

わかたけ

令和6年10月22日
練馬区立八坂小学校
校長 野尻 哲也

特別支援教室(わかたけルーム)学級通信10月

保護者面談へのご協力ありがとうございました！

朝晩ようやく秋の涼しさが感じられてきました。先日はお時間を調整頂き、わかたけルームの面談にご協力頂きありがとうございました。連携型個別指導計画をもとに、前期の成果についてお話しし、後期の目標と手立てについてお話させていただきました。ご家庭での様子も伺え、大変有益な時間となりました。今後の指導に活かしていきたいと思えます。2月には後期の連携型個別指導計画で年間を振り返り、来年度の継続・退室についてお話をさせていただきたいと思えます。よろしくお願いたします。

10月の小集団指導

<コミュニケーション>

「自己コントロールの方法」

- 不安や怒りの感情をもつことは、悪いことではない、自分の心が教えてくれるサイン。
ただその感情が爆発して、暴言・暴力にならないようにしようとコントロールの方法を教えました。
動画でコントロールができない登場人物を見て、様々なコントロール方法を試し、試行錯誤しながら自分に合う方法を見つけていくお話を見ました。以下の方法を紹介しました。
- 深呼吸 ○リラクゼーション ○好きなことをする（絵を描く、本を読む、運動するなど）
 - 運動する ○ストレッチ ○心の中で数を考える
 - 心の中で言葉をとなえる（まあいいか、大丈夫、なんとかなるなど）
 - 好きなことをしているイメージをする ○その場を離れる（一言伝えて水を飲みに行くなど）
 - 物を使う（まくらをぎゅーなど） ○だれかに相談する
 - 考え方を変える

ご家庭でもお子さんと一緒に使いやすい方法をお話ししていただけたらと思えます。

<運動>

「サーキット（様々な動きに挑戦しよう）、ボール運動、ボールゲーム」

- 線の上をゆっくり歩く、深呼吸を意識する、
動物歩き（くまとくも）、トランポリン、ラダーでかけ足など
ボールに慣れる、友達と声をかけ合ってボールパスなど

10・11月の予定

- 10月23日（水）校区別協議会のため 午後指導なし
- 10月31日（木）豊溪小指導日 午前3時間授業（豊溪小就学時健診のため）
- 11月13日（水）就学時健診（八坂小） 午後指導なし
- 11月27日（水）教育会全体会のため 午後指導なし

