

# 〇〇〇学級 第4・5・6学年 自立活動 学習指導案

日 時 令和〇年〇月〇日 (〇) 第〇校時  
 場 所 〇〇〇学級〇組教室  
 指導者 〇〇 〇〇

- 1 主題名 「もっとSステキな自分に、S好きな自分になって、T友達と仲良くなるう」  
 【3 人間関係の形成】(2)(3)(4) 【6 コミュニケーション】(5)

## 2 児童の実態と本主題の意図

### (1) 指導グループ及び児童の実態

本指導グループは、知的障害特別支援学級および自閉症・情緒障害特別支援学級の第4学年から第6学年の児童で構成されている。自立活動では、ソーシャルスキルに関する内容について、児童の実態が近いことから、年間を通して週1時間、本指導グループにて活動を行って取り組んでいる。

児童は、〇〇〇学級での慣れた環境の中では、進んで友達や教員と関わりを持ち楽しむ様子が見られる。しかし、自分の思い優先で一方的な関わりになってしまう児童、感情のコントロールや気持ちの言語化が難しく攻撃的になってしまう児童、自己表現力が乏しく適切に自分の思いを表現できない児童、自己イメージが低く自尊心や自己肯定感が持てない児童、仲良しの友達がない児童など、それぞれに課題が見られる。また、交流学級では、うまく友達とコミュニケーションが取れず、気軽に話したり遊んだりする友達がない児童も多い。

ソーシャルスキルの獲得状況についてのアンケートの結果は以下の通りである。(32点満点)

	A	B	C	D	E	F	G	H
配慮	20	28	24	23	25	28	25	19
主張	26	22	23	26	22	27	23	20

※配慮…相手の状況を理解し、気配りするスキル ※主張…自分のことを正しく伝えるスキル  
 (参考) 平成18年度埼玉県総合教育センター研究報告書「ソーシャルスキル尺度」

### (2) 主題について

本主題は、ソーシャルスキルトレーニングの手法を用いて体験的に学ぶ活動を通して、人との関係をつくったり、人との良好な関係を維持したりするための社会的スキルを獲得することをねらいとしている。ソーシャルスキルの獲得状況についてのアンケートの結果から、配慮に関わる活動プログラムでは「聞き方名人のひみつ」「あたたかい言葉をかけよう」「友達のいいところ」を、主張に関わる活動プログラムでは「説明名人のひみつ」「話し合い名人のひみつ」「きちんと伝えよう」を設定する。また、配慮や主張に関わる活動プログラムの効果を高めるために、自分や友達の気持ちや考えに気付く活動、気持ちとからだの関係に気付く活動、自己理解を深める活動を設定する。自分と相手の気持ちや考えの違いに気づき、自分も相手の良い気持ちになる方法を知り、その方法を実践することによって、他者との関わり心地よさや自分も相手も大切にすることを育み、よりよい人間関係づくりができるようになる。また、ソーシャルスキルトレーニングの手法である、モデリングやリハーサル、フィードバックなどで、行動を客観視したり、他者の行動を見たり聞いたり、実際に近い場面で練習をしたりすることは、望ましい行動を適切に学び、実際場面での般化につなげやすくなると考える。

### (3) 指導・支援について

指導にあたっては、学習のおおまかな流れを一定にしたり、写真や動画を使ってわかりやすく説明したりし、児童が見通しをもって安心して活動に取り組むことができるようにする。導入では、教師がモデルの動画や教師や児童の声を吹きこんだ音声ビデオを用いて本時の課題場面を提示し、興味関心を高めるとともに内容を理解しやすいようにする。また、課題場面を自分に置き換えて、気持ちと気持ちの大きさを考える活動を毎時間設定し、自分の気持ちとじっくり向き合い自己を見

