

釜石市立甲子小学校 第6学年 こころのサポート授業指導案

日 時 平成28年9月2日(金) 5校時
 児 童 6年1組 男13名女15名 計28名

1 ねらい ストレスが継続している時や大変な出来事があったときの対処方法を考え、自分のこれからの生活に生かせるようにする

2 児童の実態

甲子地区は、震災で津波の直接的な被害はなかったものの、避難所としての学校利用や、支援のために多くの方々がサポートに入った地域である。また、震災後に仮設住宅や、親類宅での生活を経験した児童が4名、震災に関わって親族を喪失した児童が8名いる。児童は、震災年の1年生でもあり、当時の記憶を話す児童も少なくない。

昨年度の「こころとからだの健康調査」では、要観察児童は過覚醒(1名)回避・マヒ(3名)・マイナス思考(1名)となっている。要観察児童は年々減少しているが、結果に表れない心のもようをサポートする必要性は教育相談などの個人面談や生活の中で感じることもある。

これまで児童は、「こころのサポート授業」として昨年度の7月に、後藤SCと一緒に「～こころのつぶやき～」について学習してきた。その中で、同じ場面でも1人1人感じ方や受け止め方が違うことを知った。また、互いの反応の違いを交流することで、友達の知らなかった心の内面に気づいたり、自分のことを知ってもらったりすることができた。

今回は、「ストレスに対する対処方法」についてこころのサポートを図りたいと考えている。事前アンケート(重複回答有り)で、これまでストレスに対してどのような対処方法をしているか聞いたところ

- ①そのまま・時間の解決に任せる(7人)
- ②音楽を聞いたり、歌を歌ったりする(7人)
- ③体を動かす(4人) 好きなテレビを見る(4人)
- ④友達に話したり、遊んだりする(3人) 休む・寝る(3人)
- ⑤物や人(兄弟)に八つ当たりする(2人)

など、様々な対処方法がうかがえた。また、ストレスに対して自分はどううまく対処できているかどうかを10段階評価(1全く自信がない～10とても自信がある)で表してみると下記の結果になった。

1	全く自信がない	4人
2		2人
3		2人
4		0人
5		6人
6		2人
7		3人
8		6人
9		2人
10	とても自信がある	1人

・クラスの平均は5.14である
 ・全く自信がないと答えている1段階の4人と2段階の2名は全て男子である。男子の半数近くがストレスに対してうまく対処する自信がない傾向を示している
 ・女子は概ねストレスに対してうまく対処できているという意識が高い
 ・クラスの中で、ストレス対処に対する自信は全体的にばらつきが見られる

今回の授業では、今後の生活で生かしていける対処方法を知ったり、友達の対処方法を知ることによって自分が力になれることに気づいたりすることができるようにしたい。また、対処方法の理解を通して、児童同士の気づきにとどまらず、児童と教師間の今後のコミュニケーションや学級経営にも生かしていきたいと考えている。

