

石神井中学校 保護者様

MY STEP^P UP ROOM

マイ ステップアップ ルーム

マイステップアップルームって
どんなところ？

石神井中学校 マイステップアップルーム

目次

1. マイステップアップルームとは？ p. 2

2. マイステップアップルームでできるサポート p. 3

3. 指導の実例集

p. 4 指導例① 漢字が覚えられない A さん

p. 5 指導例② 友だちとのトラブルが多い B さん

p. 6 指導例③ 読み書きが苦手な C さん

p. 7 指導例④ 教室で表情が暗かった D さん

p. 8 指導例⑤ 自己肯定感が低い E さん

p. 9 指導例⑥ 自分の考えをうまく伝えられない F さん

1. マイステップアップルームとは？

学校生活の中で困りごとや悩みごとを抱えている生徒をサポートする場所です。

例えば、お子様にこんなご様子はありませんか？

- 忘れ物が多い
- 聞いたことをすぐに忘れてしまう
- 提出課題を期限内に終わらせることが難しい
- 集団で活動する時に先生の指示どおりに動くことが難しい
- 感情のコントロールが苦手
- 友だちとのトラブルが多い
- 集団が苦手でクラスに入りづらい
- 後片付けが苦手
- 授業中にじっと座ってられない
- 次から次へとやりたいことが出てきて收拾がつかなくなる
- 一つのことにとこだわると他のことが全く見えなくなってしまう
- 漢字や英単語が覚えられない
- 作文が苦手で書き上げることが難しい
- 常に不安を抱えていて落ち込んでいることが多い

など……

2. マイステップアップルームでできるサポート

① 週1回1～2時間の個別、または小集団の指導

在籍学級の時間割と照らし合わせながら通室する時間を決め、個別、または小集団の指導を行います。

<指導内容の例>

- ・ カウンセリングマインドをもって対話をすることで、学校、学習、クラス、友人、大人に対する不信感や不安感を少なくします。
- ・ 本人の長所や好きなことを指導内容に取り入れることで、自己肯定感を高めます。
- ・ 自己理解を深めるワークシートを活用しながら対話を重ねることで、自分の特性を前向きに理解し、対処できるようにします。
- ・ 持ち物や提出物、時間などの管理の仕方について、個々の生徒の特性を踏まえてアドバイスをします。
- ・ 他者とのコミュニケーションのとり方やTPOに応じた行動を、対話やワークシート、教員や他の生徒とのロールプレイを通して教えています。
- ・ 本人の特性に合った独自の学習法を身に付けさせています。

など……

※詳しくは4ページ～指導の実例集をご覧ください

② 在籍学級の担任との支援の連携

生徒と保護者から困りごとや悩み事を聞き取った後、在籍学級の担任と連携型個別指導計画をつくります。これにより、個人の特性に応じたきめ細やかな支援を、在籍学級とマイステップアップルームの両方で行うことができます。

3. 指導の実例集

指導例① 漢字が覚えられない A さん



小学校のころから漢字を覚えるのが苦手でした。何回漢字練習しても全く覚えられません。みんなにとって簡単な漢字も書けない自分が嫌になります。

check “聴覚法”による指導

小学校のころから漢字を覚えるのが苦手である場合、漢字の見え方が他の人と違う可能性があります。その場合、漢字練習を何度もするよりも**漢字の成り立ちを文にして覚える方法（聴覚法）**の方が覚えやすいかもしれません。

例えば、“保”という漢字を覚える時に、「**イ**口**ん**な**木**を**保**護しよう（太字の部分を組み合わせると“保”になります）」というように、語呂合わせを使って覚えます。中学校の漢字も、小学校で習った漢字が組み合わさってできているものがほとんどです。そのため、まずは小学校で習う漢字を語呂合わせで復習させています。