つめ直す機会とするとともに、友達の気持ちや考えの違いに気付けるようにする。自分の気持ちを言語化することが難しい児童には、「気持ちの言葉リスト」を用意し、困ったときに活用できるようにする。ペアワークやグループワークでは、異学年集団である良さを活かし、下学年のモデルとなるグループや、実態に近い子同士でのグループなど、多様なグループ構成を設定していく。終盤には、学んだスキルと実際に使ってみる活動を設定する。具体的には、「あわせましょう」や「人間コピー」「ゴリラすごろく」など、児童が興味をもって繰り返し取り組めるゲーム性のある活動を取り入れ、学んだスキルを実際に使う中で体験的に気付いたり考えたりすることができるようにし、一般化につなげていきたい。振り返りでは、「わたしは～がわかりました。」「わたしは～ができました。」などの話型を用意し、学んだことを自分の言葉で記述しやすくする。ワークシートの表紙に毎時間シールを貼りためていくことで、学習の積み重ねを見える化し達成感をもてるようにしたい。さらに、T.T.での個別支援で、できていることを即時評価し、学んだスキルを使う良さに気づき、スキルを使ってみようとする意欲や自信を高められるようにしていきたい。

### 3 主題の目標

- 人との良好な関係をつくり維持するための、ソーシャルスキルを身に付けることができる。
- 自分も友達も大切にするためのスキルについて考え、主体的に学ぶことができる。

### 4 指導計画

過程	学習内容	ねらい	時間
I	「きもち」と「きもちの大きさ」	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろな気持ち(感情)があることを知る。</li> <li>・同じ場面でも人によって気持ちやその気持ちの大きさが違うことを知る。</li> </ul>	3
II	考えをつかまえよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分がどのような考え方をして、どのような気持ちになるのか、また、自分の考え方のクセを知る。</li> <li>・同じ場面でも考え方によって気持ちやその気持ちの大きさが違うことを知る。</li> </ul>	3 本時 (3/3)
III	配慮聞き方名人のひみつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・上手に聞くポイントを理解し、実践する。</li> </ul>	3
IV	主張説明名人のひみつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・わかりやすい説明の仕方を理解し、実践する。</li> </ul>	3
V	主張話し合い名人のひみつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・上手に話合うポイントを理解し、実践する。</li> </ul>	3
VI	「きもち」と「からだ」 怒りスイッチを見つけよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・気持ちによる「からだ」の変化の気づき、「きもち」と「からだ」の関係を知る。</li> <li>・自分や友達の怒りスイッチを知る。</li> <li>・同じ場面でも人によって怒りの温度が違うことを知る。</li> </ul>	3
VII	ゆったりリストを作ろう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いやな気持ちになったときにリラックスする方法を考える。</li> </ul>	1
VIII	配慮「あたたかい言葉」をかけよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「あたたかい言葉」にはどのような言葉があるかを知り、実際に使う。</li> </ul>	3
IX	主張きちんと伝えよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・上手に頼む方法を理解し、実践する。</li> <li>・上手に断る方法を理解し、実践する。</li> </ul>	4
X	配慮友達のいいところ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友達のいいところを見つけて伝え合い、いいところは人によって違うことを知る。</li> </ul>	3
XI	自分の「トリセツ」を作ろう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分のいいところや課題などに気づき言語化することで、自己理解を深める。</li> <li>・自分の良さや強みを活かすことに着目し、次年度の目標を考える。</li> </ul>	3

