

自立活動 学習指導案

中学校LD等通級指導教室

1 単元名

「困ったときの解決方法を考えよう」

- 2 心理的な安定 (2) 状況の理解と変化への対応に関すること
- 3 人間関係の形成 (3) 自己の理解と行動調整に関すること

2 生徒の実態 (1年 A) と指導内容

【生徒の実態】

健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	<ul style="list-style-type: none"> * 客観的に今の状態や気持ちを整理すると、立ち止まって考え直すことができる時がある。 * 環境の変化に弱く、初めてのことや苦手なことがあると極度に緊張する。 * 分からない問題があると焦ってしまい、落ち着いて考えられなくなることがある。 * 間違えないようにしたいと考え、緊張する。 	<ul style="list-style-type: none"> * クラスメイトや部活の仲間に嫌なことをされた時に、気分が過度に落ち込んで学校生活が不安になり、暗い気持ちで学習に取り組むことがある。 * 「自分が得意なことや不得意なこと」を理解することが不十分である。 	<ul style="list-style-type: none"> * 時間配分を考えたり、迷路やパズルをしたりと、全体を見通して考えることが苦手である。 		<ul style="list-style-type: none"> * 集団の中で、予め決まった内容は話すことができる。 * 難しい言葉を並べ、独特の話し方をする。(特に親しい相手と個人的に話す時) * その場で判断した考えや思いを伝えることが苦手で、緊張したり、自信がもてなかったりして、話すこと自体、不安になる。



指導目標	<ul style="list-style-type: none"> ◆自分の気持ちが不安定になる状況を理解し、困った時に対応ができるようにする。 ◆自分の特性を理解し、自己に肯定的な感情をもつことができる。
------	--

【項目の選定】

健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	<ul style="list-style-type: none"> (1) 情緒の安定に関すること (2) 状況の理解と変化への対応に関すること (3) 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること 	<ul style="list-style-type: none"> (3) 自己の理解と行動調整に関すること 	<ul style="list-style-type: none"> (5) 認知や行動の手掛かりとなる概念を形成すること 		<ul style="list-style-type: none"> (5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること

【具体的な指導内容】

<ul style="list-style-type: none"> ・分からなくて不安になった時や、できなくてどうしていいか分からなくなった時に、気持ちを落ち着ける方法を身に付ける。 ・不安定になる要因を客観的にとらえ、自己否定することなく、解決の方策を具体的にもつことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・分からないことや困った時に自分から尋ねたり、行動したりすることができるようにする。 ・相手を意識して話をしたり、聞いたりすることができるようにする。 ・自分の気持ちや考えを言葉で表し、それを状況に応じて適切に伝えることができるようにする。
--	--

3 単元について

初めてのことや苦手なことに対して不安になり、困っても友達に話しかけることができなくなるという生徒の実態から、通級担当者が不安な気持ちに寄り添うことで、心理的な安定を図りたいと考えている。また、自己理解を促し、在籍学級での学習や生活において困った時に尋ねるスキルや状況に応じた話し方を身に付けることが大切である。通級において成功体験を重ねることを通して、自己に肯定的な感情をもち、安心して落ち着いた学校生活ができるだけ送れるようにしたいと考えている。

Aは、トラブルになると嫌な気持ちになったり面倒なことになったりするのを我慢したほうがよいと考えており、自分の思いを伝えることに消極的である。そこで、本単元において、自分の気持ちを伝えることでトラブルを未然に防ぐことができることに気付かせたい。そのために、困った時の状況や自分の気持ちを分かりやすく時系列で整理し、本人の気持ちを受け止めながら、気持ちを理解する場を設けることで、自己理解を進めていきたい。また、コミュニケーションを円滑に行うためには、伝えようとする側と受け取る側との人間関係が重要であるので、不快な気持ちにさせないような態度や話し方を身に付けさせたい。

4 単元指導計画

(1) 目標

- ・自分が不安になったときの状況や気持ちを理解する。
- ・話したり、聞いたりするときの相手により印象を与える態度を身に付けることができる。
- ・分からない時の尋ね方や困った時の気持ちの伝え方を考えることができる。

