



美瑛町そだちの教室通信
7月号
2022年6月27日



7月が目前となりました。日差しに夏を感じる季節となりました。学校では水泳授業も始まり、夏を感じさせる活動もスタートしています。1学期も残すところ1ヶ月です。

教室参観が、始まりました。



6月13日から教室参観が始まりました。担任の先生にどんな場所でどのような活動・学習をしているのか、子どもの様子を見ていただいています。先生を迎えて張り切って活動する子どももいれば、少々緊張する子どももいて反応は様々ですが、皆嬉しそうです。

面談、よろしくお願ひします。

今学期の子どもたちの成長について保護者の皆様にお知らせする面談を実施したいと思います。期間は6月下旬から8月の間です。つきましては、先日お配りした面談日程調整表をもとに、日程を調整中です。決まり次第、お知らせします。

面談の際には「すとりーむ」を忘れずにご持参ください。尚、玄関は正面玄関（職員玄関）をご利用ください。マスク着用、手指消毒のご協力もお願いいたします。

7月 さんの通級予定 日程表 ※色のついている日が通級日です。

月	火	水	木	金
				1 町教職員研修 午後休室
4	5	6	7	8
11	12	13	14 東小参観日(高) 5校時休室	15 東小参観日(低)
18 海の日	19 1学期通級最終日	20	21	22 1学期終業式
25 夏季休業 (8月16日 まで)	26	27	28	29

実行機能を伸ばし、メタ認知の視点を育てる！①

前回の通信では、メタ認知についてお知らせしました。今回は、実行機能についてお知らせします。

～実行機能の4つの要素～

スタート

1 意志

何をやるか、どこまでやるかの目標を決め、始めようとする。この要素がないとスタートできない。

2 計画立案

目標を達成するために、必要な手段や順番を決める。段取りを立てて始める要素。

3 継続と切り替え

目的のある行動を続け、臨機応変に切り替え、時には中止する。作業中に必要な要素。

4 行動の調整

自分の行動を監視し、効率的に進められるように調整する。最初から最後まで必要な要素。

完了

実行機能とは何かを完了させる力

実行機能とは、最後まで何かをやり遂げるために必要な機能です。計画を立て、やる気を起こし、集中したり、適宜休んだりしてものごとを完了させるための、脳の指令システムです。

やるべきことができない、目標をクリアできない…。こういう子は、ダメな子、いい加減な子ではなく、実行機能が弱いせいで、やりたいのにできないのかもしれませんが。例えば、学校から帰ってきてやるべきことを忘れ、ランドセルは放置してすぐにゲームを始めてしまう。学校の提出物を親に伝え忘れる、持って行くのを忘れるなど、困っているのかもしれませんが。

1 意志…目標を定め、スイッチを入れる

意志という要素を3項目に分けました。弱いところがわかると、どこをサポートすればよいかわかります。

目的の明確化

何をしたらよいのか、今何をすべきかを、しっかりつかむ力です。なんとなくやる気が起きないのは、やることが曖昧だからかもしれません。

動機づけ

これをやるといいことがあると「未来のごほうび」が動機づけになります。締め切りまでギリギリの切羽詰まった状況が動機づけになる人もいます。

自己や環境の認識

ものごとを始めることができるように、自分の状態や環境を認識して必要なものを準備したり整えたりすることです。これで、ようやく、やる気が行動に結びつきます。

実行機能1「意志」を伸ばすヒント

その1 結果をイメージしてやる気を起こす

① 快のイメージ

やるべきことをやったら「好きなことで遊べる」などよい結果をイメージする。

② 不快のイメージ

やらなかったら、「怒られる」「成績が落ちる」など悪い結果をイメージする。

③ 快+不快のイメージ ←おすすめ!

今、勉強すると後で遊べるし怒られなくてすむ。など

その2 ハードルを下げて達成感を得やすくする。

・「これなら、できそう!」と感じられるような目標。

・ゴールを決めたら、達成する段階をいくつかに分ける。目標をクリアしやすく、達成感を得られやすい。