学級活動指導案

指導者　府中町立府中小学校

教諭　寺本　風花

１　日時　令和３年９月 15 日（水）　５校時

２　学年　第６学年２組　（男子 20 名　女子 16 名　計 36 名）

３　場所　第６学年２組教室

４　題材　「感情に対処するスキル～怒りに振り回されずにおだやかにいよう～」

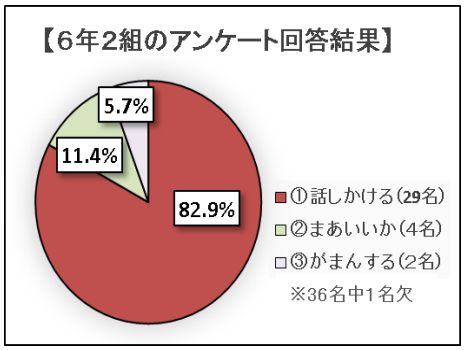
学級活動（２）イ　よりよい人間関係の形成

５　題材について

（１）児童の実態

前時の SST では，児童はアサーショントレーニングを行っている。まず，下の事例を基に自分ならどうするかを考えさせた。

「自分のイニシャルが入った大切なシャープペンシルが昨日から行方不明で，あまり話したことがない児童Ａが同じシャープペンシルを持っていた。あなたならどうするか。」という質問に対し，80％以上の児童が「話しかける。」と回答し，積極的に関わろうとしている児童が多く見られた。



アンケート結果を右に示す。

その後，３つ（攻撃的自己表現，非主張的自己表現，積極的自己表現）の自己表現のタイプを知り，相手の気持ちも，自分の気持ちもどちらも大切にできるような自己表現の仕方について考え，交流を行った。

前時で行ったアサーショントレーニングのように，授業の中で落ち着いて考える時には，相手の気持ちを考えながら自分の気持ちをうまく伝えられる児童が多く見られたが，実際の生活の中では，カッとなったときや心が落ち着いていないとき，焦っているときなどに，上手に伝えられていない様子が見られる。また，自分の本当の感情を理解できず，対処する方法も知らないことでストレスを溜めてしまう児童もいる。

（２）題材設定の理由

本題材は，小学校学習指導要領特別活動〔学級活動〕の「（２）日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の「イ　よりよい人間関係の形成－学級や学校の生活において互いのよさを見付け，違いを尊重し合い，仲よくしたり信頼し合ったりして生活すること。」を受けて設定した。

自分の気持ちを上手に主張し，自分の力でうまく対処することは，良好な人間関係を保つだけでなく，児童が抱える諸問題に対する予防策や解決策にもなりうる。感情には，喜怒哀楽などがあるが，今回は，特に人間関係に影響しやすい「怒り」の感情に焦点をあてて，感情に対処する力（スキル）を取り上げる。

また，怒りなどの不快な感情をもったとき，感情のままに行動すると人間関係を壊してしまったり，相手に伝えず我慢していると自分がストレスを抱えてしまったりする。怒りの気持ちの奥にある自分の本当の気持ちや相手に伝えたい思いをどのように相手に伝えると，自分の気持ちや状況をより理解してもらえるかについて考え，自分に合った感情に対処する方法を身に付けることをねらいとする。

（3）指導観

本時ではまず，感情への対処の悪い例を教師と児童でロールプレイし，それぞれの立場の人がどのような気持ちになったかを考えさせることで，「怒り」をうまく対処できないとどのような問題点があるのかに気付かせ，問題点を理解した上で，「怒り」に対処する方法を考えさせたい。また，データ送受信ツール（オクリンク）を使い，児童それぞれの対処方法を画面上で交流させることで，自分と友達の考えを比べ，自分に合った対処の仕方を見付けさせたい。

次に，設定（友達に貸した自分の大切な本の表紙が折れて返ってきた。）した場面で，自分で考えた対処法をロールプレイにより体験し，相手に自分の気持ちを伝えることで，自分や相手がどのような気持ちになったか振り返らせ，感情に対処することのよさに気付かせたい。

最後に，授業で学んだソーシャルスキルを日常生活のいつ，どこで，どのようなときに生かしていきたいか振り返りをするとともに，学習したことを生活に生かせているかどうか，後日，チャレンジシートを活用し，友達同士で取り組みを確認し合うことで実践の継続を図りたい。

6　第５学年及び第６学年の評価規準

よりよい生活や 人間関係を築くための 知識・技能	集団の一員としての 話合い活動や実践活動を通した 思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係を よりよくしようとする態度
自分の感情を正しく理解し，自分に合ったスキルで対処することは良好な人間関係を保つことにつながることを理解するとともに，そのために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	自己の生活上の課題に気付き，多様な意見を基に，自分に合った解決方法を意思決定し，実践している。	日常生活を振り返り，自己の生活上の課題の解決に向けて粘り強く取り組んだり，日常生活に生かしたりしようとしている。

