

キラリ通信



令和4年12月16日発行
立川市立第七小学校
拠点校七小キラリ教室

2学期の指導も無事に終了となりました。今学期は行事のある学校もあり、慌ただしい時期もありましたが、日々、成長していく子どもたちの姿が色々な場面で見られ、担当一同嬉しく思います。

本日より始まる保護者面談では、お子様の成長や今後の指導について、保護者の方と共通認識を図る機会になればと考えています。

本年も指導へのご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。引き続き来年もよろしくお願いします。

【3学期の予定】

- ◎指導開始 1月12日(木)～ ※曜日ごと順次
- ◎指導終了 3月7日(火)～13日(火) ※曜日ごと順次
- ◎保護者面談 3月14日(火)～
- ◎合同保護者学習会 3月17日(金) 14:00～(七小)

※指導日など変更等の場合があるので、連絡帳を毎回ご確認ください。



〈参考文献〉かもがわ出版

「体験しながら育もう 実行機能カステップアップワークシート 自立に向けてのアイテム10」

編著 ©NPO フトゥーロ LD 発達相談センターかながわ

【キラリ 学習紹介～実行機能力～】

予定変更が苦手な児童や、分からないものに対する不安が強く、取り組むことが苦手な児童などに、以下のようなワークシートを用いたり、想像する力を高めるトレーニングをしたりしています。自分に合った実行機能の発揮方法を見つけることで、より学びやすく、また生活しやすくなります。生きる力、自立に必要な力を身に付けられるよう、取り組んでいます。

5-1 自分のレベルを知ろう

自分のことを一番知っているのは自分！と言いますが、はたしてそうでしょうか？
ここでは自分の力を予想する練習をします。

- 1) 下に書かれていることを、どのくらいできるか予想を立ててみましょう。
- 2) 実際にやってみて、結果を記録しましょう。

チャレンジ課題	チャレンジ日	予想	結果
①片足(右)で、できるだけ長く立ってください。 (肘やストップウォッチを動かさず)			
②片足(左)で、できるだけ長く立ってください。 (肘やストップウォッチを動かさず)			
③3分間で、できるだけたくさん書いてください。			
④1分間に、できるだけたくさん書いてください。			
⑤1分間、1人しりとりをしてください。「しりとり」から始めましょう。			
⑥1分間で、できるだけたくさん書いてください。			
⑦1分間で、できるだけたくさん書いてください。			

6 予定変更の繰り返しえ方

6月は梅雨の時期です。じめじめとした湿度が苦手な人は多いでしょう。乾燥しているよりは過ごしやすい、という人もいるかもしれません。人それぞれです。

今月は思い通りにいかないなら、「自分の見方を変えてみよう」「リフレーミング」と言います。つまり出来事の枠組み：フレームを変えて考えようということです。」「や予想が外れてイライラしなくてもできるように「なんでも想定内にしてしまおう」に挑戦してみましょう。

〈使うアイテム〉
①家族に考えを伝える
②家族に考えを伝える
③家族に考えを伝える
④家族に考えを伝える

11 気が向かないことでもやろう

日々の生活の中には、できればやりたくないけれど、やらなくてはならないこともあります。それらにどう向き合って、行動を開始するかについて考えてみましょう。

〈使うアイテム〉
①気が向かないことでもやろう
②気が向かないことでもやろう
③気が向かないことでもやろう
④気が向かないことでもやろう

【ステップ1】学習
日々の勉強や活動に対して、気が向かない人も多くいます。そんな自分の気持ちに気づき、整理しながら、少しでも前向きにとり組めるようになります。

- 1) 気持ちが向かない教科名を書き、その理由を下の気が向かない理由の一覧表の中から選びましょう。そして解決策を考えてみましょう。解決策が思い浮かばない場合は、3章のワーク53、54を参考にしてみてください。

①定期試験に向けて、気が向かない教科1

教科名 (英語、国語、数学など)	気が向かない理由	どうしたらできそうかな？ (自分なりに考えてみよう)
番号		
番号		

②定期試験に向けて、気が向かない教科2

教科名	気が向かない理由	どうしたらできそうかな？

12 買い物も作戦が勝負！ その2

スーパーでの買い物を簡単に済ませたあなた。会計をすませ、これから、もらったレジ袋に買ったものを詰めます。たくさんものを買ったので、うまく詰めないといけません。入れる順番を考え、袋の中の配置図を書いてみよう。

入れる順番

入れる順番
バナナアイス2こ
マーガリン1箱
ひき肉1パック
ツナの缶詰3こ
トマト3こ
食パン1きん

入れる順番