

# 第12回 キャッチアップタイム 10月26日

今年度から1年生で、上尾橋高校にしかない学校設定科目「キャッチアップタイム」を、火曜日6時間目に実施しています。

## <アクティブコミュニケーション>

ソーシャルスキルトレーニングを行うアクティブコミュニケーションでは、「空気を読むために」というテーマで、「空気を読む=相手がいやなことをしない、言わない」であることを学び、真剣な顔をしている場面や好きな食べ物の話で盛り上がっている場面など様々な場面で空気を読むポイントについて学習しました。その後、ワークシートを通して空気を読んだ言動について考え、グループで発表しました。



## <ベーシック>

ベーシックは、国語・社会・ソーシャルスキルトレーニングを週替わりで勉強しています。

今週から新しいSST「友だちトラブルを大きくしないために」というテーマで、

「友だちがあなたの悪口を言ってたよ」と聞かされた時に、大きなトラブルに

ならない方法を学びました。また、感情的にならずに相手にさりげなく確か

める方法を実際に練習したり、自分の気持ちを落ち着かせる方法を考えたりしました。



## <チャレンジ>

チャレンジは、国語・数学・社会・理科・英語の中から自分の好きな教科のプリント学習をやっていきます。

毎週授業が始まる前に、コグトレを10分程度実施して、やる気や集中力を高めています。

### <コグトレとは？>

コグトレとは、認知〇〇トレーニング (Cognitive 〇〇 Training) の略称です。

学習面…認知機能強化トレーニング (Cognitive Enhancement Training)

社会面…認知ソーシャルトレーニング (Cognitive Social Training)

身体面…認知作業トレーニング (Cognitive Occupational Training)

※キャッチアップタイムのベーシックとチャレンジでは、授業の最初に市販のコグトレ教材を使って、学習面・社会面の支援を行っていきます。