(2) 計画 (全10時間)

時	主な学習活動 ※手立て	個別の目標	★評価規準
1	どんな時に不安になるのかを整理する。 ※前のことが思い出せないときには、今までAから聞いたことを担当が伝え思い出させる。	これまで、自分が不安に思っていたことを話すことができる。	★自分が不安になった状況とその時の気持ちを話している。
2 3 4	不安を解消するときどんな方法があるのかを練習して、身に付ける。 ○深呼吸法 ○脱力法 ○別の楽しいことを思い出す ※リラクゼーション法の絵カードを示して、実際に練習する。 ※不安になって感情が爆発するまでの顔の表情を段階に分けて絵で示し、その不安解消のタイミングをつかむ。	不安を解消するタイミングと3つのリラクゼーション法が分かり、実際の場面でできるように練習する。	★不安を解消するタイミングと方法が分かり、練習している。
5	相手により印象を与える話し方や聞き方と不快な印象を与える話し方や聞き方を比べることによって、どのような話し方や聞き方がよいか見つける。 ○聞く態度(うなずき・見る方向等) ○話す態度(丁寧な話し言葉・見る方向等) ※相手により印象を与える話し方や聞き方、不快な印象を与える話し方や聞き方を担当がモデルで示す。	相手により印象を与える話し方や聞き方、不快な印象を与える話し方や聞き方がどういう態度であるか気づき、自分の姿勢や態度を見直すことができる。	★相手により印象を与える態度は、 ・相手の顔を見る。 ・音を立てない。 ・腕組みをしない。 ・手むずりをしない。等であることが分かり、よりよい態度を練習している。

<p>6</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・在籍学級で困った時の状況を理解し、その時の気持ちを整理する。 ・困った時の気持ちを伝え、どうするとよいかを考える。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>どの係や委員会を選んだらよいか分からなくて困ったとき、どうするとよいか。</p> </div> <p>※前期の係や委員会活動で困ったこととそれに対する対応や改善点をまとめ、後期に生かせることはないか考える。</p>	<p>前期の係や委員会活動で困った時の状況や気持ちを整理し、理解することができる。</p> <p>前期の係や委員会での困ったことから、後期の係や委員会を選択することができる。</p>	<p>★前期の係や委員会活動で困った時の状況や気持ちを理解している。</p> <p>★前期の係や委員会での困り感をもとに後期の係や委員会を自分で決めようとしている。</p>
<p>7</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・在籍学級で困った時の状況を理解し、その時の気持ちを整理する。 ・困った時の気持ちを伝え、どうするとよいかを考える。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>国語で問題が分からなくて困ったとき、どうするとよいか。</p> </div> <p>○先生に対して 質問のハンドサイン ハンドサイン代わりに付箋を示して「～を教えてください」と言う。</p> <p>○活動中の友達に対して 「聞いてもいい？」と言ってから質問するとよい。</p> <p>※国語の授業で、どんな時に困ることが多いかをまとめ、尋ねるタイミングをつかむため、前置きする時に使えるような方法や言葉を考える。</p>	<p>国語の時間、問題が分からなくて困った時の気持ちを理解することができる。</p> <p>国語で尋ねたい時、Aができそうなことを見つけ、いろいろな方法を練習で試すことができる。</p>	<p>★国語の時間、問題が分からなくて困った時の気持ちを理解している。</p> <p>★尋ねたい時は、前置きをするとよいことに気づき、考えた方法や言葉を使って練習している。</p>
<p>8</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭で困った時の状況を理解し、その時の気持ちを整理する。 ・困った時の気持ちを伝え、どうするとよいかを考える。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>連絡帳を学校に忘れてしまったとき、どうするかよいか。</p> </div> <p>※マインドマップを用いて、先のことを見通してよりよい方法を選ぶことができるようにする。</p>	<p>連絡帳を忘れて困った時の状況や気持ちを整理し、理解することができる。</p> <p>連絡帳を忘れた時には、翌日自分が困らないようにどの方法を選ぶとよいか考えることができる。</p>	<p>★連絡帳を忘れて困った時の状況や気持ちを理解している。</p> <p>★目先のことに捉われず、自分が困らないようなよりよい方法を選んでいる。</p>

