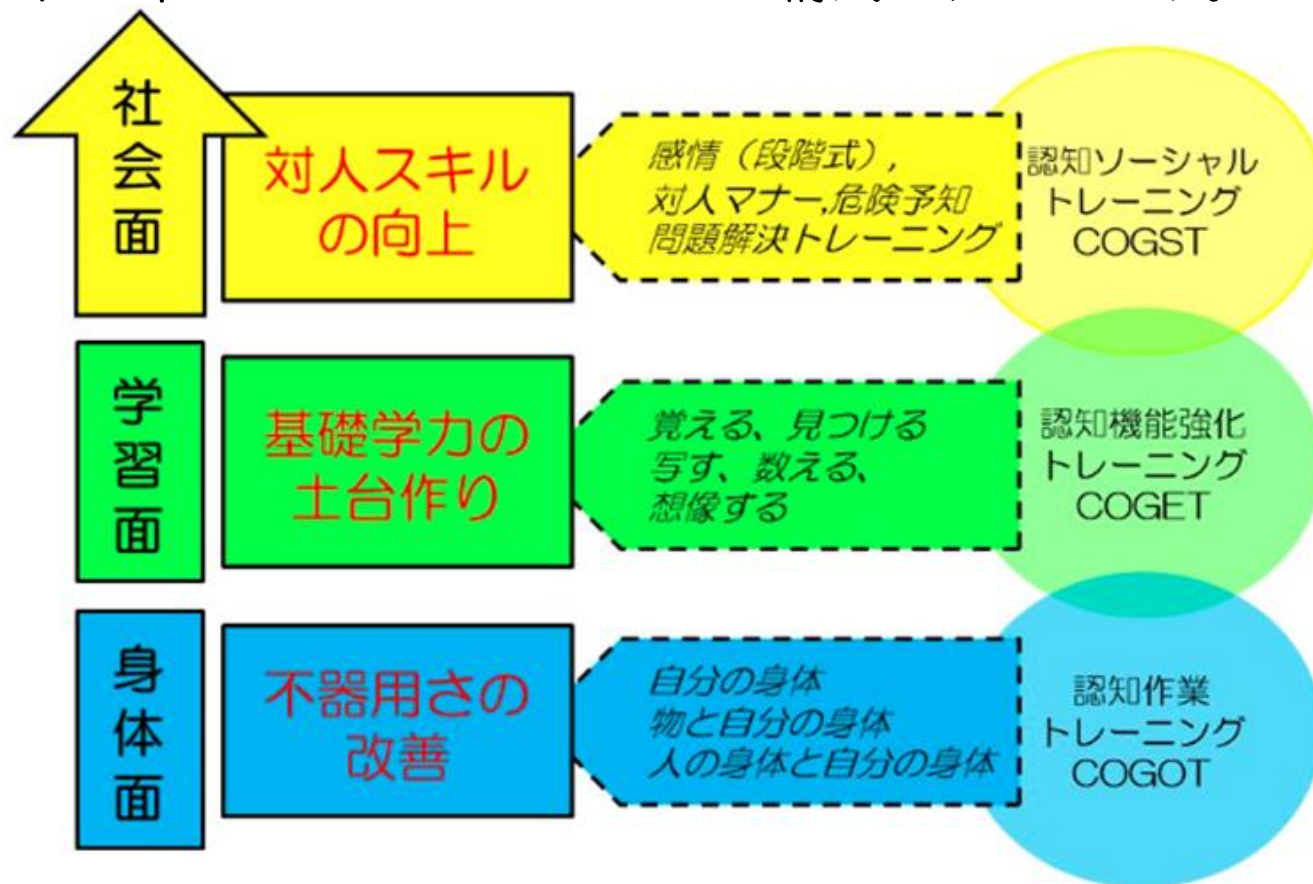


コグトレとは・・・？

- ◆ コグトレ®の構成
- ◆ 困っている子どもの特徴(5点セット+1)と事例
- ◆ コグトレ®活用のメリット
- ◆ 北九州ステップアップメソッド(コグトレ®)について
- ◆ 各トレーニングについて(学習面・身体面・社会面)

