

特別支援教室だより

令和6年12月2日 第7号
特別支援教室拠点校
府中市立府中第六中学校
校長 佐藤 光宏

『「寒いね」と話しかければ「寒いね」と 応える人のいる あたたかさ』 俵万智



早いもので気付くと師走になりました。2学期は1学期、3学期に比べると期間も長いのですが、それぞれ自分のペースで乗り越えられたのではないかと思います。2学期、特別支援教室でどのように過ごしていたかに関しましては、12月中旬からはじまります保護者面談の際にお伝えをしていく予定です。面談決定通知を12月2日にスマート連絡帳とお子様の方にもプリントで配布をしました。届いていない方、もしくは都合が悪くなった方がいましたら、拠点校の直通電話までご連絡ください。

＜小集団の様子＞

『ジャンプ鬼・バウンドボール』

区切られたスペースの中でジャンプをし、鬼と同じ陣地に入った人が鬼になるジャンプ鬼。鬼がどちらに跳ぶのか等をよく見極めながらジャンプをしなくてはなりません。バウンドボールは中央に置かれたフープの中に一度ボールをバウンドさせて相手の陣地に入れます。陣地内に入ったボールはバウンドする前にキャッチしなくてはなりません。生徒たちは鬼やボールの行方に注意しながら、互いに駆け引きを楽しみながら取り組むことができました。



『リラックス法』

日常で感じるストレスを解消するための様々な方法について学習をしました。一つ目はストレッチ。体のあちこちを伸ばし、張り詰めた筋肉を緩めていきます。二つ目は運動。過去に流行したビリーズブーツキャンプを5分間、そしてハンズクラップを5分間行いました。どちらもハードな運動でしたが、楽しく取り組むことができました。三つ目はマインドフルネスに取り組みました。この中から自分に合った解消法を見つけて、日常でも活用してもらえたらと思います。



『アサーション』

アサーションとは簡単に言うと、相手の立場を尊重しつつ、自分の意見を主張することです。普段の自分の対応や、どんな対応だったらできるかを考えるのではなく、アサーティブに対応するためのスキルを学習しました。様々な事例をロールプレイで行い、その伝え方がどうだったかをみんなで話し合いました。「とてもよかった」という意見や「提案してみれば」や「もう少し状況を伝えた方が」などの意見も出ました。伝え方で印象が異なることも学んだのではないかと思います。



『ジョハリの窓』

自分も他者も知っている自分、自分は知らないけど他者が知っている自分、自分しか知らない自分、誰も知らない未知の自分についてワークを通して発見していきます。目標は「自分の知らない自分を知って自分を開放しよう」です。自他ともに認知できていることが一番のベストですが、他者が知る自分の知らない自分、自分しか知らない秘密の自分もできます。この授業ではそうした自分を素直に受け止め、発表したり、感想を言ったりすることができました。



＜特別支援教室今後の予定＞

12月16日(月) 2学期指導終了

12月17日(火)～保護者面談

※12月2日(月)に保護者面談決定通知のお知らせを配信・配付しています。
ご確認ください。

1月14日(火)3学期指導開始



生徒数(令和6年12月1日現在)

府中第二中学校……22名

府中第六中学校……17名

府中第九中学校……16名(合計55名)

【問い合わせ】府中第六中学校 特別支援教室
直通電話 042-336-6556