

活動報告書

報告者氏名： 佐伯 恵理 所属：東京都世田谷区立桜丘中学校 記録日：2020年2月23日
キーワード：感覚過敏、学び方、学習意欲、自信、見通し、達成感、不安、ノートテイク、書字の苦手さ

【対象生徒の情報】

- ・学年 中学2年生 ・困難の状態 衝動的な行動をコントロールすることの苦手さ、書くことの苦手さ
- ・困難の内容

困難① 気持ちを落ち着かせて行動をコントロールすることが難しい。

学習面：些細なことにイライラし、学習を中断したクールダウンが必要になる。

生活面：暑すぎたり湿度が高いような天候の日や、不安なことがある日には落ち着かなくなり行動を制御できないことがある。

困難② 注意して見ること、聞くことが苦手な情報の取り込みが正しく行えない。

生活面：時間の見通しを持たせる支援が必要である。

困難③ 紙への書字に苦手さがある。

学習面：板書やプリントへの記入にいら立つことが重なり、学習全般に拒否感が募るようになっていた。

【活動目的】

- ・当初のねらい

① 衝動的な行動をコントロールできるようにする。

② 文字を書くことの苦手さをICT機器で補い、授業に参加できるようにする。

- ・途中で修正したねらい

① 「聞き取る」「見る」力をつける。

聞き返しがあつたり、情報の取り込みに苦手さがみられたりしたため、ねらいを修正した。

② 文字を書くことの苦手さをタブレットパソコンで補い、学習に前向きに取り組む。

- ・実施期間 令和元年5月～ 令和2年2月
- ・実施者 佐伯 恵理、小川 大樹
- ・実施者と対象生徒の関係 通級の担当教員

【活動内容と対象生徒の変化】

○対象生徒の事前の状況

- ・授業への参加 (困難① 気持ちを落ち着かせて行動をコントロールすることが難しい。

困難② 注意して見ること、聞くことが苦手な情報の取り込みが正しく行えない。

困難③ 紙への書字に苦手さがある。)

1日平均1コマ、クラスに入って授業を受けていた。好きな教科(理科、美術、技術)には出ていた。だが、途中で予想と違う状況になった時、周りの音が気になった時、わからないことに対してイライラする時があつた。そのような時に不快な感情を抑えきれず教室を抜け出すことがあつた。教室にいないときは、ヘルプデスク(※)で過ごした。紙に文字を書くことは苦手なもので、分量が多いものや板書のペースが速い教科では板書が難しくなっていた。教室内の自分のパーソナルスペースが狭いと感じて、居心地が悪いと話していた。

※ヘルプデスクとは：通常学級職員室前の廊下の学習空間。自習などの学習をする場所になっている。教師が通りかかって声をかけるなど教育相談をする場所でもある。

- ・テスト時の様子（**困難① 気持ちを落ち着かせて行動をコントロールすることが難しい。**
困難③ 紙への書字に苦手さがある。）

本校では定期考査が廃止され、週3回朝にテストが実施された。ヘルプデスクで紙に記入する形でテストを受けている。途中で思ったように回答を書けなかったり、うまく消せなかったりすると、テスト用紙を破いてしまうことがあった。クールダウンした後で、後悔して教師に謝った。衝動的な行動をとらないようになりたいと話していた。

- ・「見る」「聞く」の様子（**困難② 注意して見ること、聞くことが苦手な情報への取り込みが正しく行えない。**）

自分のクラスの時間割表を元に、個別の時間割表（写真1）を作っている。シンプルな表であるが、慌てて読むことや、本人の思い込みなどで見間違えることがあった。また、アナログ時計と時程表（写真2）を照らし合わせることに難しかった。アナログ時計は大まかに読めるが、近くにいる教員に「今何時間目？」と聞いて確認していた。情報の取り込みで課題がある様子が見られた。通常級では興味のある授業には参加していた。そうした授業では指示を聞く姿勢がとれていた。だが、書字に負担がかかると授業を聞いてついていくことが難しかった。

	月	火	水	木	金	土
1	保。		学	ア	国	
2	理。		国	キ	社	
3	国		英	ハ	英	
4	英		理	ラ	数	
5	社		英	英	保	
6	数				理	