コグトレ®の構成

コグトレ® (Cog-Tr) は、認知〇〇トレーニング (Cognitive〇〇Training) の略称で、以下の3つのトレーニングで構成されています。



困っている子どもの特徴(5点セット+1)と事例

(1) 認知機能の弱さ 五感を通して外部環境から情報を整理(認知)することに歪みがある。 ・ 先生の指示を聞きとることが難しい。 ・ 黒板に書かれているものをノートに写すことが苦手。 ・ 上手く図形を書くことが難しい。	COGET 認知機能強化 トレーニング
(2) 感情統制の弱さ 感情統制の弱さから不適切な行動につながる。 ・ カッとなって、冷静な判断がしにくい。 ・ 不機嫌になりやすい。	COGST 認知ソーシャル トレーニング
(3) 融通の利かなさ 解決策が一つしかなく、予想外のことに対応できない。 ・ 思い通りにいかずに、怒りやストレスに変わる。 ・ 周囲への要求が強くなってしまう。	
(4) 不適切な自己評価 自分の評価が適切に行われない。 ・ 自尊感情の低さから被害的な感情を抱く。 ・ 他人の欠点ばかりを指摘したりする。	
(5) 対人スキルの乏しさ 相手の感情が理解できない。 ・ 相手を不快にさせる言動をとる。 ・ 友達の感情を察することができず、孤立したりする。	
(6) 身体的不器用さ ボディ・イメージがうまくできない。 ・ 物によくぶつかったり、けがをしたりする。 ・ 靴ひもを結んだり、ボタンをとめたり、細かな動作が苦手。 ・ 相手のまねをすることが苦手。	COGOT 認知作業 トレーニング