5 本時の学習（3／3時間）

(1) 共通目標

○自分の考えや気持ちを知り、同じ場面でも考え方によって気持ちやその気持ちの大きさが違うことを理解することができる。

第1段階：場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。

第2段階：同じ場面でも考え方によって気持ちや気持ちの大きさが違うことに気付くことができる。

第3段階：同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとするすることができる。

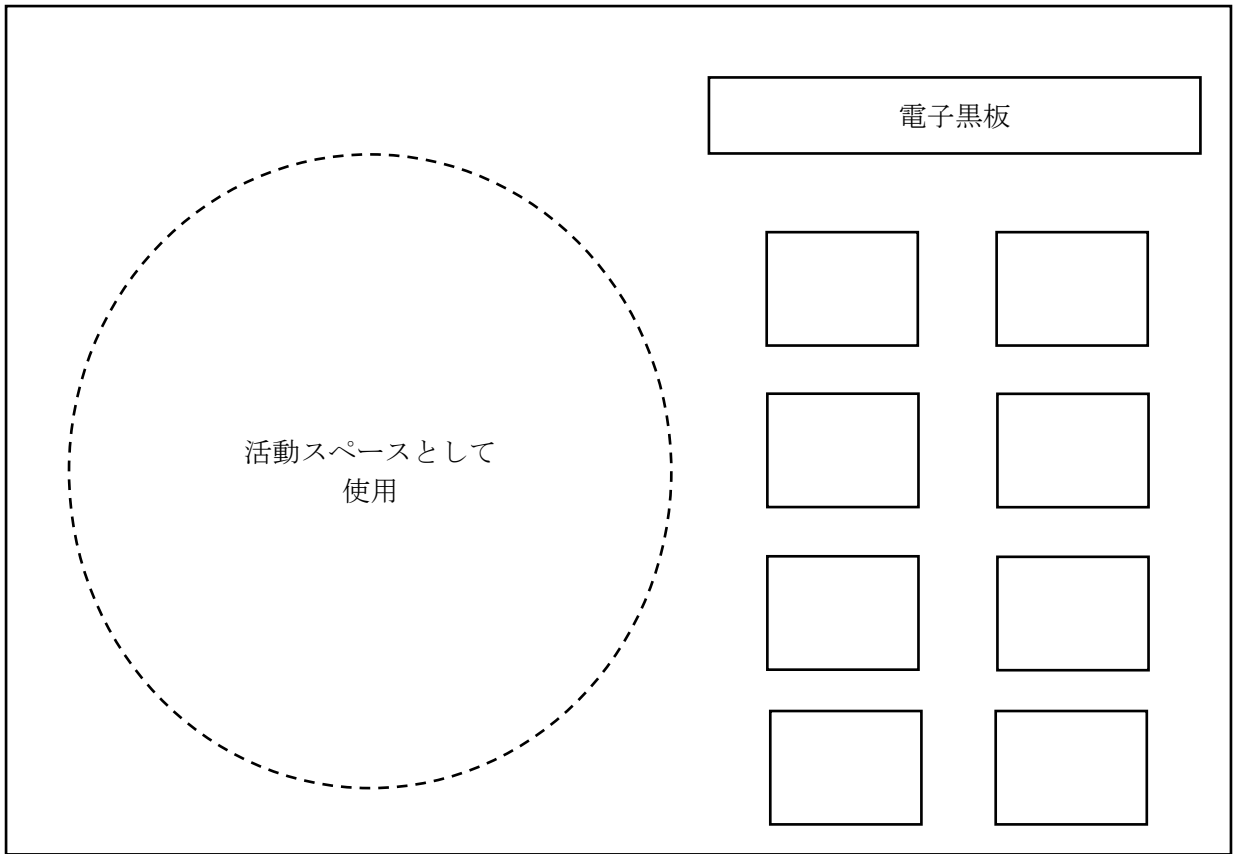
(2) 個人目標

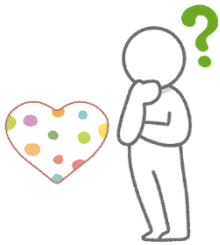
名前	本時の目標	評価の規準<評価方法>
A	場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。	場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができたか。 <ワークシート>
B	同じ場面でも考え方によって気持ちや気持ちの大きさが違うことに気付くことができる。	同じ場面でも考え方によって気持ちや気持ちの大きさが違うことに気付くことができたか。 <発言・ワークシート>
C	同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとするすることができる。	同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとすることができたか。 <発言・ワークシート>
D	同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとするすることができる。	同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとすることができたか。 <発言・ワークシート>
E	同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとするすることができる。	同じ場面でも人によって考え方や気持ち、気持ちの大きさが違うことに気付き、相手の気持ちを理解しようとすることができたか。 <発言・ワークシート>
F	同じ場面でも考え方によって気持ちや気持ちの大きさが違うことに気付くことができる。	同じ場面でも考え方によって気持ちや気持ちの大きさが違うことに気付くことができたか。 <発言・ワークシート>
G	場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。	場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができたか。 <ワークシート>
H	場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。	場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができたか。 <ワークシート>

