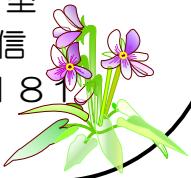


# すてきなひと

1月 2月

令和8年1月19日  
板橋区立板橋第8小学校  
S T E P U P 教室  
「すみれ」通信  
TEL 03(3963) 418  
No. 5



本年もみなさまにとって、素晴らしい一年になりますように。  
どうぞよろしくお願ひいたします。

令和8年1月 ステップアップ教室一同

冬休みも終わり、寒さにも負けない、子どもたちの元気な笑顔がとても印象的です。年末年始はいかがお過ごでしたでしょうか。

さて、3学期初回の「冬休みスピーチ」では、ご家族で楽しい時間をお過ごしになった様子が、とても良く伝わってきました。年末年始にちなんだ風習に子どもたちが触れたことや、家族の一員として大掃除等の手伝いをしたことなど、ご家庭での取り組みが、子どもたちの生活経験を豊かに広げていることを感じました。

「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」3学期は短く、あっという間に過ぎていきますが、学年の大切なまとめの学期です。

本年も、保護者の皆様や担任の先生方との連携を大切にし、子どもたちの成長を支えていきます。どうぞよろしくお願ひいたします。

## 《3学期の予定》

### ○1月

#### 【月曜クラス 巡回指導日】

19日 3学期巡回指導開始

26日

#### 【金曜クラス 巡回指導日】

9日 3学期巡回指導開始

16日、30日

※23日 在籍級訪問（指導なし）

### ○2月

#### 【月曜クラス 巡回指導日】

2、9、16、

20日（金）

※20日は金曜日ですが、日数調整の都合で、月曜クラスの指導となります

#### 【金曜クラス 巡回指導日】

6、13、27日

#### 【3学期末保護者面談日】

・3月23日（月）

上記の日程で予定しています。

あらかじめ、面談日・時間の調整のご協力を  
よろしくお願ひいたします。

## 《学習予定》（※指導内容は随時変更の可能性があります。）

### 月曜1グループ（1時間目）

- ◎友達と運動ゲームをしながらよくやろう  
「ながなわ・白黒ゲーム」
- ◎説明をよく聞いて、手順を守ってすすめよう  
「まくだけロケット」

### 月曜2グループ（3時間目）

- ◎じぶんの出きごとや気持ちをあい手にうまくつたえよう  
「冬休みスピーチ」
- ◎ともだちとげきをしながらよくなろう  
「ウヒアハ大ピンチ（仮）」

### 月曜3グループ（5時間目）

- ◎自分の出来事や気持ちを相手にうまく伝えよう  
「冬休みスピーチ」
- ◎友達とゲームをしながらよくなろう  
「ぼうずめくり」「ジェンガ」
- ◎友達と運動ゲームをしながらよくなろう  
「よくみてまねる」「白黒ゲーム」

### 金曜1グループ（1時間目）

- ◎じぶんのできごとやきもちをみんなにうまくつたえよう  
「すぴいち『ふゆやすみ』」
- ◎お正月あそびをしながらよくなろう  
「ふくわらい」「かるた」
- ◎いろいろなうんどうにちょうどせんしよう  
「よくみてまねる」「たんなわ」「しろくろゲーム」

### 金曜2グループ（3時間目）

- ◎自分の出来事や気持ちを相手に分かりやすく伝えよう  
「スピーチ『冬休み』」
- ◎中学進学に向けて見通しをもとう  
「チャレンジ中学生・生活編・部活編」

# ○第2回 専門家相談の報告

- ・日時：令和7年8月29日
- ・講師：孔 順姫先生（作業療法士）

## ・作業療法とは？

作業療法(OT: Occupational Therapist)とは、その子の苦手なことなどで「やりにくい」と感じる動作を、遊びや好きな活動（作業）を通して練習すること。学校生活や、ふだんの生活を、もっとスムーズに、楽しく送れるようにサポートするリハビリの一種。

## ・内容

### 1. よく見てまねる

- ・体育の授業前に行われる準備体操のような物を行います。

### 2. キャッチボール

キャンディボールを使って

i) 両手投げ ii) 片手投げ

小さなスポンジボールを使って

i) 両手投げ ii) 片手投げ

### 3. バランスポール

座る



i) 片足上げ

寝転ぶ



ii) 仰向け・転がる



iii) うつぶせ・転がる

### 4. キャスターボード

壁を蹴る

i) スーパーマン→手でパドリングしながら戻る



### 5. 迷路（簡単な迷路に挑戦）

### 6. 書き書きしりとり（ホワイトボードを使って）

講師：「りんご」からスタート→子：「ごりら」→講師：「ラッパ」→子：「パンツ」…

### 7. アイソメトリクス運動

i) まんまるたまごのポーズ



ii) 飛行機のポーズ

### 8. お馬さんのポーズ

i) ポーズを取る（左右入れ替えて）

ii) ポーズを取りながら簡単な足し算（同時作業）



### 9. 目の体操

### 10. 手の体操

### 11. バランス

i) 片足立ち1（10秒） ii) 片足立ち2（あげた足前後） ※左右の足をかえて

### 12. ジャンプ

○本日の講習見学で、作業療法についての理解が深まりました。作業療法は「遊び」や「好きな活動」という、子どもが前向きになれるアプローチを探る点に感銘を受けました。「やりにくい」と感じることを、本人の「好き」な力で乗り越え、学校や日常生活を楽しく送れるよう支援する、非常に温かく実用的なサポートだと感じました。