<p>9 本時</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・在籍学級で困った時の状況を理解し、その時の気持ちを整理する。 ・困った時の気持ちを伝え、どうするとよいかを考える。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>はじめは遊びのつもりだったが、だんだん嫌な気持ちになって暴力を振るった時、どうするとよいか。</p> </div> <p>※場面絵を用いて、状況の整理をし、未然に防ぐ方法もあることに気付かせる。</p>	<p>友達とトラブルになってしまったときの状況を理解し、そのときの自分の気持ちを考えることができる。</p> <p>友達に暴力をふるう前に、解決する方法もあることが分かる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★友達に暴力を振るってしまうまでの状況や気持ちを理解している。 ★暴力をふるってしまうくらいぎりぎりまで我慢しなくてもよい解決の方法を見つけようとしている。
<p>10</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・部活で困った時の状況を理解し、その時の気持ちを整理する。 ・困った時の気持ちを伝え、どうするとよいかを考える。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>先輩にストップウォッチの押し方について文句を言われて困ったとき、どうするとよいか。</p> </div> <p>※吹き出しや表を用いて、先輩がそう言った理由が伝わるよう整理し、相手の気持ちに気付かせる。</p>	<p>部活で困った時の状況を整理し、その時の気持ちを理解することができる。</p> <p>いろいろな方法の中から自分にとってできそうな方法を選ぶことができる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★部活で困った時の状況や気持ちを理解している。 ★相手の思いを想像した上で、自分がどうするとよいか解決策を見つけようとしている。

5 研究について

研究テーマ

生徒の困難さに応じた自立活動の指導の在り方

通級指導教室は、障がいの状態を改善・克服するための指導を生徒のニーズに応じて行うだけでなく、在籍学級においてもその指導の効果が発揮されるようにする必要がある。

中学校の学習内容や生活リズムの変化になじむことができず、中学校に入学して不登校になる中一ギャップの問題は、本校でも課題となっている。緊張の強いAにとっても「学校に行きたくない…」と1学期にもらすことがあり、心配されたことがあった。その為に、担当とだけでなく、学年主任の先生と話す機会を設定し、安心して話すことができる関係づくりを行っている。また、不安を解消するためにスクールカウンセラーに話を聞いてもらう時間を設定して、心理的な安定を図っている。そこには、Aの希望で通級担当も入ることがあった。

不登校にならないようにする為に中学校での自立活動の内容を吟味しつつ、担任や教育相談やSCと情報交換しながら様子を見守って行きたいと考えている。

6 本時の目標及び評価規準

(1) 本時の目標

- ・友達とトラブルになってしまったときの状況を理解し、そのときの自分の気持ちを考えることができる。
- ・友達に暴力をふるう前に、解決する方法もあることが分かる。

(2) 本時の評価規準

- ・友達に暴力を振るってしまうまでの状況や気持ちを理解している。
- ・暴力をふるってしまうくらいぎりぎりまで我慢しなくてもよい解決の方法を見つけようとしている。

