

生徒の実態



高等学校の2年生Dさんは、小学校入学前にアスペルガー症候群と診断されている。Dさんは、勉強が得意で理系の大学の中でも難関と言われる〇〇大学を目指している。知識も豊富にあり、化学に関する専門的な話をすることが好きで、理科の教師に積極的に関わっている。自分が興味のある話をしてくれる教師には関わろうとするが、その他の教科の教師とは自ら関わろうとはしない。

数学の授業中、問題が解けずに「分からない!」と言って大泣きし、なかなか泣き止まない姿が見られた。また、満点だと思っていたテストの点数が90点だと知ると、「このままじゃ〇〇大学に入れない!」と言って教室から飛び出してしまった。飛び出した後、教師が探しにいったところ、トイレに閉じこもって泣いていた。

学校生活の他の場面でも、自分の想定したとおりに物事が進まないと大泣きしたり、その場から飛び出してしまうたりする姿が見られる。Dさんと保護者それぞれと面談を行った際、Dさんからは「自分は何をやってもだめ。もう大学にも入れない。高校も辞めたい。」という話があり、保護者からは「最近、こだわりが強くなっている。将来、自分で生活していけるのか。」という不安の声も聞かれた。

収集した情報を自立活動の区分に即して整理

健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
・完璧ではないことが許せない。(物事を0か100かで捉えている。)	・想定したとおりにならないと大泣きしたり、その場から飛び出したりする。	・自己肯定感が下がっている。	・その場の状況に応じた行動ができていない。	/	・好きな教科の教師に積極的に関わることができる。

年間指導目標

- ・不安になったときの対処方法や、困ったときに援助を求める方法を身に付けることができる。
- ・物事の捉え方によって感情や行動が変化することを理解することができる。

必要な項目の選定・指導内容の決定

	1 健康の保持	2 心理的な安定	3 人間関係の形成	4 環境の把握	5 身体の動き	6 コミュニケーション
(1)	生活のリズムや生活習慣の形成に関する事	情緒の安定に関する事	他者とのかかわりの基礎に関する事	保有する感覚の活用に関する事	姿勢と運動・動作の基本的技能に関する事	コミュニケーションの基礎的能力に関する事
(2)	病気の状態の理解と生活管理に関する事	状況の理解と変化への対応に関する事	他者の意図や感情の理解に関する事	感覚や認知の特性についての理解と対応に関する事	姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関する事	言語の受容と表出に関する事
(3)	身体各部の状態の理解と養護に関する事	障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関する事	自己の理解と行動の調整に関する事	感覚の保持及び代行手段の活用に関する事	日常生活に必要な基本動作に関する事	言語の形成と活用に関する事
(4)	障害の特性の理解と生活環境の調整に関する事		集団への参加の基礎に関する事	感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動に関する事	身体の移動能力に関する事	コミュニケーションの手段の選択と活用に関する事
(5)	健康状態の維持・改善に関する事			認知の行動のまがかりとなる概念の形成に関する事	作業に必要な動作と円滑な遂行に関する事	状況に応じたコミュニケーションに関する事

通級による指導の展開例

具体的な指導内容	不安になったときの対処法を身に付ける。	自分の想定外のことが起きたときの気持ちの切り替え方を学ぶ。	物事の捉え方によって感情や行動が変わることを学ぶ。
----------	---------------------	-------------------------------	---------------------------

通常の学級における配慮

- ・泣き出したり飛び出したりする前に声を掛け、気持ちの切り替えを促す。出て行く際に教師に伝えてから行くようにする等、約束やルールを決めておく。
- ・生徒が決めた対処方法や援助方法を担任と通級指導担当教員で共有し、生徒が困った際に援助を行う。

学習内容① 「不安になったときの対処方法を身に付ける学習」

▶ 指導に当たって

- ・不安になったときの具体的な対処方法について教師と一緒に考える。
- ・自分で対処できない場合は援助を求めることも対処方法の一つであることや、助けがあれば解決できる場合があることを理解させる。

