携について

ルールが理解できなかつたり活動に見通しがもてなかつたりすることで、授業に集中して取り組めない児童に対し、授業の流れや板書をパターン化することで、授業に見通しをもち、安心して取り組むことができるようになってきた。さらに、全員が参加できる場面を設定し、全員の前でできるようになったことを称賛することにより、自信をもって授業に取り組むことができると考え、以下の手立てを計画的に行った。



<手立て>

手立て① 授業の流れのパターン化

- 「ふりかえる」「めあて」「つかむ」「確かめる」「まとめる」
- 全員が活躍できる場を設定し、認める機会を増やす

手立て② 板書のパターン化

- 授業の流れを示す

◎ 通常の学級での取組

手立て① 授業の流れのパターン化

例えば、算数の授業では、「ふりかえる」「めあて」「つかむ」「確かめる」「まとめる」というように1時間の授業の流れをパターン化した(右図参照)。

さらに、導入の「ふりかえる」場面において、前時の学習内容に関する問題を扱い、誰もが活躍できる場を設定した。一つ一つの場面で、児童のがんばりに目を向け、褒める機会を増やすようにした。

ふりかえる
前時の「まとめる」場面をノートで確認しながら、学習内容をふりかえる。

めあて
授業のねらいに即したゴール設定をする。

つかむ
「めあて」をつかむための説明を聴く。

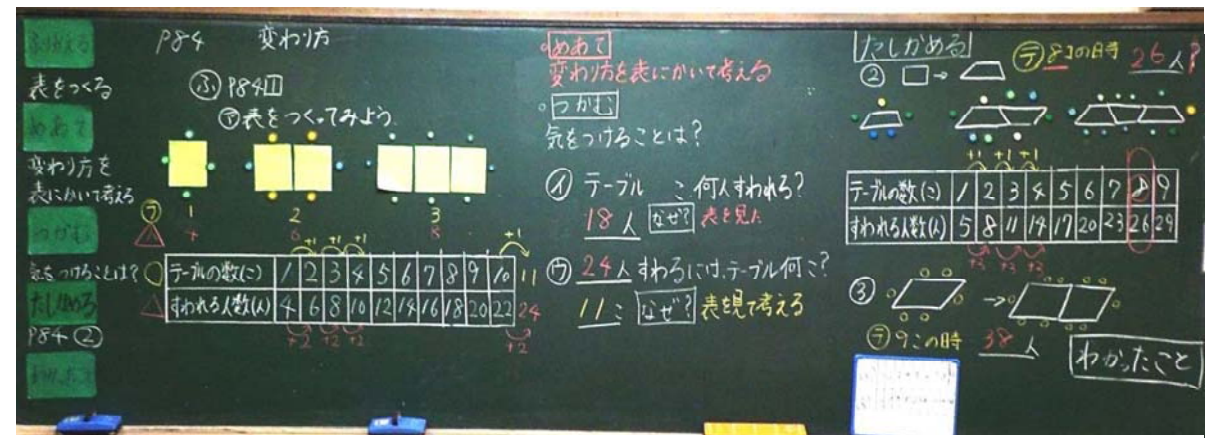
確かめる
「つかむ」の内容が分かったか、確かめるための問題を解く。

まとめる
学習を通して分かったこと、できたこと、分からなかったことを自分の言葉で書く。

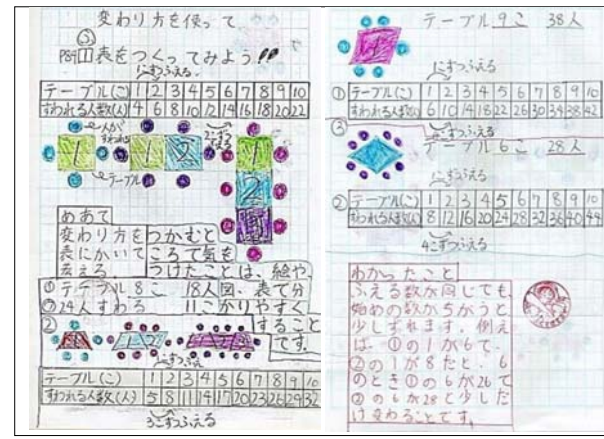
【授業の流れのパターン化(一例)】

手立て② 板書のパターン化

授業の流れをいつでも確認できるように、黒板の左端に一時間の流れを書くこととした。そして、黒板にその流れに合わせて黒板に「つかむ」等を書き、今、何を学習しているのか分かるようにした。また、ノートの書き方を板書に合わせて統一し、ノートのどこに記入するかが分かるような見本を作成した。



【パターン化された板書】



【児童のノートの実際】



そうか、前の時間に学習したように表を描いて考えよう。

今日の「つかむ」はこれね。今日は、どんなことを学習するんだろう。

◎ 成果

- ・授業の流れをパターン化し、板書に視覚的に示したことで、授業に集中できるようになった。また、「ふりかえる」場面を中心に挙手して発言する機会が増え、教師が、発言内容を認めることで学習意欲を高めることができた。
- ・板書をパターン化したことで、一時間の授業の流れが確認でき、見通しがもてるようになった。また、短い時間で、一つ一つの場面で分かったことなどを書くことができた。

