

第6分科会

自立活動 学習指導案

海田町立海田南小学校

指導者 砂山 和美

- 1 日時 平成30年10月16日(火) 9:30~10:15
- 2 場所 かがやき教室
- 3 学級 通級指導教室(かがやき教室)
- 4 題材名 「怒りの感情をコントロールするスキルを身に付けよう」

5 題材設定の理由

- 児童観
- 題材観

本題材は、特別支援学校学習指導要領解説自立活動編 コミュニケーション(5)「状況に応じたコミュニケーションに関すること。」を指導するものであり、場や相手の状況に応じて、相手を傷つけず、かつ自分の気持ちも伝えることができる表現の仕方を身に付け、良好な人間関係を促進することをねらう。怒りの感情をコントロールし、自分が受け止めた内容に誤りがないか確かめ、相手の立場や気持ち、状況に応じて、適切な言葉の使い方ができるようにしていくことを通して、気持ちの安定につなげていく。そのために、心理的な安定(1)「情緒の安定に関すること。」にも関連させて、クールダウンの方法を学ぶとともに、自分に合った課題への取り組み方を身に付け、落ち着いて集団活動に参加する態度を育てる。さらに、人間関係の形成(3)「自己の理解と行動の調整に関すること。」とも関連付け、自分の特性を理解し、集団の中で状況に応じた行動ができるようにしていく。

- 指導観

指導に当たっては、言葉で伝えたことで相手が「そうだったんだ。分かったよ。」と理解してくれる心地良さを感じさせるとともに、「僕にも良い所がたくさんある。」と自信をもち、自己肯定感を高めることができるようにする。そのために、次の3点に重点をおいて指導する。まず1点目は、感情を可視化すること。具体的には、どんな場面でどのくらいの感情の高まりがあるかグラフで示したり、風船が大きく膨らむ状態を怒りがエスカレートする様子に例えたりする。2点目は、体感的に学習させること。書字に困難が見られるので書く負担を減らし、具体物を使って考えさせたり、役割演技をさせたりする。3点目は、自分の良さに気付かせること。本児の分析力や発想力を生かし、第三者の事例で考えさせアイデアを出させたり、本児の良い言動の実例を示したりする。これらを通して、気持ちを言葉に置き換えて相手に伝えるメリットを実感させるとともに、自己肯定感を高めていき、その中で、感情をコントロールするスキルを身に付けさせていきたい。併せて、全職員で本児の特性や取組を共通理解し、本児の適切な言動を見つけ評価したり、学んだスキルが実生活で使えているか確かめをしたりしていく。

6 題材の目標

- 怒りの感情をコントロールし、場や相手の状況に応じて、適切な言葉を選択することができる。

7 指導計画（全10時間）

次	時	学習内容	評価規準	評価方法
1	2	「自分の感情や気持ちに気付こう」 ・いろいろな感情の中で、よく表出する感情について考える。 ・強い感情を感じた時の自分の変化と周りにいる人の反応を考える。	・よく表出する感情に丸を付けている。 ・強い感情を感じた時の自分と、その時周りにいる人の表情を、絵カードから選んでいる。	発言 行動観察 ワークシート
2	3	「怒りレベルを整理しよう」 ・どんな場面で気持ちが抑えられなくなるか整理し、怒りレベルをグラフに示し、可視化する。 ・感情を爆発させた時の周りの反応や感じ方を知る。 ・怒りレベルが3になる背景を考え、レベル1にする手立てを考える。	・どんな場面でどのくらいの気持ちになるか、レベル1からレベル3で示している。 ・適切な我慢ができないと相手がどのような気持ちになるかを、絵カードから選んでいる。 ・怒りレベル3をレベル1にする方法を1つ以上発表している。	発言 行動観察 ワークシート
3	2	「自分の成長に気付こう」 ・去年の記録を見ながら気持ちを落ち着かせる方法について振り返る。 ・自分の成長に気付く。	・気持ちを落ち着かせる方法を発表している。 ・去年より成長した点を1つ以上書いている。	発言 行動観察 ワークシート
4	1	「気持ちを言葉で伝えよう」 ・気持ちを言語化して相手に伝える良さが分かる。 ・イライラする気持ちを言葉で相手に伝える練習をする。 【本時】	・言葉で伝えた方が良い理由を1つ以上発表したり、言葉で伝えた時の相手のセリフが言えたりしている。 ・どうしてほしいか言葉で相手に伝えている。	発言 行動観察 ワークシート
5	1	「教室で使ってみよう」 ・在籍学級で、気持ちを適切な言葉で伝えることができたか振り返る。	・上手に伝えられたと思う言葉を1つ発表している。	発言 行動観察 ワークシート
6	1	「自分の良いところ見つけをしよう」 ・自分の「魅力カード」を作成する。（友達にも書いてもらう。）	・友達からのカードも参考にしながら自分の良いところを2つ以上書いている。	発言 行動観察 魅力カード