(3) 個人目標

学習活動	学習内容	○指導上の留意点(配慮・手だて) ◎評価							
		A	B	C	D	E	F	G	H
1 あいさつをする。		○全員が前を向き、気を付けの姿勢を取ってからあいさつができるように声かけする。 ○本時の学習活動に見通しをもって取り組めるよう、学習の流れを提示する。							
2 本時の学習活動を知る。		○課題場面に興味をもち、理解しやすくなるよう、漫画(音声入り)で提示する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">自分の「考え」と「きもち」をつかまえよう！</div>							
3 「考え」と「きもち」について考える。 (1)「考え」から「きもち」を考える。 (2)「きもち」から「考え」を考える。 (3)場面に応じた、自分の考えときもち、きもちの大きさをワークシートに書く。 (4)「これ誰だ？」ゲームをする。	○場面に応じた考えと気持ち、気持ちの大きさ ○考えと気持ちの関係	○人によって考えや気持ちに違いが出そうな場面を提示する。 ○気持ちを言語化することが難しい児童には、「いい気持ち？それともいやな気持ち？」と聞いたり、「気持ちリスト」から選んだりすることができるようにする。 ○考えと気持ちが混同しているときには、考えは文章で表すもの、気持ちは一言で表せるものと伝える。 ○同じ場面でも人によって気持ちと気持ちの大きさは違うことに気付けるような声かけをし、自分の感じ方に間違いはないことを伝える。 ○「これ誰だ？」ゲームをすることで、友達の考えや気持ちに興味をもてるようにする。							
		○気持ちを表す言葉の意味が正しく理解できているか、個別に確認をする。  ◎場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。(思判表) 【ワークシート】	○うまく自分の言葉でまとめることができないうちは、言い換えをして考えを確認する。  ◎同じ場面でも考え方や気持ちの大きさが違うことに気付くことができる。(思判表) 【発言・ワークシート】	○発言やできていることを肯定的に受け止め、安心して活動に取り組めるようにする。  ◎同じ場面でも人によって考え方や気持ちの大きさが違うことに気付く、相手の気持ちを理解しようとする。(思判表) 【発言・ワークシート】	○友達の考えや気持ちに関心をもっている様子を肯定する声かけをする。  ◎同じ場面でも人によって考え方や気持ちの大きさが違うことに気付く、相手の気持ちを理解しようとする。(思判表) 【発言・ワークシート】	○活動への不安を取り除くことができるよう、T2が補足の説明をする。  ◎同じ場面でも人によって考え方や気持ちの大きさが違うことに気付く、相手の気持ちを理解しようとする。(思判表) 【発言・ワークシート】	○自分の考えや気持ちを進んで記述できていることを称賛し、安心できる声かけをする。  ◎同じ場面でも考え方や気持ちの大きさが違うことに気付くことができる。(思判表) 【発言・ワークシート】	○場面の状況をイメージしにくいときは、イラストを見せたり補足の説明をしたりする。  ◎場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。(思判表) 【ワークシート】	○考えと気持ちが混同しているときは「気持ちリスト」を提示する。  ◎場面に応じた自分の考えや気持ち、気持ちの大きさを書くことができる。(思判表) 【ワークシート】
4 本時の学習の振り返りをする。		○振り返りカードを記入する際、振り返りの視点や「～がわかりました。」「～ができました。」という話型を提示する。 ○「楽しかった。」など活動の感想になってしまっているときは、「今日わかったことは何か？」などの問い掛けをする。 ○学んだことを発表できる児童には発表を促す。 ○児童のよくできたこと、頑張ったことを称賛する。							
5 あいさつをする。		○全員が前を向き、気を付けの姿勢を取ってからあいさつができるように声かけする。							

