

相談支援つうしん

<第 87 号>2023 年2月 14 日
県立湘南養護学校 支援連携部
相談支援係 ~教師編~

毎日まだ寒いですね。コロナ禍で当たり前になった出勤直後の手洗い、「手が凍る〜！」と心で叫ばずにはいられない今日この頃です。今回の「相談支援つうしん」では、教室の環境調整の基本についてお伝えします。



教室（学習）環境を整えよう！

① 刺激の整理

- ・教室の前方は今行っていることに集中できるように、他の掲示物は外したり、布で隠したりする（朝の会であれば、進行するめくりだけにするなど）。
- ・ロッカーの本や玩具などは、見えないようにする。
- ・周りが気になる児童生徒にはパーテーションを使用する。

② 過敏性への配慮

- ・視覚過敏性：光のきらめきなどを強く感じるため、窓から遠い席にしたり、日差しの強い日にはカーテンを閉めたりする。
- ・聴覚過敏性：大きな音や声を嫌うため、全体で流す音楽は小さめにする（校内放送の音もクラスで調節する）。大声での指示は聴き取れない（余裕がなくなる）ため、低い声でゆっくり話す。
⇒落ち着いた静かな教室環境にしましょう🎵

③ スケジュールの提示

- ・スケジュールがあることで一日の流れがわかる。
- ・終わりがいつか、終わった後はどうなるかがわかる。
- ・変更の予告を視覚的にも確認することができる。

本人の目の前でスケジュールのカードを貼り換えて、変更を予告しましょう！

⇒自閉スペクトラム症の児童生徒は変化に対して強い抵抗感があります。LD や ADHD、ダウン症などの児童生徒も見通しがつくことで安心して、落ち着いた活動ができます🎵

「予定はしっかり入っているからスケジュールはなくてよい」ということではありません」1日の流れや1週間の時間割がわかっている児童生徒にも必要なことです。

④ 身体に合わせた机と椅子

成長盛りの児童生徒たちは、4月に身体に合わせて机と椅子の高さ調整しても、夏休み明けにはもう低くなっていることもあります。学期ごとに調整することをお勧めします。足がしっかり床に着くこと、作業しやすい高さで腕をのせられることで、姿勢や作業効率などもUPすることが期待できます。引用・参考文献「発達障害とその周辺の子どもたち」尾崎洋一郎他 同成社



児童生徒が成長し刺激が多くても、見通しが立たなくても落ち着いて先生の話を受け、学習に集中できるのが理想かもしれません。でもそれにはとても時間が掛かったり、特性のある児童生徒には難しかったりもします。環境調整は児童生徒の特性や能力は変わらなくても一瞬で行動を変えたり、学習の姿勢（心身共に）を変化させたりすることができるので、ぜひ取り入れてみて下さい。

