

第13回 キャッチアップタイム 11月2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、「悪いことやいやなお願いを断るために」というテーマで学習しました。トラブルに巻き込まれそうなお願いをされ、絶対に断らなくてはならない場面で穏便に断る方法について学び、グループで練習しました。

また、これまでの学習を振り返り、自分がどれだけ成長したかを測るアンケートを実施しました。



<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。