

この章のねらい

この章は、子供が学びに役立つスキルを身に付けることを目標にしています。

この目標を達成するために、子供は次の1～4のスキルを学びます。

1. よく聞く

- よく聞くルール（目で見る。耳で聞く。口は静かに。身体は落ちつく）を学びます。
- よく聞くルールを使います。

2. 気持ちを向ける

- 「双眼鏡」（手で丸を作って目に当てる）を使って、気持ちをそらすものを見えないようにします。
- 何をするかを覚えておくために、自分に話すスキルを使います。

3. 自分に話す

- 小さな声でまたは声に出さないで、自分に話します。
- 自分に話すことは、気持ちを向け、言われたことを覚えておくのに役立つと理解します。

4. 自分の考えをはっきりと言う

- して欲しいことを明確に認識し、それを頼みます。
- 手伝ってもらいたい相手の顔を見ます。
- はっきりと丁寧に言います。



頭の体操

子供は、頭の体操というゲームを行います。毎日少なくとも1回は行ないます。このゲームは、子供が次のことを学ぶのに役立ちます。

- 先生の話、ゲームのルール、ゲームのやり方に集中することで、子供が気持ちを向けること
- ゲームのためにすることを覚えるために、子供が記憶力を使うこと
- ゲームを行うために自分の身体を決まった方法で動かし、動作を止めたり始めたりすることで、子供が行動をコントロールすること

頭の体操の詳細は、指導の手引き「頭の体操」の章を参照してください。

この章の大切さ

友だちと仲良くし、園（学校）生活を円滑に送るためには、子供が自分の感情、思考、行動をコントロールするスキル、つまり自己調整スキルを学ぶことが大切です。自己調整は、園（学校）で学ぶための準備の鍵となるもので、低年齢のクラスで教えられます。自己調整スキルは注意を要する子供だけでなく、すべての子供のためになります。そして、社会的・情緒的能力を養うための基礎を築き、子供が園（学校）や社会に適応するための準備となります。

自己調整するために、子供は次の方法を知ることが大切です。

- 気持ちを向ける方法
- 何かを覚えておく方法
- 行動をコントロールする方法

園（学校）で学ぶための準備を整え、社会に適応するためには、自己調整が非常に大切です。そのためこの章は、子供が自己調整に必要なスキルを学ぶような構成になっています。これには上記のスキルのほか、よく聞く、言葉の通りにする、1つのことをやり続ける、自分にしたいことを頼むなど、子供の学びに役立つ数々のスキルが含まれます。

これらのスキルを学ぶことで、子供は友だちと仲良くし、園（学校）に適応できるようになります。

自己調整スキルが優れている子供には、次のような傾向があります。

- 算数、読み書き、語彙に関するスキルが高い
- 学校の成績が良い
- 高校を卒業する
- 攻撃的な行動を避ける

自己調整スキルが乏しい子供には、次のようなリスクがあります。

- 学校からの退学処分
- 学校の成績が不振
- 感情面や行動面の問題
- 友だちからの拒絶
- 中途退学

毎週のテーマの概要



第1週 新しい友だちを迎える

新入生を迎えることを学びます。頭の体操のゲームを行い、子供の注意力、記憶力、自己コントロール力を養います。



第2週 よく聞く

よく聞くルールを学びます。クラスの時間にこのルールが使えたら、学びやすくなります。



第3週 気持ちを向ける

気持ちを向けるためには、目、耳、頭を使うことを学びます。また、気持ちを向けるために、手で丸を作って目に当てる「双眼鏡」の作り方とその使い方を学びます。



第4週 自分に話す

自分に話すとは、小さな声でまたは声に出さないで自分に言うことです。自分に話すと、何をしたらよいかに気持ちを向けられるようになります。



第5週 言葉の通りにする

やることを覚えておくために、先生の言葉をどう繰り返すかを学びます。



第6週 自分にしたいことを頼む

自分にしたいことを、相手の顔を見て、はっきりと丁寧に頼むことを学びます。

毎日スキルを使いましょう

子供がセカンドステップのスキルを身に付けるには、毎日スキルを使うことが大切です。毎日使うと、子供はそれだけスキルを実践しやすくなります。先生が、活動の前後や活動中に 1) 事前に考える 2) 強化する 3) 振り返る の3つのステップを踏むことが、日々の練習になります。