168 保 月 日 名まえ

漢字九九

保 イ
保 口んな
保 木を
保 保護しよう

読んでみよう

- ① 保育所で保育士さんから話を聞く。
- ② ジャーに保温されたご飯をよそう。
- ③ 保健室から保護者への知らせが配られる。
- ④ 席を確保できるかは保証できない。
- ⑤ 努力して得た地位を保つ。

書いてみよう

参考教材：特別支援の漢字教材
唱えて覚える 漢字九九シート(学研)

<担当教員より>

最初にチェックテストを行い、間違えた漢字を聴覚法で教えています。一週間後に再テストを行うと満点になることが多く、ただ何回も書いて練習するよりも定着が図れるようです。



指導例② 友だちとのトラブルが多い B さん



クラスメイトが僕の予想外のことばかりするのでイライラします。最近も隣の席の子に話しかけたら無視されたので思わずつかみかかってしまいました。先生にも怒られて最悪な気分です。

check 認知を変えるトレーニング

人間の感情は、出来事をどのようにとらえるかという認知によって変わります。B さんの友だちも、意図的に無視したのではなく、話しかけられたことに気付かなかっただけかもしれない、このように認知ができれば不必要にストレスを溜めずに済むはずです。マイステップアップルームでは、ワークシートを使ったり、実際に起こった出来事を本人が落ち着いた状態になってから振り返ったりしながら、さまざまな認知ができるようなトレーニングをしています。このトレーニングは、友だちとのトラブルが多い生徒だけでなく、何事も後ろ向きに考えて落ち込みやすい生徒にも効果的です。

エクササイズ9-1

実施日： 月 日 () 年 組 番 氏名

認知 4 いろいろな考え方をしてみよう！ (2)

●ここまでのおさらい
 ここまでの認知の学習で、私たちの感情を引き起こすのは、出来事そのものではなく、**出来事に対する認知のしかた** なのだということを学習してきました。すぐにごうだと決めつけるのではなく、いろいろな考え方ができると、必要以上に苦しくなったりせずに、ものごとをありのままに受け止めて、行動していくことができます。でも……

その考え方はわかったけど、でも、認知を変えるのって難しい！

いろいろな認知って、どうすればできるの？

という意見も、もっともです。

●認知を広げるヒント
 そこで、今回は、今までの学習をふまえて、**認知を広げるヒント**を、いろいろな形で考えていくことにします。今回は、いろいろな人の意見を聞くことで、見方が広がり、いろいろな認知をするヒントになることを体験していきましょう。

ワーク1) 違う認知をしてみよう

■エピソード
 ある晩、はなごさんは同じ部活で過ごしている男子の先輩に携帯メールを送りました。しかし、30分待っても1時間待っても、先輩からメールの返信がありません。はなごさんは、「私は嫌われているのかも知れない」と思い、悲しくなっていました。

上のエピソードで、
 ① はなごさんの **認知 (B 1)** と、**感情 (C 1)** を書いてみよう。
 ② 違う **認知 (B 2)** をしたら、どんな **感情 (C 2)** になるかを考えて書いてみよう。

A (出来事) メール返信がない	B1 (認知) []	C1 (感情) []
	→	
	B1 (別の認知) []	C1 (別の感情) []

先輩から返信がないのは、どんな理由があるかな？

参考教材：人間関係スキルアップワークシート (学事出版)