写真1 個別の時間割表

	通級時間 (50分)	定時時間 (45分)
生きた授業	8:25	
学習の時間/朝礼	8:25~8:45	
読書	8:45~8:50	
1校時	8:55~9:45	8:55~9:40
2校時	9:55~10:45	9:50~10:35
3校時	10:55~11:45	10:45~11:30
4校時	11:55~12:45	11:40~12:25

写真2 時程表

- ・感情を爆発させる（**困難① 気持ちを落ち着かせて行動をコントロールすることが難しい。**）

過去にあったいやな出来事を思い出し、現在と過去をひとまとめにして怒りを高めてしまうことがあった。頭の中で現在のことと過去のことと混ざって混乱している様子が見られた。教師が新しい話題を提供して気持ちを逸らしたり、場所を変えたりしてクールダウンしていた。「イライラが止まらない！」「落ち着きたいのに！」と辛さを吐き出すこともあった。

○その活動の具体的内容

- 1) 当初のねらい **衝動的な行動をコントロールできるようにする** について

- ① 感覚過敏への対策をしてイライラを軽減させる。

聴覚： ノイズキャンセリング機能付きイヤホンを使う。何種類か試して写真1のものを気に入っている。集中したいとき、落ち着きたい時に着用している。

皮膚感覚： ふわふわのクッション、毛布などやわらかい素材を手元に置いて感覚に浸る。衣類は縫い目のチクチクがないシームレスなもの。運動着については学校指定のジャージは縫い目の刺激で着用が難しかった。汗への不快感を軽減するために発汗後でもべたつかない化学繊維（ポリエステル100%）の運動着（写真2）を着用することにする。通級指導教室の運動着を借りて試し、家庭で用意をする。夏は肩掛け扇風機（写真3）を使い、暑さによる不快感を軽減する工夫をする。

写真1



写真2



写真3



② 考えや気持ちを言葉で表出する習慣をつける。

気持ちが不安定な時には通級指導教室の職員室に来て、教師と一緒に気持ちの整理をする。徐々に自分から来るようになった。

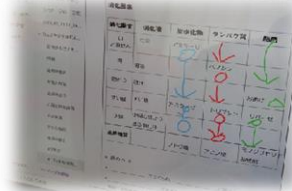
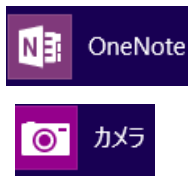
③ 気持ちの切り替えを自分でする。

興奮したときには落ち着く場所に移動し、インターネットで好きなものを調べて気分転換をする。1 学期は主に調べることで完結していたが、2 学期からはワードやエクセル、パワーポイントで調べたことをまとめた。複雑な内容になると説明書を作って教師や友達に見せるようになった。例えば、友達と遊ぶときのためにゲームの説明書をワードで作成する姿が見られた。考えを整理するためにパソコンを使い、作った説明書を友達と交流するために使っていた。

2) 当初のねらい **文字を書くことの苦手さを ICT 機器 (パソコン) で補う** について

① 紙媒体のプリントや板書をタブレットパソコンへ取り込み、入力して取り組む。

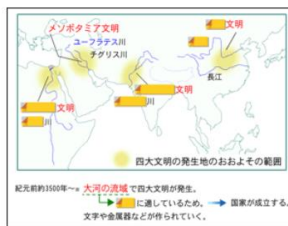
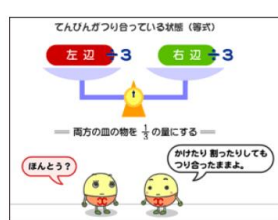
春から練習をはじめ、5 月末には操作に慣れた。2 学期にはブラインドタッチができるようになった。



② 自分に合った学習方法 (タブレットパソコンや iPad のソフトやアプリ) で取り組む。

・「中学 2 年デジタルスタディ」

自分のタブレットパソコンを購入した。学校では常にパソコンを携えていた。授業に参加しなかった単元はこの学習ソフトを使って学んだ。教師からもらった授業のプリントに取り組むこともあったが、教科書をもてわからないときにはデジタルスタディを使って説明画面を開いた。演習問題では選択肢から答えを選べばよかったのも対象生徒に合っていた。誤答の時には何度も同じ問題が出題され、反復学習ができた。カラフルな画面であるため、生徒の好みに合った教材で、学年相当の基本を学習することができた。一番よく自習で使っていた。(社会・理科・漢字・英語・数学)



