

## <応用力と対応力>

3月からコロナによる感染に配慮した日常が始まりました。そもそも環境の変化に慣れるのが苦手な子も多い中、生活リズムがなかなか整えず、大変そうな子もいました。しかしそんな中だからこそ、みんなの応用力と対応力の成長を強く感じられる時期になりました★

- \* 応用力 → すでに得た知識を使って、引き出し活用する力。
- \* 対応力 → 周囲の状況に合わせて物事に対処する力。

「この指示や声掛け=これ！」というような勝手なルーティン化を行い、しっかり指示や声掛けを聞かなかつたり、考えずに行動することを防ぐように様々な工夫を重ねています。

- \* 同じ声掛けにしない。
- \* 流れを一つにしない。
- \* 言い回しを散らして「曖昧」にする。 など



<効果> \*最後まで話を聞く  
\*考えて行動

に繋がれい



<結果> ★応用力  
★対応力

になってきています！

また、例えば話の「聞き逃し」であったり、「わからなかった場合」には、「教えてください」を使うタイミングがわかってきた子もいます★

日々様々なことを学び、経験を積み重ね相当の力を身に付けています！

将来（生活/社会/仕事など）において、その子に必要と思われるスキルを身に付けるべくフォロー。その子にとって「特性とは別」に、現時点として「障がい」となっている事は何かをしっかりと見極める事を心掛けて、「経験が生き、応用ができる」ように活動等を行っています★

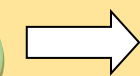
## <持久走下校をスタートしました！>

スイッチの徒歩下校の根源は、「運動をしてからのほうが、物事への集中力が上がり、落ち着いて次のことに取り組める」ということから始まっています。徒歩下校もコースなどの変更を行い、日々工夫を重ねて行っていますが、5Km位の(一人)徒歩は完全に運動よりもリフレッシュの方が強くなってきています。

そこで！「持久走下校」を取り入れることにしました！ 学校から2Kmほど歩き(20分)、残りの3Kmを走って帰る(15~25分位) 総所要時間35~45分位。徒歩下校の20~25分も早い！

今まで、55分~60分かかっていたことを、20~25分短縮できるようになると、更にいろんなことができます！みんなのレベルはすごいですよ！この誤差を課題などに活用していきます★

徒歩下校  
所要時間  
55~60分  
5km



誤差 20~25分

持久走下校  
総所要時間  
35~45分位  
5Km

持久走のみ  
所要時間  
15~25分  
3Km

### <徒歩下校と持久走下校の違い>

徒歩 → 一人で歩くことによる、開放感

持久走 → 十分な運動量によるスッキリ感

- 効果！
- \* 運動量の確保ができる！
  - \* 集中力アップ！
  - \* 体力の向上！ など

\* 持久走下校は、全員ではありません。個人個人の必要性と状況に応じて行います。

※ 着替えをし、荷物は車で運び、完全に走れる状態で行っています★