7　事前の指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
・感情を理解するスキルについて知る。 ・感情が起こる理由を考え，感情は変化するものであることを知る。	・朝の会や帰りの会を活用して，場面からその時の気持ちを考えたり，感情からその場面を考えたりすることを通して，感情は様々であり，人によって感じ方や表現方法が異なることに気付かせる。	・感情は，外から見えにくいため，言葉で表現すると相手とわかり合うことができることを理解する。 （知識・技能） 【ワークシート】

8　本時のねらい

・感じた「怒り」をコントロールしないと自分も相手も傷ついてしまうことを理解し，自分に合った怒りに対処する方法を考えることができる。

9　本時の展開

	児童の活動	指導上の留意点	資料	目指す児童の姿と評価方法
導入	**インストラクション（5分）** 1　事前指導の振り返りと授業のルールの確認を行う。	・「感情」とはどんなものであったか，事前指導の内容を振り返る。		
展開	**モデリング（15分）** 2　感情への対処の悪い例を体験し，感じたことを話し合う。 設定：友達と公園で遊ぶ約束をしていたのに，友達がいつまで待っても来てくれず，次の日，その友達に自分の気持ちを伝える。 ・モデル（悪い例） 「公園で一緒に遊ぼうって言ったのに何で来なかったの？最悪。」（相手を責める口調で）	・教師と児童1名でロールプレイする。 ・言った人（A），言われた人（B），見ていた人（C，D）はどんな気持ちになるかを考えさせる。 A：相手を責める気持ちはあるけど，後味が悪いな… B：悲しい，1回くらいでこんなに責められるなんて…友達やめようかな… C，D：怒っていて怖い。関係がなくても聞いているだけで嫌な気持ちになる。言った人のことが怖くなる。 ⇩ 何がいけないかったのか再度考えさせる。 ・自分のことしか考えてない。 ・「怒り」の感情をそのままぶつけてしまっている。 ※パワーポイントを使って補足説明を行う。	ワークシート パワーポイント	自分の感情を正しく理解し，自分に合ったスキルで対処することは良好な人間関係を保つことにつながることを理解するとともに，そのために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。（知識・技能）【発言・ワークシート】 ♡自己理解及び他者理解を深めている姿
	めあて：怒りに対処する方法を出し合い，自分に合った方法を見付け，よさを味わおう。			

	3　「怒り」に対処する方法を考え，データ送受信ツール（オクリンク）で共有する。 4　友達の対処方法も参考にして，自分がやってみたい対処方法を考える。 **リハーサル・仲間からのフィードバック（15 分）** 5　自分のやってみたいと思う対処方法を実践する。 設定：友達に貸した自分の大切な本の表紙が折れて返ってきた。	・対処の方法について様々な意見を出させ，意見を交流させることで自分に合った対処方法を考えさせる。 ・自分や友達の対処方法を実践することのよさについても考えさせながらワークシートにまとめさせる。 ・実践してみて，生活に生かせそうかどうか，振り返りをさせる。		自己の生活上の課題に気付き，自分に合った対処法を考えている。（思考・判断・表現）【データ送受信ツール（オクリンク）・観察・発言】 ♡感情や行動をコントロールしている姿 ♡前向きにチャレンジしようとしている姿
終末	**教師からのフィードバック（10 分）** 6　今日の学習で学んだこと，日常生活のいつ，どこで，どのようなときに生かしていきたいかなどを振り返りシートに書く。	・日常生活の中で取り組めるよう働きかける。また，気持ちは自分できりかえられることを伝える。 ・後日，チャレンジシートを配布することを伝え，学習したソーシャルスキルを生活で実践していくことが「よりよい人間関係の形成」につながることを伝える。	振り返りシート	日常生活を振り返り，自己の生活上の課題の解決に向けて粘り強く取り組んだり，日常生活に生かしたりしようとしている。（主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度）【振り返りシート】

１０　板書計画

9/15　感情に対処するスキル～怒りに振り回されずにおだやかにいよう～

怒りをうまく対処できないと…

相手との人間関係 ✘

周りで聞いたり見たりしている人の気持ち ✘

自分を好きになれない

【授業のルール】
・じゃましない
・はずかしがらない
・ひやかさない
・積極的に参加する
・グループでの話し合いを大切にする。

めあて：怒りに対処する方法を出し合い，自分に合った方法を見付け，よさを味わおう。

【感情に対処する方法】

・深呼吸する。　→リラックスできる。
・その場から離れる。　→気持ちのリセットができる。
・誰かに相談する。　→人と話すことで切り替えられる。
・一人の時間をつくる。　→イライラする気持ちを忘れられる。
・好きなことをする。　→楽しい気持ちになる。

１１　事後の指導

児童の活動	指導上の留意点	目指す児童の姿と評価方法
・　自分の決めた感情に対処する方法が日常の中で取り組めているかどうか振り返る。 ・友達同士で取り組みを確認し合う。	・朝の会や帰りの会などを利用して自分の取り組みを振り返ったり，友達同士で取り組みを確認し合ったりすることにより，実践の継続を図るようにする。	・日常生活を振り返り，自己の生活上の課題の解決に向けて粘り強く取り組んだり，日常生活に生かしたりしようとしている。 （主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度） 【チャレンジシート】