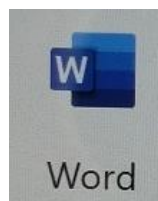
・興味のあること、わからないことを自分で調べる。その内容をまとめてパソコンに保存する。



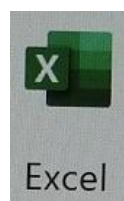
Google 翻訳



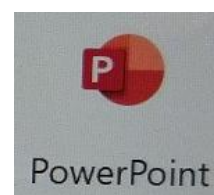
Internet Explorer



Word



Excel



PowerPoint

- ・理解しているかを確認する。

通級指導教室では、iPad のアプリを使ってどれだけ理解できているかを確認するために使った。

「数学トレーニング」は計算式が画面にメモできるようになっており、気軽に取り組めた。各単元が5問の分量で少ないのが意欲につながった。英語の「たたかう英単語」は単語が出てきて意味を選択肢から選ぶ。発音を聞くこともでき、スペルを入力する問題にも前向きに取り組んでいた。



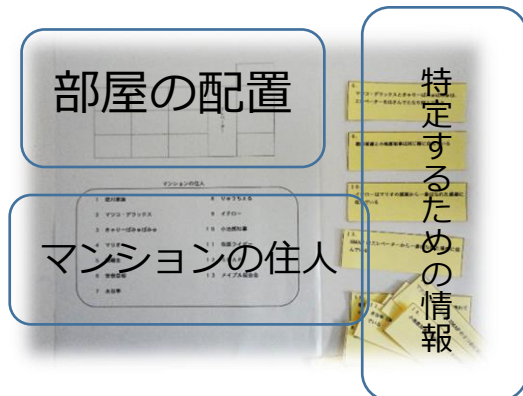
3) 修正したねらい **困難② 注意して見ること、聞くことが苦手で情報の取り込みが正しく行えない**について 「聞き取る」「見る」力をつけるための活動

① 小集団活動での実施

- ・体育的活動：広い空間で教師の指示を聞き取って体を動かす。仲間の動きに応じた動きをする。
(フリスビーを使ったドッジボール、コーンビンゴ、チェイスタグ、ボール取りゲーム、卓球など)

- ・コミュニケーション：情報の入力をねらいとしたコミュニケーション課題を行う。

(3 ヒントクイズ、マンションの住人、言葉で間違いさがし、他の人の考えをあてる、仲間さがしなど)



(マンションの住人)



口頭で描写し合い、聞いた情報を元に同じイラストをもつ仲間を探す。(仲間さがし)

- ・作業的活動：作業の手順を聞き取り、ホワイトボードや手元の手順書を見て読みとる。途中で作業がうまくいかないときには修正する方法を学ぶ。

② 個別指導での実施

- ・コグトレ (写真1) のワークシートをする。

聞いて覚える (最初とポン)、目を使う課題 (記号探し、記号まとめ) に取り組ませる。興味のない課題で、集中を保つことが難しかった。

- ・言葉だけの指示を聞いて番号をうち、点つなぎをさせる。聞き取れているかを調べるために実施した。個別での単純な指示で、聞き取れていた。

- ・脱力するトレーニングをする。指示を聞いて、横になって力を抜く練習をした。

- ・時間の読み取りをする。時計と時程表を照らし合わせて、何時間目か読み取りの練習を何度か繰り返した。時計を正確に読まずに、大まかに読んでいることがわかった。時程表の行に交互に色をつけるなど、視覚的に情報を読み取りやすくする工夫が必要だと分かった。



写真 1

「みる・きく・想像するための認知機能強化
トレーニング」三輪書店



写真 2

時程表、校内のものと同じ時計

○対象生徒の事後の変化

(通常級での様子)

困難① 気持ちを落ち着かせて行動をコントロールすることが難しい について

- ・クールダウンにかかる時間が 1/3 程度になった。

教員の手を借りずに、自ら落ち着くことができるようになってきた。落ち着いてから、教師に気持ちを聞いてもらう姿も見られる。言葉にして気持ちを整理する習慣がついた。

- ・うまくいかないテストでもテスト用紙を破らないようになった。マナーとして「してはいけないこと」という理解をしたためである。イライラしたときにも紙を破損しないように自分でブレーキがかけられるようになった。また、テストに意欲をもって取り組むようになった。このテストの特徴は 20 分間で、分量が少ないことである。今年度から定期考査を廃止して実施している。学習して間もない内容であることや学習の範囲が絞られていることが原因で、テスト勉強がしやすくなり、最後の問題まで取り組めるようになった。

