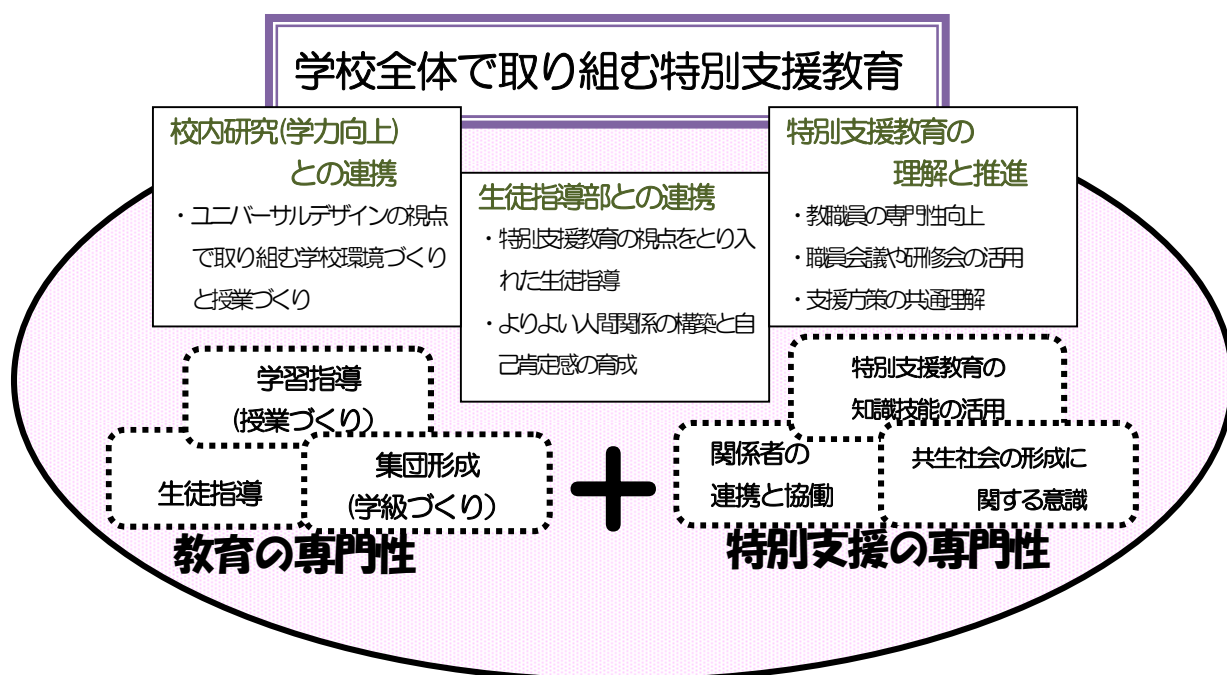


特別支援教育推進通信

葛南教育事務所 特別支援教育班

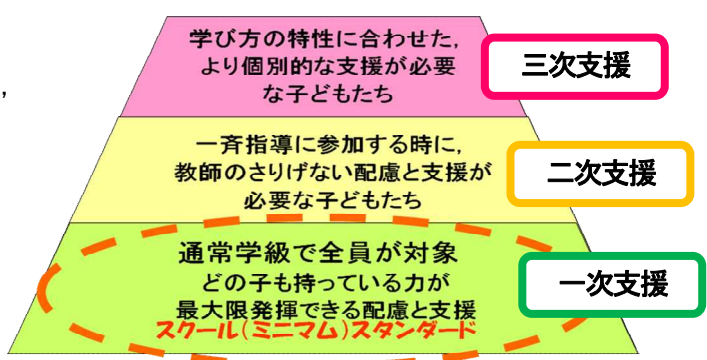
教室の中には、目をキラキラさせて勉強したい！気持ちをもった個性豊かな子どもたちがいっぱいいます。物の見え方、考え方、集中の仕方、思考の仕方、記憶の仕方、人それぞれ違ってきます。個々の力を十分に発揮できるように、得意なことを生かしながら学習を進めていけるようにしていきましょう。

学級は、すべての子どもが共に成長し合う場です。配慮の必要な子どもには個別に対応をしながら、**学級全体を支援していくことがとても必要**です。



すべての子どもたちの「できた」「わかった」のために！

ユニバーサルデザインの視点を取り入れ、誰もが、安心して過ごせる学校環境づくりと、わかりやすい授業づくりを推進しましょう。「一次支援」の土台部分をしっかりと固めると、個や特性に応じた支援も効果が上がります。まず、どの子にとっても役に立つ支援に学校全体で取り組みましょう。



一次支援

し せい 姿 勢 について

★脳の働きが
活性化

★疲れにくく
集中力UP

学力UP

★書字のバランスが
整い、きれいに、丁寧に

姿勢が良くなるとこんな良いことが

胸を開いて背筋を伸ばしていると脳への酸素供給が円滑になります。

肩、背中、腰等の筋肉への過度の緊張がかからないので、姿勢も保ちやすいです。

姿勢の軸が整うと水平に視線が整い、物事を正確に理解したり、身体をコントロールしやすくなります。黒板を見て文字の形を正しく認識できます。文字を書くときの手指の操作や力の入れ具合の調整がうまくなります。

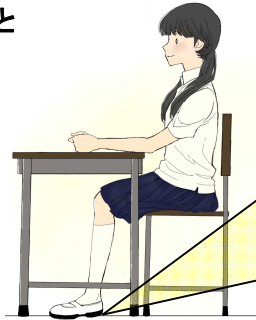
支援① 机と椅子の高さ

教室の机の高さは凸凹が当たり前。

一人一人の子どもの身体に合わせた椅子と机の高さに調節しましょう。ポイントは？

椅子：足の裏全体が床につき、足首、膝、股関節のそれぞれが90度位になるような高さ。

机：太ももが机にぶつからず収まり、肘より少し先が机について身体を支える支点になるような高さ。



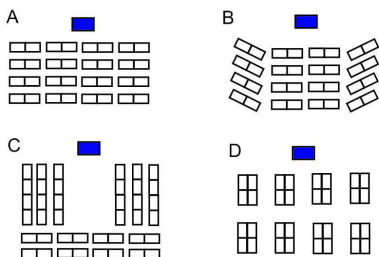
「姿勢を正しましょう！」と声をかけたとき、背筋は伸びているけれども足の裏が床についていない子を見かけます。

足がプラプラしていると手に力が入らず書字も乱れます。咬む力も弱くなります。自分の持っている力が100%道具に伝わらず上手く操作できない原因にもなってしまいます。足ぴったり!! が大切

支援② 教室の学習形態

子どもの視線はどこある？

<机の配置、座席を考える>



黒板やスクリーンに注目が必要なとき、先生の話聞いてほしいときは、子どもの身体の向きに配慮しましょう。

話し合い活動や班活動をしたままだと、首や身体がねじれていて、見えにくかったり、聞きにくかったりしてしまいます。そのことで、聞くことに集中できずにおしゃべりをしたり、黒板をノートに写しにくかったりしています。

支援③ 途中でリセット

手で身体で伝えよう！

45分～50分ずっと姿勢を整え続けるのは不可能です。見せたいとき、聞かせたいとき、書かせたいときは、姿勢を整え直しましょう。言葉で伝わらないときは、腰骨をちょっと触って「ここを起こすといいよ！」と手で合図して身体で伝えてみましょう。そして、確認しましょう。「いい姿勢だね」と。



手のひら全体で、トントンと軽く押すようにすると腰骨が起きる感覚が伝わりやすい。

ベルトの下中央あたり