

# 自閉症・情緒障がい学級（なごみ4組）自立活動 学習構想案

日 時 令和7年7月11日（金）第1校時  
場 所 なごみ4組教室  
指導者 講師 那須 愛美

## 1 単元構想

単元名	感情のコントロールの方法と人とのかかわり方について学ぼう			
単元終了時の児童の姿（単元のゴールの姿・期待される姿）				
感情をコントロールすることは、周囲とのよりよい関係づくりに必要であることに気付き、コントロールする方法を知り、自分に合った方法を見つけ場面に応じた言動ができる生徒				
単元を通した学習課題	本単元で働くさせる見方・考え方			
感情をコントロールすることは、周囲との関係づくりにどのような影響があるだろうか。	自分の気持ちをコントロールし、適切な行動を考えることができる。			

## 2 本時の学習

- (1) 目標 感情をコントロールするための方法を学び、自分に合ったコントロールの方法を見つけることができる。

(2) 展開

過程	時間	学習活動 (△予想される児童の発言)	指導上の留意事項 (学習活動の目的・意図、内容、方法等)
導入	15分	<p>1 課題をつかむ。</p> <p>①ウォーミングアップ ・見るトレーニング、聞くトレーニングで防災かるたをする。</p> <p>②避難所でのストレスがかかる場面を考え、気付いたことを出し合う。</p> <p>③ストレスが増えると感情の変化はどうなるかを考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"><b>【めあて】自分に合った感情をコントロールする方法を見つけよう。</b></div>	<p>○トレーニングの目的を確認して取り組ませる。</p> <p>○防災かるたの内容に応じて、声掛けをする。</p> <p>○避難所の写真を黒板に掲示し、どのようなストレスがかかるかを考えさせる。</p> <p>○ストレスが増えると感情の起伏がどうなるかをスライドのイラストを見て確認する。</p>
展開	30分	<p>2 課題の解決に向けて活動する。</p> <p>①アンガーマネジメントについて知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <b>【学習課題】</b>  <b>自分の感情をコントロールするには、どうすればいいのかな。</b> </div> <p>②感情をコントロールする方法を知る。</p> <p>③自分に実践できそうな方法を見つける。  <span style="font-size: small;">(共通実践事項1)</span>  <span style="font-size: small;">④「もし、こんな場面に出会ったら」どうするのか考える。  <span style="font-size: small;">(共通実践事項2)</span></span></p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <b>【期待される学びの姿】</b>  <b>否定的な感情は悪いことではないと知り、感情をコントロールする方法を見つけることができる。</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; margin-bottom: 10px;"> <b>【具体的評価規準】</b>  <p>○実生活や避難所での過ごし方を振り返り、学習課題を解決しようとしている。  <span style="font-size: small;">(方法: ワークシート)</span></p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <b>【到達していない児童への手立て】</b>  <p>○コントロールする方法を確認し、簡単にできそくか方法を提示し、一緒に実践する。</p> <p>○場面設定したイラストを提示し、起こりそうなトラブルやイライラについてペアで考え、発表させる。</p> <p>○トラブルを回避すること、イライラをコントロールする方法について考え、考えを共有する。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <b>【まとめ】</b>自分に合ったコントロール方法を知っておくとよい。     </div>	
終末	5分	<p>3 学習を振り返る。  <span style="font-size: small;">○今日の振り返りをする。 (共通実践事項3)</span></p>	<p>○振り返りの視点④</p>

## 3 指導に当たっての留意点

【視点1】 「状況を的確に捉え、判断し、主体的に行動する力を身に付ける授業の工夫」

手立て3：子供が自らの意思で表現したり、行動したりする場の設定

○写真やイラストを活用し、視覚支援を多く取り入れることで、単元の学習課題につながるようにする。