【ポイント①】（自己理解）

「得意なこと」「Aの良いところ」として評価し、自己理解、自己肯定感につなげる。

7 本時の展開

	主な学習活動	A ○予想される反応 ※支援（手だて）★評価	配慮事項
導入	1 希望の進路、めあて、今日の予定の確認	○黒板に掲示されたカードを読む。 ※見通しカードは、同じ場所に同じ流れを掲示する。	*声に出して読み、希望の進路や2学期のめあてを自覚させる。
	2 すてきな姿	○担当の話を聞く。 ※家庭や学級などの場面での具体的な事実でよさを自覚させる。	*通級ファイルや直接聞いたことから、素敵な姿を伝える。
展	3 今の気持ち	○不安な気持ちやその原因などそれに関わる話をする。 ※不安な気持ちを言語化して、受け止める。 ★今の気持ちを話すことができたか。	【ポイント②】 （必然性のある学習課題） 本人の体験に基づいて課題化すると、具体的な場面をや状況を思い出しながらかじっくりと考えることができる。
	4 本時の学習	はじめは遊びのつもりだったが、だんだん嫌な気持ちになって暴力を振るった時、どうするとよいか。	
	(1) 場面を把握する。	○思い出しながら、状況の説明をする。 ①手に落書きをしてもよいかと友達から尋ねられた場面。 ②手に落書きされた場面。 ③手の落書きが増えた場面。 ④落書きが手から顔に移った場面。 ⑤暴力をふるった後の場面。 ※場面にあう絵を板書に位置付け、事実関係を時系列で整理する。	*実際に起きたことだから、その時の気持ちを思い出す。
【ポイント③】 （状況把握のための工夫） 場面絵を時系列に紙芝居で掲示し、丁寧に事実を整理する。	(2) 場面ごとに気持ちを考える。	○その時のことを思い出しながらか、場面ごとに気持ちを整理する。 【①誘われた時の気持ち】 ・おもしろそう。 ・ちょっとくらいなら、いいかな。 【②遊び始めた時の気持ち】 ・おもしろいなあ。 ・友達と一緒に遊べて、うれしいな。 【③手の落書きが増えた時（遊びがエスカレートしていくとき）の気持ち】 ・えっ、こんなに画くの？ ・嫌だなあ。 ・もういい加減にしてくれ。 【④落書きが手から顔に移った時】 ・もう許せない。 【⑤暴力をふるった後の気持ち】 ・しまったなあ。 ・どうしよう。 ※本人が語った気持ちと第3時に扱った「不安になって感情が爆発するまでの顔の表情」とを関連させて提示し、気持ちの変化をとらえやすくする。	【ポイント④】（心情の言語化） 時系列で掲示した場面の絵に、Aの気持ちを言語化して、吹き出しに書き込むことにより、気持ちが整理できるとともに、自分の気持ちを客観的に振り返ることができる。
【ポイント⑤】 （心情の変化を捉える工夫） Aが体験した場面の絵に、第3時で学習した「不安になって感情が爆発するまでの顔の表情の変化」の表情カードを貼って、気持ちの変化を視覚的に捉える。	(3) 解決できそうな方法を考える。	○暴力をふるわないで解決する方法を考える。 【①誘われたとき】 ・「いやだ」と断る。 ・「1回だけなら、いいよ。」と制限する。	【ポイント⑥】 （困難の要因と対応策の明確化） 自分の予想以上のことが起こると頭が真っ白になり、コントロール不能になるので、そうなる前に解決方法を見つけ出せるようにする。
			*既習事項をもとに解決方法を考える。 自分で行動する

<p>ポイント⑦ (既習事項の活用)</p> <p>既習学習の解決方法を掲示しておき、獲得したスキルをもとにして、解決方法を考えることができるようにする。</p>	<p>【③遊びがエスカレートしたとき】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「やめてよ。」と真剣に言う。 ・その場から離れる。 ・周りの子に助けを求める。 ・先生に助けを求める。 <p>※既習事項の解決方法と比べて考える。</p> <p>暴力を振るわなくても解決できる方法がある。</p>	<p>助けを求める (先生・友達)</p> <p>選択する時に、じっくり考える。</p>
<p>終末</p> <p>5 振り返り</p> <p>6 教師の評価</p>	<p>○振り返りカードに、自己評価や感想を書く。</p> <p>★「困った時の状況や気持ちを整理できたこと」や、「暴力を振るわないで解決する方法を見つけようとしたこと」について、教師が評価を行う。</p> <p>※次時への安心感をもたせる。外の様子や次の授業が気になり落ち着いて学習できなくなるので、少し早めに終わる。</p> <p>※両手でタッチをして、今日の頑張りをたたえる。</p>	<p>・手と手のスキンシップから安心感を与える。</p>

8 教室の環境

<p>黒板</p>	<p>希望の進路、めあて、今日の予定を掲示する</p>
-----------	-----------------------------

<p>担当の机</p> <p>(緊張を和らげるため学習内容によっては、担当が隣に座る)</p>	<p>Aの机</p>
---	------------

既習学習の掲示