

平成 30 年 11 月 21 日 (水)

第 4 学年 1 組

男子 9 名
女子 12 名

計 21 名

指導者 利田 政美

特別活動

題材名

心の力, アップ

本題材で育成する資質・能力

多様性適応力

自らへの自信

1 題材について

(1) 児童の実態

第 4 学年の児童を対象に、9 月に実施した「レジリエンスの状況を測定（5 段階尺度）する質問」を行った結果、次のような特性が見られた。

因子	質問項目	評定平均値
感情調整	あきっぽい方だと思う	4. 1 0
	その日の気分によって行動が左右されやすい	3. 6 5
	気分転換がうまくできない方だ	3. 4 5
肯定的な未来志向	自分の未来にはきっといいことがあると思う	2. 8 5
新奇性の追求	新しいことや珍しいことが好きだ	4. 2 5

※抽出された因子は 4 因子、質問項目は 19 項目

自身の感情をうまくコントロールできるかといった「感情調整」因子の質問項目（逆転項目）が、他の因子の質問項目に比べ概ね高い数値となった。児童は感情の制御が難しく、そのときの気分に左右され長続きしにくい特性を備えていることがうかがえる。また、自分の将来の見通しを問う「肯定的な未来志向」因子の質問項目の数値が低かったことから、児童の多くが自身の将来に明るい展望を抱けていないことがうかがえる。加えて、新しいことに興味をもつといった「新奇性の追求」因子の質問項目の数値が高かったことから、目新しく珍しいことに強い興味や関心をもつといった傾向が強いものと思われる。

以上のことから、本学年の児童は、新しいことや珍しいことへは高い関心を示すが、将来の目標に向け、強い信念をもってねばり強く取り組むことが難しい傾向にあるものといえる。

(2) 題材設定の理由

本題材は、小学校学習指導要領（平成 29 年度告示）解説特別活動編

(3) 一人一人のキャリア形成と自己実現

- ア 現在や将来に希望や目標をもって生きる意欲や態度の育成
学級や学校での生活づくりに主体的に関わり、自己を生かそうとするとともに、希望や目標をもち、その実現に向けて日常の生活をよりよくしようとすること。

の内容に基づき設定した。

児童が互いのよさを見付け、相手を尊重することで信頼し合える学級を醸成したい。そして、児童が自身のよさに気づき、ポジティブな感情を抱くことで、学級生活に主体的に関わり、希望や目標をもった日常生活となることをねらいとする。

個々の児童におけるレジリエンスは生来の固定的な特性ではなく、むしろ家庭や学校といった生活環境に応じて変化するものであり、日頃の教師との接し方や学級集団の成熟度、授業における達成感、成就感といった環境要因が大きく影響するものと考え。本題材は、そうした環境要因の向上に向けた取組を基盤とし、児童の他者及び自己に対する意識や考え方をポジティブなものに高めていくものである。

指導にあたっては、個別のカウンセリングの場合のように児童の心に深く入り込むのではなく、明るい雰囲気の中、児童が素直な気持ちで互いに相手の長所や強みを伝え合ったり、自身がこれまで経験した大きな喜びや幸せを感じた場面を想起したりする活動を、ロールプレイング等を用いファシリテートする。

また、学校生活の具体的な場面で学習内容が生かせるよう、児童の望ましい人間関係づくりとともに、自己肯定感を高めるために本校で取り組んでいる「心うきうきカード」、「ありがとう貯金」といった児童会活動につなげていきたい。

(4) 本題材の目標

ネガティブな気持ちからの脱出方法を考え身につけることで、逆境にもくじけない力（レジリエンス）を強める。

2 指導と評価の計画について

(1) 題材の評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団や社会の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自己の生活の充実と向上に関わる問題に関心をもち、自主的、自立的に日常の生活を送ろうとしている。	日常の生活における自己の課題を見出し、自己を生かしながら、よりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	集団や社会への適応及び健康で安全な生活を送ることの大切さや実践の仕方、自他の成長などについて理解している。