コグトレ®活用のメリット

実施上のメリット

- 包括的に実施できる点
- 手軽に実施できる点
- 体系的な構成になっている点



【子ども】

- ゲーム感覚で楽しく取り組める
- 自分の得意不得意を意識
- 自分に応じた方略の工夫
- 先生からのプラスの働きかけの増加

意欲の向上



【教員】

- 行動の背景を考える視点の獲得
- 授業の工夫の具体化
- 指導方法の引き出しが広がる
- 指導支援の行動化促進

指導力向上

北九州ステップアップメソッド(コグトレ®)について

集団を意識した
アプローチ



ステップ4

学校及び生活
場面で活用

課題に立ち向
かう力

自己理解
他者理解

ステップ3

得意は活用
苦手は練習

自信をもっ
て実行

苦手は克服

ステップ2

方略(コツ)を
意識

友達とコツ
を共有

自己選択

ステップ1

やるみる

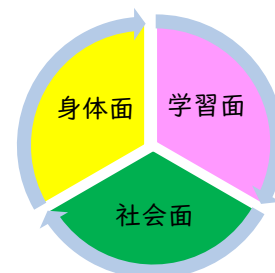
得意や苦手
の把握

子どもの姿

多様性の理解

自立した学び

課題解決力



実態把握

課題選定

活躍場面の設定

子どもへの意識付け

協働的な学び
の仕掛け

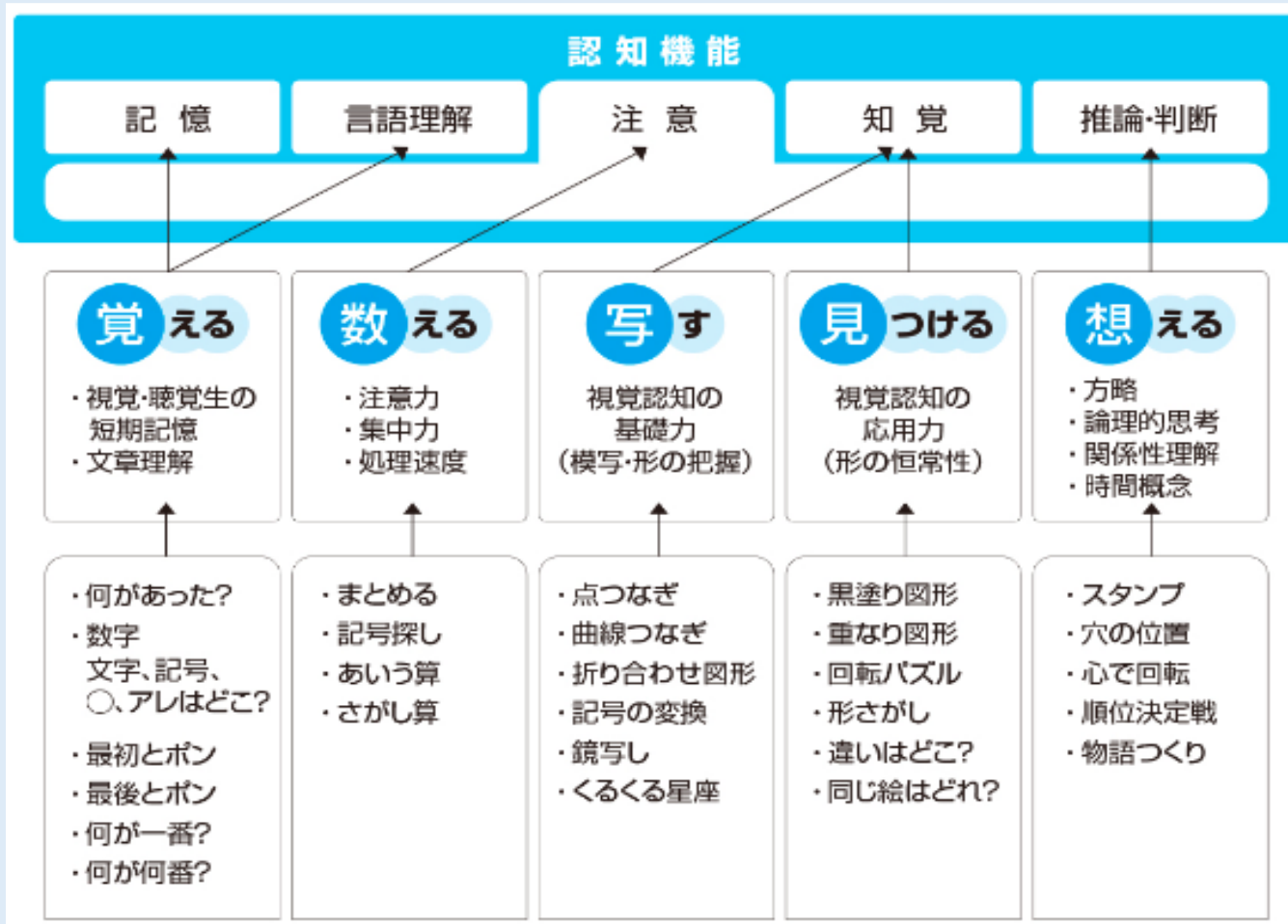
個別最適な学び
の設定

実態に応じた
授業改善

認知機能強化トレーニング

➡ 「学習面:基礎学力の土台作りを目的としたトレーニング」

認知機能強化トレーニングの構成



どんな課題があるの…？

学習面の課題（例）

認知機能強化トレーニング：基礎学力の土台作りを目的としたトレーニング

覚える

課題名：何が一番？

何が一番？ ① -1 年 月 日

① キリンさんの家は、ゾウさんの家よりも大きいです。ライオンさんの家は、キリンさんの家よりも大きいです。一番小さい家に住んでいるのは誰ですか。

② たろう君のお父さんは、お母さんより風船を大きく膨らませました。たろう君はお父さんより風船を大きく膨らませました。一番大きく風船を膨らませたのは誰ですか。