<担当教員より>

指導の記録を担当の先生と共有しながら、マイステップアップルームで行ったトレーニングを在籍学級で実践する機会や環境をつくってもらっています。



指導例③ 読み書きが苦手なCさん

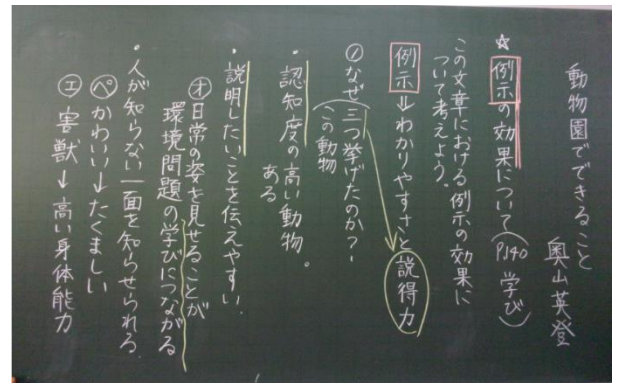


私は読み書きが苦手です。教科書を読んだり板書を写したりするのが遅く、授業についていけません。文字を見るのも嫌になって机に突っ伏してしまうこともあります。

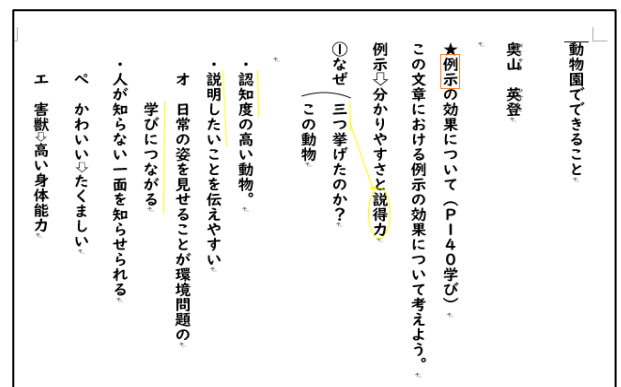
板書をタブレットPCで写す練習

読み書きが苦手な生徒は、文字を認識し、正しく書き写すまでに他の生徒よりも時間がかかります。「ゆっくり丁寧に書けば書ける」と言われることもよくありますが、他の生徒の数倍の集中力をもって何時間も板書を写すことは容易ではありません。そこで、国語の先生と協力して以下のような支援を行いました。

国語の板書



生徒が作成したもの



支援の内容

- ① 国語の授業の板書を特別支援教室の専門員がカメラで撮影する。
- ② 写真をプリントアウトしてパソコンのワードソフトを使って入力する。
- ③ 完成したものを生徒本人から授業担当の先生に提出する。
- ④ 授業担当の先生がコメントをして確認印を押す。

<担当教員より>

私はこの生徒の口から「勉強したくてもできない」という言葉を何度も聞きました。しかし、今回の支援で「勉強が楽しくなった」と笑顔で話してくれました。



指導例④ 教室で表情が暗かった D さん



先生 「先週、何か困ったことはありましたか？」
 生徒 D 「先週の火曜日に提出物を出し忘れてしまって……」
 先生 「それで火曜日の『心』の自己評価が2になっているのね」



1週間の様子を振り返る時間

毎時間、授業の始めの10分程度の対話の時間の中で、1週間の様子を聞き取ります。1週間を振り返り、自分の心や体の調子、言動などについて自己評価（1：全然だめ、2：いまいち、3：まあまあ、4：ばっちりの4段階）することで、自分自身の良いところや課題と向き合えるようにします。また、日記を書くことが苦手な生徒にとって自己評価を数値化することは、文章で書くよりも取り組みやすいようです。聞き取りの最後には、来週から特に意識してがんばりたいこと、どうやってがんばるかの欄で具体的に振り返るようにながします。

21 1週間の振り返り 月 日 ()

※1週間自分の自分を振り返って、下の項目に4段階で評価をつけよう。

	1…全然だめ	2…いまいち	3…まあまあ	4…ばっちり
●心—気持ち				
●体—元気				
●コミュニケーション— 友達と話せて楽しかった				
●勉強—よくできて、よく書けた！				
●行動—毎日定時に起きて勉強				

※来週から特に意識してがんばりたいことは？ ○をつけてみよう。

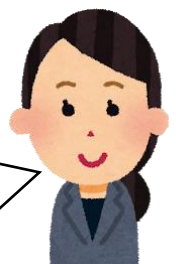
心 体 コミュニケーション 生活 行動

※ どうやってがんばる？

参考教材：SST ワークシート 思春期編
 (かがわ出版)

