

第5学年B組 学級活動誘導案

T1 教諭 福島 未佳

T2 養護教諭 大淵 紗代子

主題 わたしのイライラへの対処法

(学級活動(2)イ よりよい人間関係の形成 11月)

主題へ向かう児童の実態	主題を支持する理由
<ul style="list-style-type: none"> ○ 本学級の子どもは、休み時間に運動場で仲良く遊ぶ姿や、委員会活動や係活動には「協同」という学年目標を意識しながら取り組む姿が見られる。しかし、自分のイライラ感から友達に対して強い口調で言ったり、自分の不快感を表情に出したりすることでトラブルに発展するという実態がある。 ○ 事前アンケート「嫌なことがあっても八つ当たりしない」の回答では「全然、八つ当たりしない」は16.4%で「よく」「時々」「たまに」と程度は様々だが、嫌なことがあると「八つ当たり」という手段を選択したことがある子どもが83.6%いることがわかった。 ○ 「イライラした感情」に絞って行った事前アンケートでは、「イライラを感じたことがある」と回答した子どもは100%であった。イライラの原因の上位3項目は「友達や兄弟姉妹とのけんか」55.9%、「大人(保護者や教師)から怒られたとき」26.5%、「勉強がわからないこと」11.8%であり、82.4%が人間関係と繋がっていることがわかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 事前にSEL-8S「基礎的社会的能力」の実態調査を行った。その偏差値(平均値は40～60となる。)を比較すると「他者への気づき」51.8「自己への気づき」50.5「自己コントロール」51.2であり、「他者」より「自己」に関することに課題があることがわかった。「わたしのイライラへの対処法」として、「自己」の感情に着目し、各自で考える本主題は、意義深いと考える。 ○ イライラを感じた時にそれを対処する方法を身に付けることは、今だけではなく、学年が上がったとき、中学生になったとき等、生涯を通じて活用できる内容で、これは生きる力を育むことに繋がると考える。 ○ イライラの感じ方、その対処法は人それぞれ違う。自分がイライラする(しそうな)状況やその時の状態を理解し、それを対処する自分なりの方法を考えること、また、同じ状況で他者はどの程度イライラを感じるのか知る活動は、よりよい人間関係を築くために必要があると考えられる。






目標
<p>＜知識及び技能＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ イライラについて理解し、その対処法を身に付けることができる。 <p>＜思考力、判断力、表現力等＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ イライラへの対処法について、自分の考えを伝えたり相手の意見を聞いたりすることができる。 <p>＜学びに向かう力、人間性等＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ イライラを感じた時、その状況やイライラの程度に適した自分なりの対処法を選択し、取り組もうとする。

誘導の着眼
<p>【着眼1】 自分の感情の変化に気付き、自己コントロールへ繋ぐ指導構成の工夫 自分がイライラする状況やその程度を把握することができるように、「いつ」「どこで」「どのようなことで」を明らかにしたり、イライラの程度を温度で表したりする活動を設定する。</p> <p>【着眼2】 学び合いへの支援 同じ状況でもイライラの程度や対処法は人によって違うことを実感することができるように、イライラを感じそうな場面を提示し、個人で考えた後に4～5名のグループで交流する場を設定する。</p>

活動計画 (1時間+課外)

1 感情の生起と種類	〈事前〉— 朝の活動
2 イライラした感情	〈事前〉— 朝の活動
3 イライラへの対処	〈事前〉— 朝の活動
4 わたしのイライラへの対処法	〈本時〉— 学級活動
5 個別支援や家庭との連携	〈事後〉— 休み時間、家庭

- (1) **ねらい**
家庭でイライラしそうな状況や学校でイライラしたときのこと、また、その程度を考えることを通して、自分のイライラの特徴を把握し、自分に適したイライラへの対処法を決定し、実践する意欲をもつことができるようにする。
- (2) **本時における学びを愉しむ子どもの姿**
自分にあったイライラへの対処法を考える姿【つくる】
- (3) **準備**
タブレット端末、大型モニター、学びのあしあと、黒板に掲示するイライラの温度計
- (4) **展開**