③ 運動会で赤組と青組と白組がたたかいました。赤組は青組よりも高い得点でした。白組は赤組よりも高い得点でした。優勝したのは何組ですか。

何が一番？ ① -1 年 月 日

これから問題を読みます。よく聞いて答えを〔 〕に書きます。

④ クマさんと、さんごに勝つですか。

⑤ 森の真ん中、近くにあり、一番池の近

⑥ 学校と公園、近くにあり、池に近い

1〔 〕

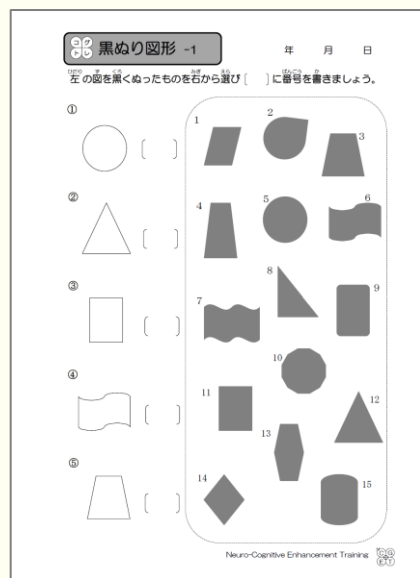
2〔 〕

3〔 〕

文章を覚えながら聞き取ることで、人の話をしっかり聞いて理解する力を養う。
(問題文は教師が読み上げ、子どもは耳で聞いて解答)

見つける

課題名：黒塗り図形



共通した形の輪郭を見つけることで、見る角度を変えても形が同じだと認識できる力(形の恒常性)を養う。

数える

課題名：さがし算

さがし算 ① -6 年 月 日

これまでの最高 目標 今回

分 秒 分 秒 分 秒

□ の平のたて、よこ、ななめのとおりあった2つの数字を足すと、9 になるものが3つずつあります。それを探して○ で囲みましょう。

1 6 2	1 4 5	4 3 2
3 5 4	5 8 3	8 6 5
1 8 7	6 7 5	3 9 4

5 4 1	2 4 5	1 4 3
2 6 5	4 3 6	8 2 1
1 8 7	6 1 5	6 7 2

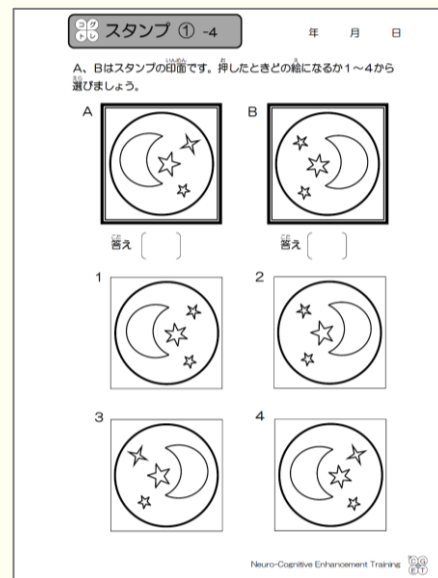
7 4 5	6 4 3	6 3 8
5 7 1	2 4 5	2 4 1
3 2 5	4 3 6	8 6 5

Neuro-Cognitive Enhancement Training

計算の速さの向上、思考スピードの向上、短期記憶力・計画力の向上につながる。様々な視点から計算を試すことで、思考の柔らかさを鍛えるトレーニングにもなる。

想像する

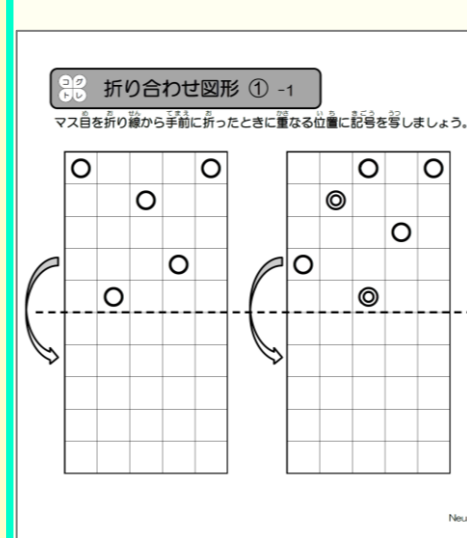
課題名：スタンプ



スタンプの印影を考えることで、イメージする力や見えないものを想像する力を養う。1つの情報から他の情報を想像するトレーニングで、空間的な課題(図形問題、地図を読む)に役立つ。