(2) 指導と評価の計画（全6時間）

次	目標	評 価				
		関	思	知	評価規準	評価方法
第一次	よい気持ち、いやな気持ちについて考え、ネガティブ感情の悪循環からの脱出方法といったレジリエンスに関心をもち、主体的に考えようとしている。	◎		○	レジリエンスについて関心をもち、主体的に考えようとしている。	行動観察 ワークシート
第二次	自己の感情を理解し、ロールプレイング等の体験活動を通して、レジリエンスを強めることで、ネガティブ感情からの脱出方法を身につけることができる。		○	◎	ネガティブ感情からの脱出方法について理解している。	行動観察 ワークシート
第三次	自分の捉え方の特性を知り、自分なりのネガティブ感情からの脱出方法を考えることができる。	○	◎		ネガティブ感情から脱出するために、前向きな気持ちを高めていく方法を考えている。	行動観察 ワークシート
本時						
第四次	自分の強みを知ることで、自分に合ったレジリエンスを強める方法を理解することができる。		○	◎	自分に合ったレジリエンスを強める方法を個々に見つけている。	行動観察 ワークシート
第五次	協同して作成するサポーターマップにより、自己のサポーターの存在に気づくことができる。	○		◎	サポーターマップを作り、サポーターの存在に気づくことがポジティブな気持ちを高めていくことを理解している。	行動観察 ワークシート
第六次	感謝の気持ちをもつことで、ポジティブ感情を高め、レジリエンスを強めることができる。	◎		○	感謝の気持ちをもつことで自分のレジリエンスを高めようとしている。	行動観察 ワークシート

3 本時について（3／6時間）

（1）本時の目標

困難な問題に対する自分の捉え方の特性を知り，自分に合ったネガティブ感情からの脱出方法を考えることができる。

（2）準備物

ワークシート

（3）学習の展開

学習活動（○） 予想される児童の反応（・）	指導上の留意事項（○） 配慮を要する児童への手立て（◆）	評価規準 【評価方法】 【資質・能力】
1 前時の学習内容を確認する。		
◎「レジリエンス」「ネガティブな気持ち」の意味を確認する。 ・レジリエンスは，立ち直っていく力。 ・ポジティブは，よい気持ち。 ・ネガティブは，いやな気持ち。	○スライド（視覚資料）を用いて，前時の学習内容を想起させる。	
2 本時のめあて，学習の流れを確認する。		
◎ネガティブな気持ちからの脱出方法を整理する。 ・音楽を聴く。 ・運動をする。 ・落ち着く呼吸法をする。	○前時の学習内容を想起し，ネガティブな気持ちからの脱出方法を挙げさせる。 「音楽」「運動」「呼吸法」 ○「音楽」「運動」「呼吸法」等，実際に体験したときの気持ちを発表させる。 ◆前時のスライドを提示することにより，自分なりの脱出方法を思いださせる。 ○本時のめあてを提示し，見通しをもたせる。	
めあて：どんな気持ちをもてば，困難な問題を乗り越えていけるか考えよう。		
3 気持ちの捉え方について考える。		
◎先生から「明日，漢字のテストをします。」と言われたときの気持ちを考える。 ・漢字は苦手だから，できないに決まっている。 ・0点かもしれない。 ・少しは練習しよう。 ・簡単な漢字なら書けるかもしれない。 ・急にそんなことを言って，いやな先生だ。	○困った事例を提示する。 【具体的な例】 ある日，帰りの会で，突然，先生から「明日，漢字の100問テストをします。」と言われた。 ○自分なりの気持ちを吹き出しに書かせる。 ◆気持ちのキーワードを提示し，その中から近い気持ちを選ばせる。 ○人の気持ちは様々であることを実感させる。	

◎気持ちの捉え方によって、グループに分ける。 ・不安・心配・無気力 ・やる気・元気 ・イライラ・いかり	○似たような気持ちによってグループに分けさせる。 ○例示された感情を三つのグループに当てはめさせる。 ○自分はどの気持ちに近いか気づかせる。	
4 「考え方を前向きにする」ことの大切さと方法について考える。		
◎ネガティブな気持ちが少しでもポジティブな気持ちになるようなメッセージを考える。 ・前向きな気持ちで、すごいね。 ・私もポジティブに考えるようになりたい。 ・音楽を聴いて気持ちを落ち着かせるといいよ。 ・5文字だけでも覚えてみたらどうかな。 ・「やったらできるかもしれない。」と思い込んでみたらいいよ。 ・頑張ったら良いことがあると考えるとやる気が出るかもしれないよ。	○ワークシートに、各グループへのメッセージを書かせる。 ◆前時で学習したネガティブな感情からの脱出方法を思い出させる。 ○メッセージによって、気持ちがポジティブになり、ネガティブな気持ちから脱出しやすくなることに気づかせる。 ○メッセージの中から、自分にできそうなことを見つけさせる。 ○「自分自身の考え方を前向きにすることがレジリエンスを強めることであることに気づかせる。	ネガティブ感情から脱出するために、前向きな気持ちを高めていく方法を考えている。 (思考) 【ワークシート発表】 【多様性適応力】 【自らへの自信】
5 振り返りをする。		
◎本時の学習について振り返る。 ・自分の考え方のくせがわかった。 ・「考え方を前向きにする」ことで、レジリエンスを強めることができる。 ・友だちからのメッセージをやってみようと思う。	○「なるほど。」と思ったことや、「これからやってみたい。」と思ったことをワークシートに書かせる。	