3 展開

		学習活動 教師の働きかけ (T1・T2)	留意点等
導入 5分	1 これまでの経験を想起する		・経験の有無を確認する程度にとどめる
	T1	T2	
5分	○自分の力でなんとかできたこと、誰かに手伝ってもらってできたこと、自分の力ではどうしようもなかった、困ったという経験はありますか？		・児童の様子を観察する
	2 本時の学習のねらいを伝える		
展 開 30分	○自分が何か困った時や、何か頑張ろうとしている時、それをどうやったら乗り越えられるかみんなで考えていきましょう。 ・板書に課題提示する		・絵の上手下手に拘らないようにする
	3 心理的ストレス（荷物）をイメージし、シートに表現する		
展 開 30分	・拡大した学習シートを黒板に貼る ・学習シートを配付する ・記入に戸惑っている児童に声をかけ、イメージを手助けする ・児童の挙手の実態を把握する	○あなたは背中に何か荷物を背負って山の頂上まで運ぼうとしています。頑張っていることや困っていることが「荷物」です。その荷物はどのくらいの大きさで、重さでしょうか。 ○荷物をシートに書き込んでみましょう。 ○その荷物をあなたはどうしたいですか？ ①自分の力で運びたい ②誰かに一緒に手伝ってもらいながら運びたい ③誰かに預けて、運ぶのを代わってもらいたい ④いったんおろして休みたい ⑤その他	・対処方法にはいろいろあることに気づかせる ・全体で紹介したい対処方法をピックアップする
	4 自分の望むストレス（荷物）対処方法をイメージする		
展 開 30分	・書けない児童に声をかけ、実態を把握しながら活動をサポートする ・書き方が分からない→書き方の指導 ・イメージが持てない→具体的な質問をし、「誰が・どこで・どんなふう」のイメージを図る	○今回は、あなたが荷物を運ぶ時、手伝ってくれたり、応援してくれたりする人がいるとします。（条件の確認） ○あなたは、その人にどこにいて、どんな風にしてほしいですか？シートに書きこみましょう。 ・表現方法は絵でも言葉（吹き出し）でもいいことを確認する ○荷物を持っているあなたはどんな気持ちですか。シートに書き込みましょう。	・数名の児童の対処方法を紹介する
	5 自分のイメージしたストレス（荷物）対処法を交流する		
ま と め 10分	○自分だったらどんなふうにしてほしいか、どんなふうを感じるか書いたシートを紹介しあいましょう。 ・全体の場で数名の対処方法を紹介する ・児童の対処方法を簡条書きで板書する	・ペア・グループ活動に入り、児童のイメージした内容を質問しながら実態把握をする ・全体発表の中で、児童の伝えたい内容を具体的に話すよう、質問をする	・児童の事前アンケート結果の視点からも振り返る
	6 ストレス対処法から見える心のはたらきと今後の活かし方について知る		
ま と め 10分	・「荷物」＝「ストレス」を表示する ・児童の様子を観察する ・T2の話とともに板書する	○今日は、自分の困っていること、がんばっていることをどのくらいの荷物なのか思い浮かべて書いてもらいました。そうすることで、どうしたらいいかを考えるヒントがえられた人もいたかもしれません。 ○自分の絵をもう一度見てください。普段意識することはないにしても、1人1人がこうしたらストレスが軽くなるとか、こうして助けてほしいということを心が求めていることに気づくことができたのではないのでしょうか。 ○今後、色々な生活の中で様々なストレスと向き合う場面が出てくると思います。その時は、これから話すことを思い出してください。 ①誰かがそばにいたり、どこかで応援してくれたりすると気持ちが楽になること	・児童の事前アンケート結果の視点からも振り返る

	<p>②どうしても自分で運べない大きさ・重さの荷物（ストレス）がある時は、大人が手伝ってくれること</p> <p>③1人で抱えられない荷物（ストレス）も、友達同士で助け合うと軽くなったり、気にならなくなったりすること</p> <p>○今日は自分の荷物についていろいろ考える時間でした。みんなで自分の荷物をおろすために、軽く運動しましょう。</p>	
<p>7 本時の振り返りをする</p>		
<p>○今日の授業を通して、ストレスに対する対処方法について考えることができましたか。</p> <p>○授業を通して分かったこと・気づいたこと・感じたことを書きましょう。</p>	<p>・児童の感想シートの記述を見る</p>	

4 板書計画

9 / 2

こんな時どうしたらいいか考えよう

ワークシートの拡大図

<どこで・どんな風にしてほしい?>

- ・「手伝うよ。」と声をかけてくれる
- 「がんばれー。」と応援している
- ・山の上から「もう少し!」と言っている
- ・後ろから押してほしい
- ・一緒に荷物を持ってほしい
- ・周りでたくさんの方が励ましてくれている

- ・誰かがそばにいると気持ちになる
- ・一人ではできない時もある
- 手伝ってもらおう
- 助け合う