

育 Me 科 学習指導案 「ちょっと落ち着いて」

○ねらい

予期していない様々な状況でも落ち着いて行動することが大切であることを理解し、気持ちを落ち着かせる方法を知り、場面に応じた方法を選択できるようにする。

	活動内容	進め方・支援	育 Me 科の視点
導入	<p>1 あいさつ ・前時の学習内容「優しく断ろう」を確認する。</p> <p>2 学習内容の理解 ・教師によるモデリング1</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>〈場面1〉登校後に宿題を忘れたことに気づく 何も考えず、とりあえず謝りに行き叱られる</p> </div> <p>・教師によるモデリング2</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>〈場面1〉登校後に宿題を忘れたことに気づく ①深呼吸をする ②場所を変える 〈場面2〉運動会のリレー、自分の順番がせまり緊張している ①目を綴じる ②場所を変える</p> </div> <p>3 本時のめあての掲示</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>場面に合わせて、適切な方法で自分を落ち着かせよう。</p> </div>	<p>・ペアで確認後、全体で確認知る。</p> <p>・モデリング1から落ち着いて行動することが大切になることを理解させる。</p> <p>・モデリング2を通して、自分を落ち着かせるための方法を理解する。</p>	<p>・「おかめのあいさつ」を用いる。</p> <p>・日常生活で予期せぬ場面にあったとき、自分がどんな行動をとっているか思い起こさせる。</p> <p>・場面に応じてとるべき行動が違うことを理解させる。</p> <p>・みずばしろう「こころの信号機」(3・4年)を想起させたい。</p>
展開	<p>【自分を落ち着かせるためのポイント】 ①深呼吸をする ②目を閉じる ③数を数える(5→1)</p> <p>①深呼吸のポイント ・お腹に手をあててゆっくり吸い、お腹が張っていることを確認する。 ・1～2秒程度息を止め、ゆっくり吐く。</p> <p>4 ペア活動 ・2人ペアでやりとりする。互いに適切な方法を取り入れられているか評価する。</p> <p>〈場面〉①授業の予定変更 ②教室の移動時に接触事故 ③夕飯のメニュー変更 ④⑤提出物の忘れ物 ⑥⑦時間超過 ⑧天候不良 ⑨係の仕事忘れ ⑩急な頼まれごと など</p> <p>※詳細は指導資料プレゼン</p>	<p>・場面提示は電子黒板で行う。1回行うごとにペアを入れ替えて行き、同じ相手とすることがないようにする。</p> <p>・児童の様子を見ながら、適切な方法でない場合は助言する。</p>	<p>・ロールプレイの前に各場面での気持ちを確認するとよい。</p> <p>・みずばしろう「きちんとお願い」「優しく断ろう」の学習内容も取り入れながらロールプレイをさせたい。</p> <p>・状況に合わせて落ち着かせる場面や方法が異なることを共通理解を図りたい。</p>
まとめ	<p>6 ふりかえり ・自分が生活している姿を振り返り、「あのときこれ(深呼吸、目を閉じる、数を数える)をすればよかった。」と思う具体的な場面を思い出し、ワークシートに記入させる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <p>【出口での児童の姿】 「慌てたり、イライラしたりすると何も考えず行動してしまうときがあるから、そういった場面で今日のスキルを使いたい。」</p> </div>		<p>・事前に心を落ち着けることがその後に起こる問題を防ぐことにつなげたい。</p>