▶ 本時のねらい

- ・不安になったときにどのようにして対処するとよいのか理解することができる。(健・心・人)

指導過程

段階	学習内容	指導上の留意点									
導入	1.最近の学校生活の様子について話す。 2.本時の目標の確認をする。	・生徒の好きなことや興味のあるものに関する話題にすることで、雰囲気を和ませてから活動に入る。									
展開	<p>3.これまで不安になった場面を想起する。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>T 「Dさんはどんなときに不安になりますか。」 S 「思ったとおりにならないときに不安になります。」 T 「例えば？」 S 「予定が変わったり、勉強が分からなかったりしたときです。」 T 「友達のことか思ったとおりにならなかったことはありますか。」 S 「他の人が、自分がやってほしいことと別なことをしたときです。」 T 「そういうとき、どうしましたか。」 S 「どうしたらいいか分からなくて、困っています。教室を飛び出すこともあって・・・」 T 「それは大変でしたね。それでは、自分が困らないよう、それ以外の対処の方法と一緒に考えていきましょう。」</p> </div> <p>4.不安になったときの対処方法を考え、リストを作成する。</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> <p>対処方法リスト</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">どんなとき</th> <th style="width: 40%;">自分で対処できる場合</th> <th style="width: 40%;">自分で対処できない場合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>授業中、自力で問題が解けないとき</td> <td>・元素記号を心の中で言う。 ・深呼吸をする。 ・数を数える。</td> <td>・先生を呼ぶ。 ・保健室に行き、気持ちを落ち着かせる。</td> </tr> <tr> <td>友達とトラブルになったとき</td> <td>・水を飲みに行く。 ・やさしいマスコットを握る。</td> <td>・その場から離れて気持ちを落ち着かせる。</td> </tr> </tbody> </table> </div> <div style="margin: 10px 0;"> <p>T 「授業中やその他の場面で困ったときにどうするか決めて、リストにしてみましょう。」</p> <p>T 「不安になったときに、自分で落ち着くことができる方法を考えましょう。私の場合はやさしいマスコットを握ると落ち着きますよ。」 S 「私は化学が好きなので、元素記号を順番に言うと落ち着きます。」</p> <p>S 「授業中に問題が解けなくて困った場合はどうしたらいいでしょうか・・・。」 T 「その教科の先生を呼んで困っていることを伝えましょう。一人で解決できない場合は誰かに助けを求めましょう。助けを求めることは悪いことではなく、一人で解決できない場合の対処方法の一つです。」</p> <p>・先生を呼べない場合の合図を決めておき、教科担任と共有する。</p> </div> <p>5.リストの中から自分に合った対処方法を決める。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>T 「作成したリストの中から自分に合った方法を決めましょう。」 S 「まずは授業中に不安になったら元素記号を唱えるようにします。マスコットはポケットの中に入れておきたいと思います。」 T 「分かりました。それでは、実際にやってみてどうだったか後で教えてください。」</p> </div>	どんなとき	自分で対処できる場合	自分で対処できない場合	授業中、自力で問題が解けないとき	・元素記号を心の中で言う。 ・深呼吸をする。 ・数を数える。	・先生を呼ぶ。 ・保健室に行き、気持ちを落ち着かせる。	友達とトラブルになったとき	・水を飲みに行く。 ・やさしいマスコットを握る。	・その場から離れて気持ちを落ち着かせる。	
どんなとき	自分で対処できる場合	自分で対処できない場合									
授業中、自力で問題が解けないとき	・元素記号を心の中で言う。 ・深呼吸をする。 ・数を数える。	・先生を呼ぶ。 ・保健室に行き、気持ちを落ち着かせる。									
友達とトラブルになったとき	・水を飲みに行く。 ・やさしいマスコットを握る。	・その場から離れて気持ちを落ち着かせる。									
終末	6.学習の振り返りと自己評価をする。	・本時の学習で気付いたことを自己評価カードに書かせる。次時の学習の見通しを持たせる。									