困難② 注意して見ること、聞くことが苦手である について

- ・学校内のアナログ時計を見て、参加したい授業時間に間に合うように教室に向かうことがスムーズにできるようになった。時間を見るときには注意深く見る習慣がついている。
- ・指示の聞き返しが減った。

困難③ 紙への書字に苦手さがある について

パソコンでの文字入力に慣れ、授業を聞きながらパソコンに入力することが安定してできるようになった。

全体を通して・・・

自信をつけて学習意欲が高まる。人との交流が広がっている。

3 学期は以前に比べて人と交流することに気持ちが向くようになり、パソコンから離れられない様子は減っている。通常級のクラスの友達の存在が大きくなっている。対象生徒のことを理解し、相談にのってくれる生徒がおり、ほかにも一緒に遊ぶ気の合う仲間ができた。クラスの友達と一緒に過ごしたい気持ちが通級日にも見られた。また、好きなミュージシャンを意識してファッションに気を遣うようになった。気持ちが不安定な時も、他の生徒がいるところではよい姿を見せたい気持ちが見える。他者の目を気にするようになった。

(通級指導教室での様子)

- ・2学期までは学年相当よりも下の学習活動を好んでいたが、3学期からは学年相当の学習課題を自ら望んで意欲的に取り組むようになった。
- ・数学の演習をといている時に対象生徒が「気持ちが変わってきた」と不快感を言葉にした。教師とのやりとりの中で「わからないから気持ち悪いのだ」と気がつき、気持ち悪さを終えるために集中して解く態度に切り替えることができた。自己理解が深まってきて、自己分析ができるようになった。
- ・体育的活動で急な変更があり2度着替える必要が生じた。はじめは着替え直すことが面倒という理由で拒否した。だが、体操着に着替えないと汗をかいた時の不快感が軽減されないことを見通し、体操着に着替え直すことができた。以前は体操着に着替えずに運動し、汗による不快感に怒っていたことがあった。自分で見通しをもって行動できるようになってきた。

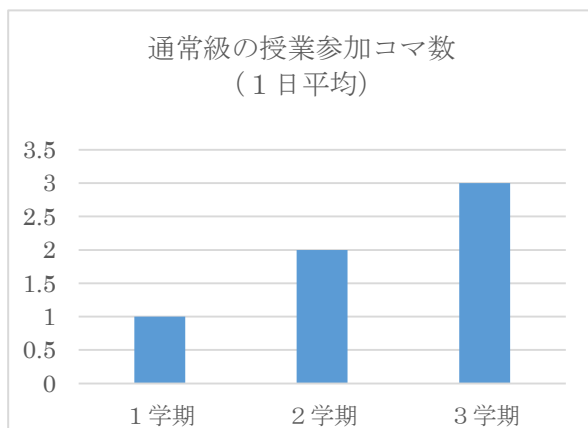
【報告者の気づきとエビデンス】

○報告者の主観的気づき

- 1) クラスに入り授業に参加できるようになってきた。
- 2) パソコンで考えをまとめて落ち着くことを知り、自己表現の幅を広げた。

○主観的気づきに関するエビデンス

- 1) 1日の授業参加コマ数については、年度当初は1日1コマだったが、2学期後半から1日平均3コマと安定している。教室の中でパーソナルスペースが広く感じる場所を本人に選んでもらい、座席を固定した。また、友達を座席の近くに配置してクラスに入りやすくした。