6 教室環境図





# 「考え」をつかまえよう！

なまえ  
名前

## ★「きもち」をつかまえよう

友達をさそうときの考えときもち

わたしとは遊びたくないかも

きもち                      大きさ



友達をさそうときの考えときもち

みんなでおにごっこしようぜ

きもち                      大きさ



## ★「考え」をつかまえよう

体育でサッカーをするときの考えときもち

考え



きもち

ふあん

大きさ

70

体育でサッカーをするときの考えときもち

考え



きもち

うきうき

大きさ

90

## ★自分の「考え」と「きもち」をつかまえよう

自己しょうかいをするときの考えときもち

考え



きもち

大きさ

友達にあいさつをしたけど返事がないときの考えときもち

考え



きもち

大きさ

## ★ふいかえい

わかったこと・できたこと・<sup>かんが</sup>考えたこと

---

---

★自分の「考え」と「きもち」をつかまえよう

テストが95点だったときの考えときもち

考え



きもち

大きさ

体育で100m走をするときの考えときもち

考え



きもち

大きさ

★ふりかえり




わかったこと・できたこと・<sup>かんが</sup>考えたこと

---

---




# 自立活動の指導計画

年	名前	□□ □□	記入者	○○ ○○
---	----	-------	-----	-------

本人が困っていること 	その理由 	指導方針 	目標	指導内容・方法(手だて)	
				自立活動の時間	教育活動全体
<p>僕が困っていることは、こんなことなんだ!</p>	<p>それは、きっとこんな理由からではないか…</p>	<p>こんな学習をすると楽になるのではないかな。</p>	<p>○○○できる。</p>	<p>こんな方法はどうかな。 こんな手だてをしてみよう。</p>	
<p>①ぼくは読むのも書くのも苦手。だから勉強はあまりやる気が出ない。わからないことがあってもなかなか聞けないんだよね…。</p> <p>②友だちと楽しく遊んでいたつもりなんだけど、時々怒らせちゃうことがあるんだ。仲良く遊びたいのになあ～。</p>	<p>①「できたこと」の積み重ねを実感しにくいから。</p> <p>②相手の気持ちを汲み取ることの難しさがあるから。場面に応じた適切な伝え方を知らないから。</p>	<p>①教師と話し合いながら目標を立てたり、できたことを見える形で振り返ったりする時間を設けることで、進んで行動する力をつけよう。</p> <p>②小集団でSSTの活動場面を設定し、自分の気持ちを考えたり、相手の気持ちを知ったり、場面に応じた伝え方を学習したりし、自分の思いを適切に言葉で伝える力をつけよう。</p>	<p>①目標を自分で立て、進んで行動することが出来る。</p> <p>②自分や相手の気持ちを理解し、自分の思いを適切に言葉で伝えることができる。</p>	<p>①</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○週月曜日の朝に教師と、先週の振り返りと今週の目標について話し合う時間を設定する。</li> <li>○マイプランシートに記録をし、積み重ねの見える化をする。</li> </ul> <p>②</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○小集団でのSSTの時間を設定する。</li> </ul>	<p>①</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○国語、算数、交流学习など、この時間に頑張りたいことの小さな目標を立てて取り組む機会をつくる。</li> </ul> <p>○場面絵を示して、相手の気持ちを考えたり、どういう言葉を使うといいか書いたりし、自分の言動を振り返る機会を設定する。</p>

# 自立活動の指導計画

年	名前		記入者	
---	----	--	-----	--

本人が困っていること 	その理由 	指導方針 	目標	指導内容・方法(手だて)	
				自立活動の時間	教育活動全体
僕が困っていることは、こんなことなんだ!	それは、きっとこんな理由からではないか...	こんな学習をすると楽になるのではないかな。	○○○できる。	こんな方法はどうかな。 こんな手だてをしてみよう。	