



<準備と片付けの意識付け>

=生活と社会へのスキルとして重要=

スイッチの活動は、難易度は高いと思います。 その中でも、意外と苦戦するのが、「準備と片付け」です。

<準備が苦手>

- 物の場所の把握が出来ていない
- 物を探せない
- 荷物整理が出来ていない
- 文字指示の理解が出来ない など

特性ではないです！

だとしても、
日頃の積み重ねで
鍛えられます★

<片付けが苦手>

- その場しのぎの行動で記憶や学習になっていない
- 道具の意味などが分かっていない
- 自分の行動の理解が出来ていない など

<共通点>

- やってくれる物だと思っている。
- 人任せ。
- 考えて行動していない。
- 指示を聞き取りが苦手。
※「聞く」の意味は奥深いです！
- 答えを聞いて行動している。

深刻

物事をなんでもルーティン化してしまうと、

*「無意識」でも出来てしまう

*「思考力の向上は低く」なりがち。

*「これはこう！」と思っている（決めつけている）ので、
イレギュラーであつたり、追加指示の聞きもらしが出る。

*「考えて行動」をやらなくなる。

なんでも、答えを聞いて行動 = 考えて行動していない。

なんでも、答えを伝えてしまう = 考えて行動する力を止めてい



その56

今日の活動ポイント！

<ラン (トライアスロン) 練習>

本番よりも、
練習の方が大事★

11月のスポーツイベントに向けて、練習が本格スタートしています。

何が大変？

通常の活動 → *山+ウォーク *自転車 *ラン のそれぞれを、単独で行っている。

何が違う？

トライアスロン → 3種目を「水分休憩のみ」で、連続で行う。

3種目の中で一番、「得意/苦手」が顕著に出るのは、やっぱり「ラン」です。

練習中は必ず、タイムを計ります。これが、意外と「やる気をそそるカギ！」になっています★

「タイムが縮んだ！」 「一番にゴールした！」 「褒められた！」 これが嬉しい♪(^-^)/

自らと他者からの紛れもない共通実感★ これらは運動ならではの学びです!(^-^)!

運動から培った様々な精神力は勿論、他の事にも大きな相乗効果を発揮します★

※ただし、練習をしっかりと十分に行えた場合に限る！

※3種目を連続で行うのは、体力+精神面 の強さを必要とします！

「上を目指してやってみる！」事は、成長に直結です★これは、みんなが実際に証明し、教えてくれます★

注意) あくまでも、通常の活動の総集編です。 日頃の活動状況と、体力や性格、特性、スキル

(指示理解や技術など) を踏まえたチーム分けを行い、コース構成を行っています。