

おひさま

沼津市立第四小学校
通級指導教室「おひさま」
TEL 931-0354
FAX 931-0367
令和7年6月30日
令和7年度 No.3



夏を楽しもう



早いもので、もう7月です。おひさまでも、汗をかきながら一生懸命に取り組む子供たちの姿が見られます。

1学期のまとめが終わると、子供たちが楽しみにしている夏休みです。楽しいイベントだけでなく、やらなければならない宿題などもあるでしょう。計画を立てて、見通しがもてると過ごしやすくなります。親子で相談して計画を立てることが大切です。計画を立てたら、目に見える評価でやる気を引き出しましょう。その日の目標を達成できたら、カレンダーや計画表に○を付けたり、シールを貼ったりすると達成感が得られます。「がんばっているね。」「できたね。」など、努力の過程を認められることで、子供達のやる気が続きます。長いようで短い夏休みです。楽しく過ごしてください。

7～8月の予定

- 7月11日(金) 1学期おひさま指導終了
23日(水) 1学期終業式
24日(木) 夏休み開始 ～8月27日(水)まで
8月28日(木) 2学期始業式
9月 8日(月) 2学期おひさま指導開始



第1回「ぼれぼれ」

5月28日(水) 大岡小学校おひさま教室にて、今年度最初の合同保護者懇談会「ぼれぼれ」が行われました。15名の参加希望があり、今回は、お茶を飲みながら小グループでお話をする時間を取りました。共感できる場となり「楽しかったです。」という保護者の声もいただきました。また、今回は沼津市青少年教育センターの橋本佳奈先生にもお越しいただきました。センターが新たに「わくわくルーム」を開設することでさらに保護者や子どもたちに寄り添う体制ができたことも話していただきました。まだまだ、お話が尽きないくらい有意義な時間になりました。

参加していただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

次回の合同保護者懇談会「ぼれぼれ」は、
10月10日(金)
原小学校にて
「我が子の成長と気になること」
をテーマに行う予定です。
詳細は、2学期に改めて
お知らせします。
次回も皆様の御参加を
お待ちしております。



在籍校訪問してきました

6月2日からおひさま通級児童の在籍校訪問を行いました。おひさまでは落ち着いて活動できていても、学校では、集団生活の中で様々な課題がある事が分かり、指導の参考になりました。そんな中、先生方がその児童に合った指導の工夫や配慮をして、児童が安心して学校生活を楽しめるように取り組んでいる様子が見られました。おひさまでも、集団生活に適応できるような指導を工夫していきたいと改めて思いました。今後ともよろしくお願いします。

★在籍校訪問で見つけた指導の工夫★

- ・書くことが苦手な児童に …書込み式のワークシート（解く問題は同じ）を準備する。
- ・読むことが苦手な児童に …教科書とデジジー教科書を自由に選択できるようにする。
- ・一斉指示が入りにくい児童に …一斉指示をして全体が活動に取り組み始めた瞬間、支援の必要な子に個別支援をする。
- ・信頼関係づくり …目線を合わせて話す。穏やかな口調で話す。話を丁寧に聞く。

「レジリエンス」について

「レジリエンス」とは困難なときや、試練、逆境に耐える力を意味します。「レジリエンス」を高めることで、つらいことや困難なことにあっても、それを乗り越えていく力がついていきます。「レジリエンス」を高めるスキルを身につけることは、幸せな人生を送ることにつながっていきます。ワークを一つ紹介します。

ワーク1〈恐れ「もし…」を「だいじょうぶ」で答える〉

$$\text{不安感} = \frac{\text{危険(分子)}}{\text{対処(分母)}}$$

「危険だ」という感覚(分子)が大きくなればなるほど不安感が高くなってきます。また、「対処」できるという感覚(分母)がとても小さい場合でも、不安感がとても高くなります。したがって、分子を小さくして分母を大きくするように取り組まなくてはなりません。

【例】

困難な状況に対処する能力アップに役立つことは
「恐怖を追いかける」方法です。

もし… 学校のクラブ活動に入れなかったら

こうすればだいじょうぶ 地域のほかのクラブに入って新しい友達を作ればいい

もし… すごく下手でみんなに笑われたり、からかわれたりしたら？

こうすればだいじょうぶ みんなと一緒に笑ってこう言えば良い「まだうまくないけど、楽しいな！一人で練習するより楽しいし、新しいことを覚えられるんだ！」

自分には対処の方法と解決法がある。〇〇から苦難を切り抜ける手助けを得られると脳に気付かせることができます。



身近に助けてくれたりアイデアをくれたり支えてくれたりする大人がいることが大切です。「レジリエンス」を高め、困難に立ち向かえる強い心を育てましょう。

参考文献 「10代のためのレジリエンストレーニング」シェリル・ブラッドジャー著