1. 事前に考える

活動を始める前には、子供がその活動に必要な学びのスキルを**事前に考える**ようにします。これから先生がお話を読みます。よく聞くルールをどのように使えばよいか考えておくと、お話をよく聞けるようになります。カードを使ってよく聞くルールを復習します。よく聞くと、よく分かるようになります。

また、家庭で学びのスキルが使えるときにも、子供が事前に考えられるよう促しましょう。

2. 強化する

活動中に、子供が新しいスキルを使ったときに注目し、具体的なフィードバックをして、子供の行動を強化します。先生が話をしているときに、みんなの目は先生を見て、身体は落ちついていましたね。よく聞くルールを使うと、みんなはいろんなことが分かるようになります。

毎日の活動の中で、学びのスキルのモデルを見せる場合は、声に出してはっきりと子供に示します。キーシャさんが話す番です。キーシャさんが話しているときに、先生がよく聞くルールをどのように使って、キーシャさんの話に気持ちを向けているかを、よく見てください。

新しい活動を始める前に、子供が学びのスキルを使うことを忘れないようにします。先生が次にやることを説明しているとき、みんなは双眼鏡を使って、先生の言うことに気持ちを向けることが大切です。

3. 振り返る

活動が終わった後で、学びのスキルをどのように使って学ぶことができたか、子供が振り返るようにします。お話の時間の前に、よく聞くルールを使うことを事前に考えると、みんながよく分かるようになります。先生がお話を読んでいたとき、よく聞くルールのどのスキルを使いましたか？ よく聞くルールを使って聞いたお話を先生に話してくれますか？

教材の応用例



ごっこ遊び

お店屋さんごっこ

食品、家庭用品の入れ物とプラスチック製の野菜、果物などを用意します。先生がお店屋さん、子供がお客さんになって、お店屋さんごっこをします。次のスキルのモデルを見せて、子供の練習を手伝います。

- ・お客さんにあいさつする（いらっしゃいませ。何かお探ですか？）
- ・品物を探したり、買ったるときに、お互いの話をよく聞く
- ・お客さんの質問をよく聞き、それに答える（お豆はどこですか？）
- ・自分に話して、お客さんの言葉の通りにし、お客さんの欲しい物を覚えておく
- ・自分が欲しいものを頼む（お米を2袋ください）

次に子供がお店屋さんになって、同様に行います。



読み書き

繰り返しのあるお話

「くまさん くまさん なに みてるの？」（ビル・マーチン著、偕成社）のように、繰り返しやリズムカルな言い回しのある本を選んで、読み聞かせます。読む前に、子供がよく聞くルールを思い出し、双眼鏡をつけます。先生が新しいページを読むたびに、同じところと違うところに注目するようにします。先生はフレーズの挿絵を指さしながら読みます。子供は先生と一緒に各フレーズを繰り返します。これを数ページ行った後に、聞きます。次に何が起ころうですか？ 子供が、次の場面を事前に考えることができない場合は、文章を読まずに次の挿絵を見せます。

新しい友だちを迎える手紙

郵便箱のコーナーを作ります。靴箱を郵便箱として使います。ふたの中央には、子供がクラスに新しい友だちを迎える手紙を入れるのにちょうど良い大きさの投入口を開けます。画用紙とマーカーを配ります。子供は自分で描いた絵に、新しい友だちの名前を書きます。これには、大人の助けが必要でしょう。出来上がったら、子供が手紙を折り、郵便箱に入れます。新入生は、1日の終わりに郵便箱をチェックし、みんなからの歓迎の手紙を確認します。