写す

課題名：折り合わせ図形



マス目にある記号を上下対象に写すことで、位置関係を把握しながら写す力をトレーニングすることができる。線対称などの概念が育成される。

どんな課題があるの…？

社会面の課題（例）

認知ソーシャルトレーニング：対人スキルの向上を目的としたトレーニング

段階式感情トレーニング

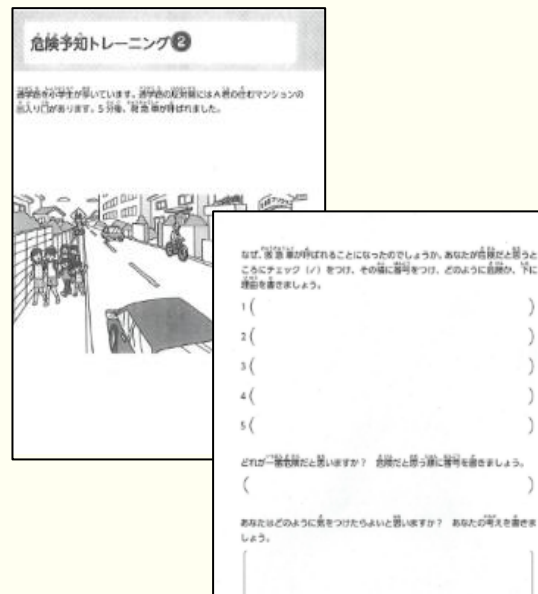
課題名：この人たちはどんな気持ち



他者（複数）の表情や状況を読み取って表現する力を養う。他者（複数）の関係性やその場の状況を理解して、その気持ちを想像する必要がある。

危険予知トレーニング

課題名：危険予知トレーニング



危険な状況を日頃から事前に予測しておくことで、危険を回避できる力を養う。

対人マナートレーニング

課題名：断るマナー



相手の気持ちや状況を想像することで、人と接するときに必要な対人マナーを養うトレーニング。失敗する場面から考え、どのようにすると成功するかを考える。

段階式問題解決トレーニング

課題名：何があったか考えよう



困ったことに直面したときに、自分の力で解決できる問題解決力を養う。

グループ（集団）で取り組み、考えを共有することで、複数の解決策が考えられることに気付いたり、様々な見方や考え方、価値観があることに気付いたりすることにつながります。

どんな課題があるの…？

身体面の課題（例）

認知作業トレーニング：不器用さの改善を目的としたトレーニング

自分の身体

- ①身体を知る
- ②力加減を知る
- ③動きを変える

課題名：色か絵か？



「色」と指示されたら止まる！

「絵」と指示されたら走る！

「色と動き」「絵と動き」をそれぞれ覚え、教師が提示したカードを見ながら「色」と指示されたら、色の動作を、「絵」と指示されたら絵の動作をする。指示がなければ、前の指示が継続している。

外部の刺激で動作を切り替えることによって注意力を向上させるトレーニング。

物と自分の身体

- ④物をコントロールする
- ⑤指先を使う

題名：綿棒積み



綿棒を「井」型に積み上げる課題。数名1チームで1本ずつ交替で、時間内に高く積み上げる。最も高く積み上げたチームが勝ちとなる。

時間に注意を向けながら指先をうまく使う力を養う。また、友達と協力しながら、周囲の進み具合を見ながら、途中で止める決断力も養う。

他人の身体と自分の身体

- ⑥動きをまねる
- ⑦動きを言葉で伝える

課題名：姿位模倣



教師（見本）のポーズを見て覚える。教師がポーズをやめたのち、合図をしたら、模倣する。鏡像になるようにまねるのではなく、教師（相手）の立場に立ってまねるように注意する。始めは簡単なポーズから始める。

相手の姿勢を記憶して模倣することで、静的・動的な動作の記憶方法を学ぶ力、注意して観察する力、身体を使った作業や仕事を身に付ける力を養う。

ここで紹介したものの他にも、さまざまな種類・難易度の課題があります。