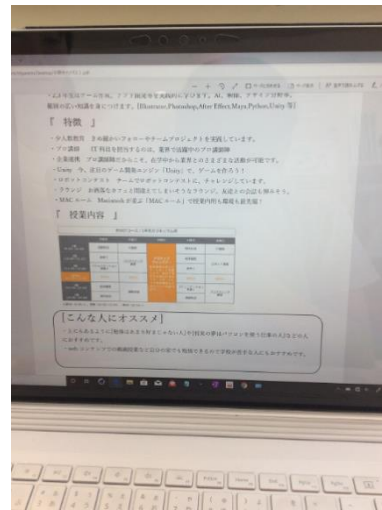
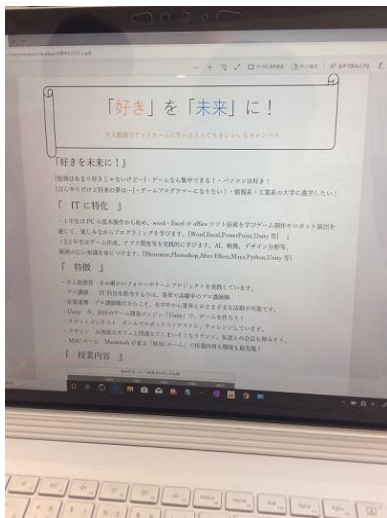


- 2) パソコンを使って考えをまとめる経験を積み重ねた。自分の考えを表現するためにパソコンを使うことを知り、表現方法が多岐に渡ってきた。1年を通して自分でテーマを見つけて考えをまとめることができるようになっている。取り組んだ例を次に挙げる。

・情報をまとめる (1学期)

上級学校調べの新聞をパソコンで作成した。プリントをカメラで取り込んで入力した。

上級学校の資料を見ながら自分で文章を考えた。大まかなレイアウトや小見出しの言葉をあてるところは教師と一緒に考えた。パソコンを使った提出物としてははじめてだった。何人もの教師から褒められて自尊心があがった。

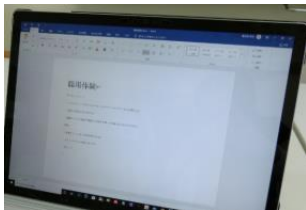


できた！

すごい！

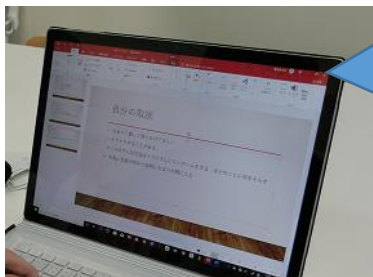
・考えをまとめる（2学期）

例1：職場体験前に、やりたいこと、がんばりたいことを箇条書きにして考えをまとめた。考えや気持ちを整理しておいた。そのため落ち着いて職場体験に臨むことができた。体験後、「職場体験、楽しかった！」と満足していた。



職場体験 やりたいこと
プログラミングやマイクロビット、マインクラフトを教える
学校の相談にのる・・・など

例2：「自分の取説」を作った。言葉は自分で考えた。内容から自己理解が深まっていることがわかる。自分のことを理解してもらうために実際に友達に見せるなど活用していた。



なるべく優しく話しかけてほしい。
イライラすることがある。
クールダウンの方法はイライラしにくいゲームをする。ほかのことに気をそらす。
文章と言葉の両方で説明したほうが頭に入る。

・学校の役に立つ（2学期）

ボランティアを呼びかけるポスターをパソコンで作った。レイアウトは自分で考えた。



パソコン操作に慣れており、すぐに作ることができた。
実際に校内で掲示された。校外でも評価され入選した。

・好きなことを表現する（2学期）

11月に行われたグローバル研究発表では生徒発表「パソコンの作成」のプレゼンテーションを成功させた。発表は50分間1人で対応し、堂々と質問に受け答えをしていた。「久しぶりに達成感があった！」と振り返ることができた。パソコンを使って自分を表現する楽しさを体験し、参加者から好反応を得ることで自信につながった。学校での取り組む姿勢全般に良い影響を与えた経験となった。

・自分でテーマを見つけて表現する（2学期後半～3学期）

学校教育に関心を持ち始めた。疑問に思ったことをインターネットで調べ、自分からこの話題を校長先生や教師に話しかける姿が見られた。理想の学校について「僕の学校」という題でパワーポイントをまとめている。興味のあることは自分で調べ、考えをパソコンでまとめることが自然にできるようになった。まとめたことを人に見せたり、聞いてもらったりすることへと広がった。人とつながる手段になっている。

また、学校での過ごし方についての合理的配慮を求める文章を作成している。人権擁護に関心を持ち、主体的に自分のことを自分の言葉で伝えるようになっている。