

## 自分の気持ちをコントロールする力を 育てるための指導の工夫

1

## 本実践に関連する児童生徒の実態

対象 小学生

### ○課題

- ・気持ちの切り替えが難しい。
- ・相手の状況を考えずに、自分の思いのまま行動し、同級生とトラブルになる。
- ・周りの環境に影響されやすい。

### ○強み

- ・なわとびやドッジボールなど、運動が得意である。
- ・自分の好きなことに集中して取り組む。

2

## 指導目標・指導仮説

教科等及び単元（題材）名  
自立活動 「自分のよいところを伸ばしていこう」

目標（本実践終了時の期待する子供の姿）  
自分がいやな気持ちの時にも感情をコントロールして、落ち着くことができる。

### 指導仮説

毎日、長所のなわとびを練習して力を伸ばし、達成感を持たせることで、自信を持つことができ、積極的に友達と関わらう。

児童生徒の実態

3

## 指導仮説の具体的な内容と評価内容・方法

### ◆指導仮説の具体的な内容

	主な学習計画	目標
1次	これまで学習してきた時の写真や記録を見ながら、自分の長所を見つける。	自分には、友達に自慢できるような長所があることを理解する。
2次	長所を伸ばすためにどんなことをすればいいのかを考える。	途中であきらめることがないような活動計画を考えることができる。
3次	振り返りをする。	自分で決めたことを実践し、最後までやりきることができる。

### ◆評価方法（どのような方法で何を評価するか）

実践前後の発言や行動

4

## 指導の実際①

それぞれのいいところを見つけよう！！

名前	いいところ	伸ばしたいところ	がんばりたいところ
リョウスケ	優しい がんばっている	親友 がんばる がんばる	がんばる がんばる がんばる

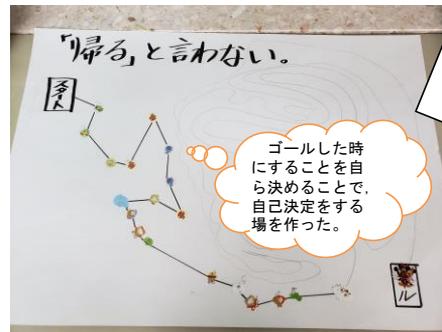
自分のいいところを見つけよう。

自分のいいところを見つけよう。	がんばる がんばる がんばる
-----------------	----------------------

自分の長所を見つけるために、二重跳びをして、写真や運動会の写真を参考にさせて。

5

## 指導の実際②



上手いかなかった時に、すぐにすねて「帰る」と言わないことを、一時間ごとで作って、振り返るために、すぐろくを作った。視覚的に見えるようにした。

6

### 指導の実際③



7

### 指導の実際④



8

### 実践前後での児童生徒の変容

実践前	実践後
<ul style="list-style-type: none"> <li>・頑張りたいことがはっきりせず、投げやりであった</li> <li>・友達関係を気にして、交流及び共同学習に行きづらかった。</li> <li>・相手の状況を考えずに、自分の思いのまま行動してしまう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なわとびの二重とびの記録を次々に更新し、達成感を感じるようになった。</li> <li>・学校随一の記録を達成したことで自信を持つことができた。友達とも以前より素直に関われるようになり、交流及び共同学習へも積極的に行く姿が増えた。</li> <li>・感情が落ち着いている時に、周りの様子を見て、協力する姿が見られるようになった。</li> </ul>

### 評価

- 児童生徒は目標を達成したか。
  - ・概ね達成した。
- 判断の理由・根拠
  - ・自分の長所を見つけ、それに向かって努力し、上達していく中で、落ち着いて、生活や学習に取り組めるようになってきた。

### 指導仮説の検証

- 指導の成果
  - ・目標をすごろく形式にし、視覚的に支援することで、上手いかなくても、すぐに投げやりになることなく、自分自身で気持ちを切り替えて活動する姿が見えるようになってきた。
  - ・なわとびをすると気持ちがスッキリするという方法があることを知り、嫌な気持ちが続かないように、考えて行動することが増えてきた。
- 課題
  - ・自分にできたことを、具体的に振り返らせる時間を十分にとれなかった。

### 指導の改善案

- 成果・課題を踏まえた改善案
  - ・気持ちの切り替えが難しい時は、引き続きその場に応じて声かけや支援を続けていく必要がある。
  - ・自分の長所に気付くことはできたので、振り返りの時間を十分に確保する。
  - ・今後は友達に対してできることも考えさせるようにしていく。

12