

今回は、 中学部の「自立活動」の授業の様子を紹介します。

活動名	集中して活動に取り組もう
子どもの様子	<ul style="list-style-type: none"> ・集中力が続かず、気になるものを見つけると気持ちのままに動いてしまうことがある。 ・手指を使った細かい動きが苦手である。 ・体幹が弱く姿勢が崩れやすい。 ・見通しをもてないことに不安感がある。
ねらい	集中して手指の課題に取り組むことができる。
授業の展開	<p>① 今日の予定 本時の予定を確認し、「チャレンジタイム」で取り組む課題を選択する。</p> <p>② リラックスタイム マットの上で仰向けやうつ伏せになり気持ちを落ち着ける。緊張をほぐすため静かな音楽を流す。教師が触れた部位を意識して、筋緊張を緩める。</p> <p>③ ストレッチ、手の体操 バランスボールに座り、両足を踏みこむ力で弾んだり、体側伸ばしや肩回しを行ったりする。 動画を模倣して「グーチョコキパー」の手遊びを行う。</p> <p>④ チャレンジタイム（個別課題） 教師がタイマーを設定し、自分で選択した手指の課題に集中して取り組む。 <個別課題の例> ・棒刺し ・ジオボード ・ボタンつけ などを準備</p> <p>⑥ 振り返り 活動を振り返る。シールをそれぞれのご褒美シートに貼る。</p> <div data-bbox="874 981 1177 1193" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1193 981 1501 1193" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1187 1211 1490 1413" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: right;">（ご褒美シート）</p>
指導のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の流れを統一し、繰り返し取り組むことで見通しがもてるようにした。 ・ストレッチでは、座位の姿勢を保持するため、バランスボールを活用し、不安定な座面で姿勢を保ったり、上肢を動かしたりして様々な姿勢でバランス感覚や体幹を鍛えるトレーニングを取り入れた。 ・チャレンジタイムの課題や時間（3分、5分、10分）を自ら選択することで、課題や目標を明確にして前向きに取り組めるようにした。 ・チャレンジタイムに取り組む際は生徒間にパーテーションを立て、自分の課題に集中できるようにした。 ・「ご褒美シート」を活用し成果を可視化することで子どものモチベーションがあがるように工夫した。また、シールを自分で貼ることで「今日もできた」という自信につながり、満足感が得られるようにした。
授業を振り返って	<p>最初は自分の課題に集中できず、友達の様子をのぞいたり、教師に話しかけたりすることが多かったが、繰り返し取り組むことで、見通しもち、自信をもって活動することができるようになった。タイマーを使って時間を可視化することで、徐々に集中力を延ばしていくことができた。「ご褒美シート」を活用したことで「また頑張るぞ!」といった前向きな発言が多くなり、生徒の達成感や満足感につなげることができた。</p>