学習内容② 「気持ちの切り替え方について考える学習」

▶ 指導に当たって

- ・ 失敗や想定したとおりにならないことを過度に嫌がる。そこで日常生活の中で他者が失敗した場面を設定し、適切な行動を教師と一緒に考えることで気持ちを切り替えて行動する方法を理解させ、失敗に対する不安感を軽減させる。

▶ 本時のねらい

- ・ 想定したとおりにならなかったときの気持ちの切り替え方を知る。(健・心・環)

指導過程

段階	学習内容	指導上の留意点																				
導入	1. 前回学習した不安を軽減する方法について話す。 T 「前回学習した、不安を減らす方法を試してみましたか。」 S 「不安を感じたときに元素記号を心の中で唱えています。そうすると気持ちが少し楽になります。」 T 「それは良かったですね。他の方法も試してみましたか。」 S 「柔らかいマスコットを触ってみたのですが、あまり効果はなかったです。元素記号を唱えたり深呼吸をしたりすることが自分に合っていました。」 T 「そうだったのですね。D さんに合う方法が見つかって良かったですね。」																					
展開	2. 本時の目標を確認する。 3. 想定したとおりにならない場面での気持ちの切り替え方を考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <こんなときどうする？> 高校2年生の K さんは、大好きなアニメ映画が公開されたので、日曜日に映画館に行こうと決めました。前日に上映時間を調べたり、着ていく服を用意したりと準備は万端でした。しかし、楽しみにしすぎて夜なかなか眠れませんでした。当日の朝、起きたときには予定していた上映時間が過ぎてしまいました。K さんは「今日は最悪な 1 日だ！」と、落ち込んでいます。 ○あなたはKさんに何と言ってアドバイスしますか。 </div> 4. 3で挙げられたことを図に表し、考え方や感情によってどのような結果がもたらされるか考える。 Kさんの1日を考えよう <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 25%; text-align: left;"><出来事></th> <th style="width: 25%; text-align: left;"><考え方></th> <th style="width: 25%; text-align: left;"><感情・行動></th> <th style="width: 25%; text-align: left;"><結果></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 寝坊をしない</td> <td>→ 映画を見ることができる</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>② 寝坊をする</td> <td>→ 映画は見られない</td> <td>→ 「次の回で見られるかも。」と調べて出掛ける</td> <td>→ 次の回の映画を見ることができる</td> </tr> <tr> <td>③ 寝坊をする</td> <td>→ 映画は見られない</td> <td>→ 「映画はあきらめよう。」と他にやりたいことを考える</td> <td>→ 他に好きなことをして過ごした</td> </tr> <tr> <td>④ 寝坊をする</td> <td>→ 映画は見られない</td> <td>→ 「最悪な1日だ。」と落ち込む</td> <td>→ 何も手に付かず終わる</td> </tr> </tbody> </table>	<出来事>	<考え方>	<感情・行動>	<結果>	① 寝坊をしない	→ 映画を見ることができる			② 寝坊をする	→ 映画は見られない	→ 「次の回で見られるかも。」と調べて出掛ける	→ 次の回の映画を見ることができる	③ 寝坊をする	→ 映画は見られない	→ 「映画はあきらめよう。」と他にやりたいことを考える	→ 他に好きなことをして過ごした	④ 寝坊をする	→ 映画は見られない	→ 「最悪な1日だ。」と落ち込む	→ 何も手に付かず終わる	T 「K さんにどのようにアドバイスしますか。」 S 「私だったら、『まず、落ち着こう。』と声を掛けて、深呼吸したり飲み物を飲んだりするようアドバイスします。」 T 「前回学習した事をしっかり覚えていますね。まず気持ちを落ち着かせることが大事です。気持ちが落ち着いてきたら、次はどうしますか。映画はこの時間しか見ることができないのですか。」 S 「もしかしたら、他の上映があるかもしれないので調べて、あつたら出掛けるようアドバイスします。」 T 「次にもチャンスがあることを伝えてあげるのはですね。もし、この日の上映が他になくて見られなかったら、この日は最悪な日になってしまうのかな・・・。」 S 「映画を見ることができないのは残念ですが、他に好きなことをしたら楽しい日になると思います。」 T 「いい考えですね。私なら散歩をしますが、D さんだったら何をしますか。」 S 「私は好きな本を読みます。」
<出来事>	<考え方>	<感情・行動>	<結果>																			
① 寝坊をしない	→ 映画を見ることができる																					
② 寝坊をする	→ 映画は見られない	→ 「次の回で見られるかも。」と調べて出掛ける	→ 次の回の映画を見ることができる																			
③ 寝坊をする	→ 映画は見られない	→ 「映画はあきらめよう。」と他にやりたいことを考える	→ 他に好きなことをして過ごした																			
④ 寝坊をする	→ 映画は見られない	→ 「最悪な1日だ。」と落ち込む	→ 何も手に付かず終わる																			
終末	5. 本時の学習を振り返り、自己評価をする。	・ 本時の学習における良い気付きを認め、自信を付けさせる。																				