学習活動と子どもの意識	誘導上の留意点(○)と評価(※)
<p>1 既習内容を想起しながら本時のめあてをつかむ。</p>  <p>「イライラ」と「怒り」は違い、「怒り」までいかない状態が、「イライラ」でした。</p> <p>自分がイライラしたときの状態を知り、それを対処するための方法を考えよう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ めあてをつかむことができるように、保健指導で行った「イライラした感情」や「イライラへの対処法」についてふり返る場を設定する。(T1, T2)
<p>2 自分のイライラの程度とその対処法を考える。</p> <p><設定場面> 宿題があるから、あと5分でゲームをやめようと思っていたときに、お母さんから「いつまでゲームをやっているの。早く宿題をしなさい。」と強く言われた。その横で、弟から「いつもお兄ちゃん(お姉ちゃん)はゲームばかりやっているよね。」と言われた。</p> <p>合い言葉は「<u>自分のあい</u>を傷つけない物」でした。</p>  <p><3つの約束></p> <ul style="list-style-type: none"> ① <u>自分を傷つけない。</u> ② <u>相手を傷つけない。</u> ③ <u>物を傷つけない。</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ○ イライラの程度や対処法を共通の内容から考えることができるように家庭で起こりそうな場面を提示する。(T1, T2)【着眼2】 ○ 社会的に容認されない対処法があったことを確認できるように、「対処法には3つの約束がありました。合い言葉は何でしたか。」と問う。(T2) ○ イライラの程度を共通の指標で考えることができるように、「イライラの温度計」を提示する。(T2)【着眼1】 ○ 温度のイメージがわくように、40℃はお風呂、100℃は沸騰して湯気が出ているやかんのイラストを提示する。(T2)【着眼1】 ○ 対処法を想起できるように、保健指導時に出し合った対処法をロイロノートスクールで共有する。(T1, T2) ○ イライラの程度や対処法は人によって違うことが実感できるように4~5名のグループで交流する場と、グループ内で気付いたことを全体で発表する場を設定する。(T1, T2)【着眼2】
<p>3 学校生活で経験したイライラ感について想起する。</p>  <p>去年、靴箱の掃除の時、遅れてくる人がいたら、イライラしていました。イライラの温度は60℃くらいです。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 自分が学校でイライラしたときの状況や状態が明確になるように「いつ・どこで・どのようなことで」イライラしたのか、また、その「温度」について個人で考える場を設定する。(T1, T2)【着眼1】 ○ 全員が自分の事として捉えることができるように、想起できない子どもには「イライラしそうなことや、家でのことでもよいです。」と伝える。(T1, T2)【着眼1】
<p>4 想起したイライラ感への対処法について考える。</p> <p>イライラへの対処は、自分一人でするのではなく、相談するという方法があります。学校では友達や先生に相談ができますね。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 対処法の選択肢を広げることができるように、保健指導時に子どもから出てこなかった「相談」という方法を提示する。(T2) ○ 自分に合った対処法を考えることができるように「その時の自分に、どのような対処をしたらよいのかアドバイスしましょう。」と投げかける。(T1, T2)
<p>5 自分に合った対処法を決める。</p>  <p>イライラが80℃のとき、強い口調になりそうです。それを防ぐために、ゆっくり深呼吸をします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 日常生活でイライラを感じたときに対処できるように、自分にあった対処法をイライラの程度にわけて決定する場を設定する。(T1, T2) ※ 自分に適したイライラへの対処法を決定し、実践する意欲をもっている。
<p>6 本時の学習をふり返り、日常実践への意欲をもつ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 本時の学習をふり返り、決定した内容を日常的に意識できるよう「チャレンジシート」の説明をする。(T1, T2)