

1月号

杉並区立高井戸第四小学校
特別支援教室拠点校

たかし教室直通 03-5336-9522

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

今年は午年です。午年は馬の俊敏さや力強さから、午年は物事が勢いよく進み大きな飛躍のチャンスが訪れる年とも言われています。子供たちはもちろん、私たち大人もそれぞれの目標や新しいことに向かって挑戦するエネルギー溢れる年にしたいものです。

さて、3学期は1年間のまとめであり、一人一人の大きな成長が見られる時期です。3学期になると、子供たちは次の学年を意識し始め、6年生は中学校進学を強く意識します。次のステージに向かって子供たちは、新しいことに挑戦する気持ちと、予測のつかない不安な気持ちとで揺れ動くことがあるでしょう。特別支援教室でも、安心して次のステージに進めるように支援、指導をしていきたいと考えています。



3学期の予定

・3学期指導開始日

月曜日グループ…1月9日(金) 火曜日グループ…1月13日(火) 水曜日グループ…1月14日(水)

木曜日グループ…1月15日(木) 金曜日グループ…1月16日(金)

※1月9日は金曜日ですが、指導日数確保のため月曜日グループの指導をします。

・3月6日(金)～18日(水)…3学期指導終了(各校の該当する曜日)

・3月12日(木)～24日(火)の指導がない日 … 保護者個人面談

※2月頃に「個人面談日時希望調査」を配布し、3月の個人面談日時の希望を伺います。

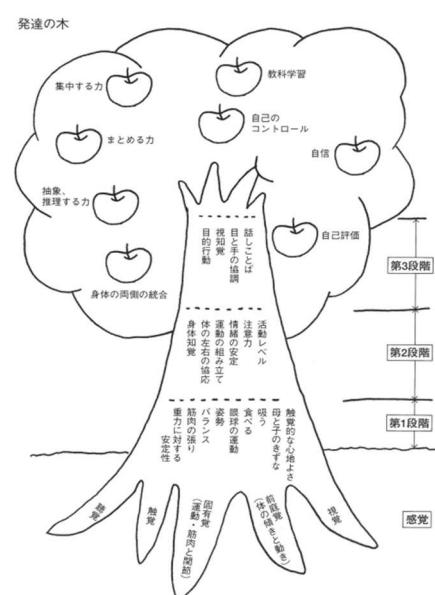
感覚の過敏・鈍感さと感覚統合運動

◆感覚と学校生活

人によって得意なことや苦手なことはさまざまです。もちろん感じ方も人によって異なります。

周りに大きな音やざわざわした環境が苦手な人、においや日光の明るさに対して非常に敏感な人はいませんか？

教室をのぞいてみると、体をずっと揺らしている児童や手遊びをずっとしている児童、椅子の背もたれに体重をかけて椅子の脚の前2本を



(出典:「たのしくあそんで感覚統合 手づくりのあそび 100 佐藤和美 かもがわ出版 2008」)

浮かしてユラユラとしているなど落ち着かない様子の児童を見かけることがあります。また、友達や机などによくぶつかってしまう児童や名前を呼ばれても反応に時間がかかったり気付かなかったりする児童もいます。

これらの行動をする背景には、感覚の過敏・鈍感さ、感覚発達の未熟さなどが想定されます。図のように感覚は、生活を送る土台となるものです。これらの発達の上に、運動や学習、コミュニケーションが成り立つと考えられています。

◆感覚統合運動

人間はさまざまな刺激を受けており、それらを脳内で整理・処理して生活しています。一般的に感覚というと五感を思い浮かべますが、それ以外にも固有覚（筋肉や関節などにあり、手足の位置や体の動きを知る感覚）や前庭覚（体の傾きや動き、運動の速さを感じ取る感覚、バランス感覚）といった感覚を使って生活をしています。これらが未熟だと、動作がぎこちなかったり、人や物によくぶつかったり、姿勢の保持が難しかったりします。

そこで感覚統合運動として特別支援教室では、トランポリンやバランスボールなどを使う活動をすることがあります。

◆感覚刺激への慣れ・対策

感じ方の違いは、発達の特性に由来するケースもあります。そのため、学習や訓練などだけでは克服が難しい場合があります。そういう際に必要なことは、苦手な刺激に対して自分なりの対処法をもっていることです。例えば大きな音が苦手であればイヤーマフを使ったり、におい刺激に敏感な場合はマスクを着用したりして刺激の軽減を図るなどがあります。だからこそ自己理解を深めることは非常に重要です。じっとしていることが苦手な場合は10分おきに一度立ち上がるなどして、ストレスをためすぎないことも方法の一つです。

1月の小集団活動の学習内容

「〇〇ゲーム～あなたならどうする？～」

- ・自分の特徴を考えたり、他者から自分がどのように見られているか 관심をもったりして、自己理解を深める。
- ・自分との共通点、相違点を理解し、他者理解を促す。
- ・友達とのルールのある関わりを楽しむ。

「お宝輸送ゲーム」～はなしあいのしかた～

- ・指先まで意識する。
- ・友だちと上手に作戦を立てる。
- ・友だちの意見を受け入れ、自分の考えを上手に伝える。

「8つのとびら」

- ・得られた情報を整理して、答えを推理していく。
- ・自分の考えを伝え、相手の意見を受け入れる。
- ・見通しをもち、ルールを守って活動に取り組む。