◎ ポイント

見通しが立たない活動が苦手な児童に対しては、見通しをもたせることができる授業づくりの一つの手段として、授業の流れや板書をパターン化することによって、学習に参加できる場面が増え、意欲的に授業に取り組む姿につなげることができるようになる。

職場体験学習で対人関係に不安を抱いている生徒について、
実態把握を行い、不安解消に向けて取り組んだ事例

こんな子たちです (中学校2年生)

- ・人と関わることが苦手なため、職場の方とコミュニケーションがうまくとれない。
- ・失敗をしたとき、自分の気持ちをうまく表現できない。

◎ 通常の学級担任、教科担任、学年担当と通級指導教室担当教員の連携について

通級による指導を受けている生徒の多くは、初めてのことに不安を抱き、前向きに取り組むことが難しい場合が多い。事前に説明し、できる限り不安を取り除けるように、市内全中学校2年生に実施した職場体験学習事前アンケートの結果を通級による指導だけでなく、通常の学級での指導にも活用した。

手立て① 職場体験学習事前アンケートを実施し、生徒の不安に基づく活動に取り組む。

学年会に参加し、多くの生徒が不安を抱いている実態を知り、通級指導教室担当教員からのアドバイスを踏まえ、全体への支援と個別の支援を検討する。

職場体験学習 事前アンケート 中学校2年 組 番 ()

いよいよ、職場体験学習の事業所が決まり、各自の活動が始まります。初めての体験なので期待と不安が入り混じっているのではないのでしょうか。

皆さんの職場体験学習に対する期待と不安について知りたいので、簡単なアンケートに答えてください。

1 職場体験学習は楽しみですか。

(◎: 大変楽しみ、○: 楽しみ、△: あまり楽しみではなく、不安が多い)

記号 (◎○△)	具体的に楽しみなこと (楽しみな順に書いてください。いくつでもいいです。)
	◎、○の人は書いてください。

2 職場体験学習で不安なことはありますか。(◎: たくさんある、○: 少しある、△: 全くない)

記号 (◎○△)	具体的に不安なこと (不安な順に書いてください。)
	△以外の人は具体的な不安を書いてください。
	1 2

<アンケート結果>

1	接客や会話ができるか	48%
2	失敗をしないか	28%
3	迷惑をかけないか	18%
4	自分にできるのか	14%

【職場体験で不安なこと】

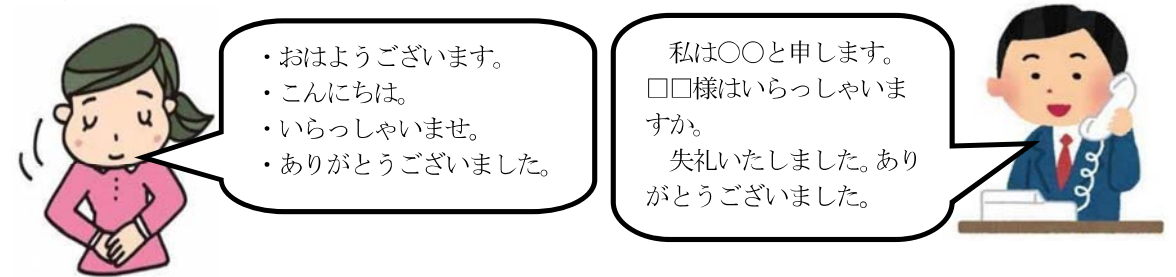
- ・多くの生徒が不安を抱いていることが分かった。
- ・対人関係のスキルや失敗した場合の対応の仕方について、事前に学んでおくことは必要であり、有効であると考えた。

手立て② 具体的な不安に対して、様々な立場の教員から学ぶ場を設定する。



◎ 取組の実際

① 学年全体での支援



【マナー講座でお辞儀の仕方や電話のかけ方を学び、事前訪問や事前連絡に生かす】

② 教科担当 (国語) からの支援



【国語の授業で、敬語の使い方を学び、職場の方やお客さんへの対応に生かす】

③ 個別の支援



【あいさつの仕方や失敗したときの謝り方を練習する】

◎ 成果

- ・事前のアンケート調査では、どの生徒も様々な不安を抱くことが分かり、実態に応じた指導・支援をすることができた。
- ・学年全体や各教科での授業で支援をしたことで、対人関係の不安の解消につながった。個別の不安の解消に対しては、練習や声かけを個別に対応することで、自信をもって職場体験活動を行うことができた。

◎ ポイント

対人関係に不安を抱いている生徒が初めての行事や活動に取り組む場合、事前に不安なことを確認し、個別に具体的な練習をすることで、安心して行事や活動に取り組むことができるようになる。