小学校　第１学年　（学級活動）学習指導案　例

１　題材名　みんなの　こころ

　　　使用教材：『あすにいきる』（小学校低学年用）p.48～51

　　　準備物：災害の写真

　　　　　　　紙芝居「あるるくんのぼうし」（作　湘北短期大学生活プロデュース学科）

　　　　　　　ワークシート

２　本時について

（１）ねらい

　　被災後は、つらい気持ちや悲しい気持ちになることに気づき、リラックス法の体験を通して、自分に合った心身の健康を保とうとする方法を決めることができるようにする。

（２）本時の展開

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 子どもの活動 | 教師の支援 | 備考 |
| １ 災害について話し合い、どんな災害があるかを考える。○どんな災害があるのかを発表する。　・大雨・地震・津波　　など２　ワークシートの顔に表情を書き込み、災害の後、どんな気持ちになるのかを考える。　・こわい　　・かなしい３　紙芝居「あるるくんのぼうし」を見て、誰でも心や体に変化が起こり特別なことではないことを知る。○紙芝居の中で、くま先生があるるくんに伝えたことを考える。４　心を落ち着かせる方法を知り、自分に合ったリラクセーションについて考える。○リラックス法を体験する。　・呼吸法　・筋弛緩法　・ペアリラクセーション５　ワークシートの顔に表情を書き込む。６　本時の活動を通して、感じたことや思ったことについて友達の発表を聞き、考えや行動の幅を広げる。　・こわい気もちがすくなくなった。　・おうちの人におしえたい。 | ・災害の写真を提示して災害のイメージを広げ発表しやすいようにする。・地域で起こった災害について話し、子どもたちが知っていることと結びつけ、どんな災害が起こりやすいかや災害時にどんな気持ちになるかを考えやすいようにする。・くま先生が話している場面を黒板に提示してこわい思いをしたときの心や体の変化を考えやすいようにする。・10秒間ゆっくり呼吸することで力が抜けることを感じられるようにする。・体に力を入れたり抜いたりするリラックス法を全員で行い、心が落ち着く様子を体感できるようにする。・ペアでのリラックス法も紹介し、楽しい雰囲気を作ることでリラックス法のよさを感じられるようにする。・ワークシートを使っての振り返りを通して自分の気持ちの変化が感じ取りやすいようにする。・発表する活動を通して、つらい時は、誰かに話をすると、気持ちが軽くなることや悲しい気持ちやつらい気持ちを一人で抱え込まないことが大事であるということを考えられるようにする。 | 災害の写真紙芝居『あるるくんのぼうし』『あすにいきる』 |