

指導案

1. 単元名「自己理解って何？」リフレーミングに挑戦して、自分の強みを見つけてみよう！
2. 本時の目標；子どもたちそれぞれが持つ「強み」について考えていく。課題に取り組む時に問題解決に役立つ力である「強み」を「好きなこと・得意なこと」「支えてくれる・癒してくれる存在」「将来の夢・今やりたいこと」「前から続けていること」「性格」の視点から探す。また、短所を長所に変身させる活動や友達から自身が気づいていなかった長所を教えてもらう「リフレーミング」を通して、自分の性格をポジティブに捉えることができるようになることを目指す。
3. 留意点：子どもたちの中には「好きなこと・得意なこと」「自分の性格でいいなと思うところ」などがなかなか書くことの出来ない子がいる可能性がある。他の人と比べるのではなく、「自分」がどうか考えているか、感じているかが大切なこと、自分の性格でいいな、と思えるように見方を変えていくことが今回の目的であることを伝える。

	○予想される児童の反応/■授業者の行動/□授業者の発言	留意点(*) 用意するもの(・)
	■本時の内容と趣旨を説明する。 □あの子は足が速いの、私は…等と、人と比べてへこんでしまうことはありませんか。でも、その人のいいところ“強み”は、誰にも絶対にあります。今日は、自分の強みを見つける方法を身に付けていきましょう。 ■動画視聴（0：00～3：44） ■動画の内容を振り返りながら、強みのポイントをまとめていく。 □ルンルンは、どのようなことを「強み」と言っていたでしょうか。 ○好きなこと、得意なこと・やっていること・ずっと続けていること・性格・気持ちを聞ってくれる人・落ち着く場所 □そうですね。強みは、何か困った問題に出会った時に解決に役立ってくれます。皆さんもうまいかないことや悩んでしまうことが日々の中でたくさんあると思います。そんな時に「好きなこと」が友達を作るのを助けてくれたり、「支えてくれる存在」が困った時に相談に乗ってくれたりというようにみんなの「困った!」を助けてくれます。 今日はみんなの「強み」を見つけることが目標です。 □「では、りっかさんは、ルンルンとぼそぼそと一緒に強みを考えていましたね。りっかさんはどんなふうに強みを見つけたのか見てみましょう」 ■動画視聴（3：44～5：55） □「りっかさんの強みは何でしたか？」 ○水泳を続けていること、泳ぐのが好き、決めた時間に寝る、歯磨きをする、近所の人にあいさつをする ■ワークシートを提示 □今度はワークシートを使いながらみなさんの強みを見つけていきましょう。その時に動画の中でボソボソが言っていたように、他の人と比べないことを意識していきましょう。」 ■動画を視聴する（5：55～8：26） □りっかさんも自分の強みを見つけられましたね。でもまだ、強みの材料が残っていましたよ。りっかさんは、短所としてなんと言っていましたか。 ○あきっぱい □それをなんとリフレーミングしていましたか？ ○たくさんすることに興味がある □りっかさんは性格でビョウだなというところをリフレーミングで、強みに変身させていましたね。それでは、今度はみなさんがリフレーミングに挑戦する	・ワークシート *子どもの状況に合わせて例示する。 *板書して視覚化する。 *板書の強みの項目と連動させて確認する。 ・ワークシート *人と比べるのではなく、自分の中に目を向けるように助言する。 *リフレーミングについておさえる

	番です。リフレーミング・クイズに挑戦してみましょう ■動画を視聴する（８：２６～１２：２９） □第１問 落ち込みやすい、第２問 怒りっぽい、第３問 一人でいる ■自分の短所をリフレーミングする ○「みなさん、上手にリフレーミングできましたね。では今度は、皆さんもりっかさんのように自分で微妙だなと思っている部分を「強み」にリフレーミングしましょう。」 ■短所をさらに強みへと変換させる。 □「動画の最後で、りっかさんは友達と強みを伝えあっていました。もしかすると、まだ知らない強みが見つかるかもしれないので、３人組で相手の強みを伝え合いましょう。」 ■気づいていない長所を伝え合う。 ■授業の振り返りを行う □みなさん自分の「強み」を見つけることはたくさんできましたか。 何か困ったことに会った時、今回見つけた「強み」を思い出してみるときっと解決の力になってくれるものがそこにはあるでしょう。自分の持っている強みを活用できるといいですね。	*問題ごとに動画を止める。 ・３人グループになり、互いの強みを伝え合う。 *行き詰まってしまっている子にフォローに入る。 変換させるためのヒントを与える ・振り返りシート
--	--	--