学習内容③ 「物事の捉え方によって感情や行動が変わることを理解する学習」

▶ 指導に当たって

- ・ 学校生活の中から、感情的になってしまった場面を想起させ、そのときの考え方、感情や行動を聞き取って図に表す。
- ・ 同じ出来事でも、それをどのように捉えるかによって感情や行動が変わるということに気付かせる。

▶ 本時のねらい

- ・ 感情や行動はそのときの考え方によって変わることを理解する。(心・人)

指導過程

段階	学習内容	指導上の留意点
導入	1.前時までの復習をする。 2.本時の目標の確認をする。	・失敗をしながらも成功することができた教師の体験を紹介する。
展開	3.不安になったときの出来事を想起し、その際の感情や行動を振り返る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>T 「以前、テストの点数が思っていたよりも低くて不安になったことがあると言っていましたが、そのときのことを教えてください。」 S 「数学のテストで90点だったとき教室を飛び出しました。その後トイレでずっと泣いていて…。」 T 「90点のテストを見て、何を考えましたか。」 S 「〇〇大学に入れなくて思いました。あと私はだめなやつだった。」 T 「その後、悲しい気持ちになったんですね。」</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>出来事 → 考え方 → 感情・行動 → 結果</p> <p>数学のテストで90点 → ・大学に入れない・だめなやつ → ・悲しい・飛び出す → 数学の授業に参加できなかった</p> </div> <p>4.考え方の見直しをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>T 「〇〇大学はどのくらいの点数を取れば入れるのか、大学のホームページや入試の情報を調べてみましょう。」 T 「入りたい学部の入試は数学だけですか。」 S 「私の好きな化学もあります。合格ラインは〇〇〇点です。」 T 「Dさんは化学が得意ですからね。他の教科もこの調子で頑張れば、〇〇大学を目指せそうですね。」</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>T 「さっきの図を使って考え方を見直してみましょう。『あと10点はどんな間違いをしたんだろう』に変えたらどうなりますか。」 S 「<やしいので、何が分からなかったのか調べると思います。」 T 「弱点が分かってよかった。苦手なところを勉強しようなどにも変えられそうですね。学習にも参加できますよ。」</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>出来事 → 考え方 → 感情・行動 → 結果</p> <p>数学のテストで90点 → あと10点はどんな間違いをしたんだろう → ・<やしい・苦手なところを勉強しよう → 数学の授業に参加できた</p> </div>	<p>・生徒から聞き取りを行いながら、出来事、考え方、感情や行動をそれぞれ図に表していく。</p> <p>・図を使いながら、悲しくなったり飛び出したりしてしまったのは、否定的な考え方から出たものだということを伝える。</p> <p>・一つの考え方だけではなく、いろいろな考え方があることに気付かせる。</p> <p>・考え方によって感情や行動が変わるということに気付かせる。</p>
終末	5.本時の学習を振り返り、自己評価をする。	・いろいろな考え方があることに気付けたことを認め、自信を付けさせる。