<担当教員より>

1週間の聞き取りを行うことで、生徒本人から楽しかったことや困っていることなど、本人の言葉で聞くことができます。また、今必要な指導が何かを再確認できる機会になっています。



指導例⑤ 自己肯定感が低い E さん



私は勉強が苦手です。運動もあまり得意ではありません。学校で授業を受けてても「私に得意なことなんてあるのかなあ。将来どうなっちゃうんだろう」と落ち込んでばかりいます。



作業的な学習を通して自信をはぐくむ

取り組む題材については、**興味・関心のあることや得意なことを中心に、自己決定**をさせています。授業の導入では、本時の達成目標や制作手順、終了時間などを確認し、見通しをもって安心して取り組めるよう配慮しています。

また、制作の過程や作品の肯定的な評価を通し、自分の作品に自信をもてるよう励ましています。**作品の完成は、達成感の獲得や自己肯定感の向上につながっています。**



勾玉



寄木細工

教材例

寄木細工・勾玉制作・描画・刺し子
スウェーデン刺繍・アイロンビーズ
プラ板制作 など

作業的学習の効果

指示や手順を理解する力

集中力の獲得

手指の巧緻性の向上

ものづくりの楽しさの獲得

達成感や自己肯定感の獲得

<担当教員より>

小集団で作業的な学習を行う際は、同じ場所で活動を行ったり、作品鑑賞をし合ったりすることを通し、協調性や他者理解などのコミュニケーションスキルを身に付けることもできます。



指導例⑥ 自分の考えをうまく伝えられないFさん

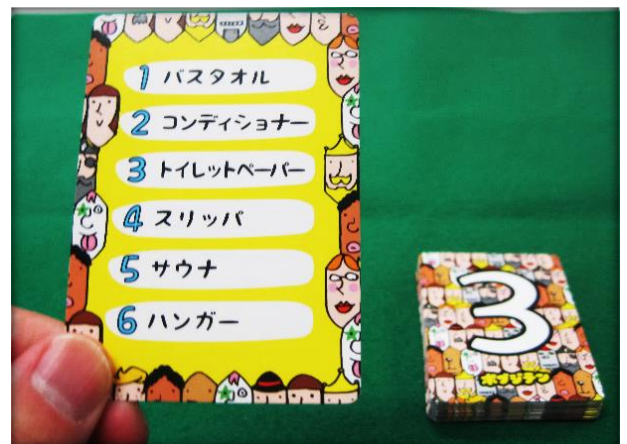


先生に質問されたときに、何と言ったらいいかわからず困っています。黙ったまましていると先生に怒られる羽目になってしまうこともあります。授業で自分の考えを書いたり発表したりするのも苦手です。



楽しくことばを話すトレーニング

“ことばでうまく自分の考えや状況を伝えられない”といった困り感のある生徒と一緒にしている活動です。写真の“ボブジテン”は、カードに書かれた“カタカナ語”をひらがなだけで説明し合うカードゲーム教材です。



参考教材:ボブジテン

このカードゲームの目的は

1. 楽しく会話を行うことによりコミュニケーションの楽しさを味わってもらうこと
2. 相手にわかりやすく伝えるために言葉の選択や説明の手順などを練習すること の二点です。

ことばの理解や説明が苦手な生徒でも、教員とペアでヒントをもらったり、電子辞書などでことばの意味を調べたりしながら活動しています。話すことに対して劣等感をもたないように配慮しています。

<担当教員より>



マイステップアップルームではさまざまな教材を用意し、話すことや聴くことの練習を行っています。楽しく前向きに活動できることと生徒が達成感を味わえることを目的としています。

特別支援教室
マイステップアップルーム
拠点校：練馬区立上石神井中学校

巡回校グループ(拠点校を含む)

練馬区立石神井中学校

練馬区立石神井東中学校

練馬区立石神井西中学校

練馬区立石神井南中学校

練馬区立南が丘中学校

練馬区立大泉第二中学校

練馬区立関中学校

練馬区立上石神井中学校