算数

声に出して数える

小物の数を声に出して数えられるようにします。入れ物と小さなブロック、小石、貝殻、大きなビーズなどの小物を使います。子供は双眼鏡をつけ、先生の言うことをよく聞きます。

3つの小物から始めます。最初の小物を掲げ、「1」と言って入れ物に入れます。子供は小さな声で数を復唱します。入れ物の中に、小物が1つ入っていることを見せます。2つ目、3つ目の小物についても、同様に「2」「3」と数えて入れます。入れ物から小物を取り出し、同じプロセスを繰り返します。子供が先生の力を借りずに数えられるようにします。子供の様子に合わせて、使う小物の数を増減します。次に、子供が小物を数えて、自分の入れ物に入れます。



音楽

楽器の音

さまざまな楽器を用意して机に置きます。子供にそれぞれの楽器の音を調べるように促します。楽器の音をよく聞き、それぞれどんな音がするかを覚えるように言います。次に楽器をついたてや大きな箱の後ろなどに隠します。よく聞くルールを使うことを思い出すようにします。ついたての後ろで1つの楽器を鳴らし、再び元通りに置きます。ついたてをはずし、先生が今鳴らした楽器はどれか、子供が当てます。さらに高度な課題に挑戦するには、机の上の楽器の種類を増やし再度ゲームを行います。



理科

先生の言葉の通りに混ぜる

混ぜる実験のときに、先生の言葉の通りにする練習をします。子供が混ぜるものとしては、異なった色の絵の具、料理の材料、感触の異なるものなどがあります。例えば、テーブルクロスをかけた机の上に、砂、小麦粉、泥の入った3つの器を並べ、簡単な理科の実験コーナーを作ります。器の横には、小さな水差しとスプーンを準備しておきます。子供は、3人または6人組の小グループで実験コーナーに行きます。3つの器をそれぞれ1人または2人の子供が担当するようにします。子供が双眼鏡をつけ、よく聞く準備ができたなら、やり方を教えます。まず、水差しの水を器に入れます。次にスプーンを取って、器の中身をよく混ぜます。子供は実験を始める前に、先生の言葉を繰り返します。子供に水差しとスプーンを配ります。3つとも混ぜ終わったら、それぞれの器の中身をよく見たり、触ったりします。次のように質問します。混ぜたものは、それぞれの様になっていますか？ 混ぜたものを触った感じはどうですか？ 3つのどこが同じですか？ どこが違いますか？

気持ちを向けるための道具

子供が「気持ちを向けること」の意味を理解できるようにします。双眼鏡、望遠鏡、カメラ、メガネ、虫眼鏡など、対象物に気持ちを向けるための道具を用意します。子供がその道具を使って、気持ちを向けるための対象物を1つか2つ選びます。まず道具を使わずに対象物を見ます。子供には何が見えるでしょうか？ 次に子供が交代で道具を使って、対象物を見ます。次のように質問します。道具を使うと、違って見えますか？ 道具は、気持ちを向けるのにどのように役立ちますか？ 私たちみんなが持っている、気持ちを向けるのに役立つ道具は何でしょう？（例：目、耳、頭、双眼鏡）



社会

私たちの周りの音

子供を屋外の音を聞く散歩「リスニング・ウォーク」に連れて行きます。散歩の前や散歩中に、子供がよく聞くルールを思い出すようにします。散歩中、先生が立ち止まって、身体を両腕で抱き、身体は落ちつくと言い、子供が立ち止まってよく聞くように合図を出します。先生が指を唇に立て、目を指で指し、手で耳を覆います。そして、子供1人ひとりに何が聞こえるかを聞きます。あれは人間の音かしら？ 機械の音かしら？ 動物の音かしら？ この他にどんなものの音がするかを話し合います。