8 本時の目標

- 気持ちを言語化して相手に伝える良さが分かり、どうしてほしいか言葉で伝えることができる。

9 学習過程（8時間目／全10時間）

<p>学習活動</p> <p>◎発問 ・予想される児童の反応 ○支援</p>	<p>◇指導上の留意事項</p> <p>★めざす児童の姿</p>	<p>☆評価規準</p> <p>[観点] (評価方法)</p>
<p>1 感覚統合運動遊び</p> <p>・「今月のお題」の指示内容を理解し、トランポリンを跳んだり、平均台を渡ったりする。</p> <p>2 発声トレーニング</p> <p>・絵本「となりのためき」を音読する。</p> <p>3 ビジョン・トレーニング</p> <p>・目で見た通りに体を動かす練習をする。</p> <p>4 聞くトレーニング</p> <p>・問題を聞いて、質問に答える。 (例)「修学旅行で行った姫路城は、何と呼ばれているでしょう。」</p> <p>5 ソーシャルスキルトレーニング 「気持ちを言葉で伝えよう」</p> <p>○イライラした時、どんな状態になりやすいか考える。</p> <p>・文句を言う・物を投げる・切り刻む</p> <p>◎この風船は、イライラ君です。イライラ君が大きくなっていったらどうなるでしょう。</p> <p>・このまま膨らみ続けたら、破裂する。</p> <p>・ここで止めても、何らかの刺激があったら、一瞬で割れる。</p> <p>・刺激のないところへ行けば割れない。</p> <p>・ここまで膨らまさなければ割れない。</p> <p>・少しずつ空気を抜けば、割れない。 ＝気持ちは、自分でコントロールできる。</p> <p>◎鶴が折れなくて困っていたA児ですが、①は怒った顔に、②は笑顔になっています。なぜでしょう。 (ワークシート)</p>	<p>◇楽しく入室し、気持ちの切り替えができるように、肯定的な声かけをする。</p> <p>◇怒りを少し我慢して、相手にかける言葉を変えたことで、相手の言動が優しくなっていくことを感じさせる。</p> <p>◇気持ちが乗らない時は、次に進む。</p> <p>◇どのトレーニングをするかは、選択させる。</p> <p>◇興味をもって聞けるように、学校・友達に関することと、新聞記事から問題を出す。</p> <p>◇既習のワークシートを見せ、イライラレベル3になった時の言動を想起させたり、体験談を話したりする。</p> <p>◇風船を「イライラ君」として登場させ、興味をもたせる。</p> <p>◇風船が大きく膨らむ状態を、怒りがエスカレートする様子に例え、感情を押さえつけて我慢すると、爆発して危険なことを理解させる。さらに、空気を徐々に抜きながら、このように怒りの感情をコントロールすることが大切であり、それは自分で調整でき、言葉で伝えるのもその1つの手段であることに気付かせる。(風船内に怒りの原因カード)</p>	

<p>○役割演技をして考える。</p> <p>①破ったり物を投げたら、自分も友達も怒りが増す。元に戻したり、やり直したりすることができない。なぜ怒っているのか、どうしてほしいのか、相手に伝わらない。</p> <p>②気持ちを言葉で伝えているので、何に困っているのか、どうしてほしいのかが分かる。自分も友達も、腹が立たない。</p>	<p>◇教師がA児役をし、本児に友達役をさせて、伝わり方の違いを体感させる。</p> <p>◇同じ場面で本児が「〇〇くん、来て。」「教えて。」と言い、上手に鶴が折れたことを想起させ、言葉で伝えられていることに気付かせる。</p>	<p>☆言葉で伝えた方が 良い理由を1つ以上発表したり、言葉で伝えた時の相手のセリフが言えたりしている。 〔コミュニケーション〕 (発言・行動観察・ワークシート)</p>
---	--	---

めあて
イライラする気持ちを、言葉で伝える練習をしよう。

<p>◎イライラ君に勝つ「言葉仙人」になって、ニコニコさんを増やしましょう。</p> <p>○役割演技をして、両方の立場で考える。</p> <p>①五目並べの場面</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「負けてばかりで悔しいです。勝てるコツを教えてください。」 <p>②給食時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「だめって言われたら（事実）腹が立つ。（自分の感情）“給食当番をしていない人は、おかわりできません”と始めから言ってくれたらよかったのに。（改善策）」 (本児が1学期に実際に言った言葉) (時間があれば、【練習】をする。) <p>6 まとめと振り返り</p>	<p>◇1つ目は、第三者の事例で考えさせる。</p> <p>◇書くことを嫌がる時は、代筆し、考えることに集中させる。</p> <p>◇適切な言葉が出ない時は、「言葉仙人」からのアドバイスを聞かせる。</p> <p>◇上手に言えた時の実例を挙げ、自分はできていないと思っているが、実はうまく伝えられていたことや、学級担任が「どうしてほしいかを、初めて言葉で伝えてくれた。」と、喜んでいたことを知らせる。</p>	<p>☆イライラする気持ちを言葉で相手に伝えている。 〔コミュニケーション〕 (発言・行動観察・ワークシート)</p>
--	--	---

まとめ
「言葉仙人の弟子」認定の言葉→「だめって言われたら腹が立つ。“給食当番をしていない人は、おかわりできません”と、始めから言ってくれたらよかったのに。」

◇本児の言葉を、まとめとする。

★「どうしてほしいか言葉で伝えるようにする。」
「イライラ君に勝つ“言葉仙人”になって、ニコニコさんを増やしたい。」

<p>7 次時の予告</p> <p>◎今日から言葉仙人の弟子です。教室や家でも修行して、言葉仙人になりましょう。次回、近づけたかどうか振り返りをしましょう。</p>	
--	--

10 教室内の配置図

