

特別支援教室だより

令和7年 5月 吉日
巡回拠点大杉東小学校
特別支援教室通信

今年度の「特別支援教室だより」では、一昨年お伝えした「児童のいろいろな困り」に対して、新たな視点での支援方法・手立てなど、巡回指導教員が考えた内容を掲載いたします。

【 今回のテーマ 】



感情のコントロールがきかずに 落ち着かない子



【 こんなことが考えられます 】

始業式・入学式から2か月近くが経ちました。新しい学年の先生やクラスの友達に慣れてきた一方で、少しずつ疲れが出てくる時期です。特にこの5月は、運動会の練習や、気温・湿度が高くなることでの疲れもたまってきます。そうした時には、疲れによって無気力になる子もいれば、疲れや気候の影響とは気付かないままに、いつもより気持ちのコントロールがうまくできなくなったり、落ち着かなくなったりする子がいます。

【 できることはなんでしょう 】

- どのようなクールダウン（気持ちを落ち着かせる）の方法が有効かを一緒に考える。
（お気に入りの物を触る、気持ちを落ち着かせられる言葉を唱える、両手を握って10秒間数える、水を飲む、深呼吸するなど）
→ お子さんに合いそうな方法が見つかったら、気持ちが落ち着いている時や楽しく過ごしている時に練習してみましよう。
- 言葉でうまく伝えられないことで、余計にイライラしてしまうという場合もあります。周りの大人が、その時の気持ちを代弁して、「疲れているんだね。」「～の気持ちなんだね。」と感情に名前を付けてあげることで、安心できたり、自分の気持ちを認識したりすることにもつながります。
- 興奮する時間や落ち着かない時間が長引くことで、感情がより高まっていくこともあります。周りが早めに休憩を促してあげることも大切です。
* 支援する側が気持ちを落ち着けて向き合うということも忘れずに対応しましょう。



本校には5名の巡回指導教員がいます。「特別支援教室」について、ご質問がございましたらご連絡ください。

また、本校のホームページに「特別支援教室だより」のバックナンバーも掲載しておりますので、ぜひご覧ください。

ホームページのQRコードはこちら 

