

小学校4年～6年（選択） セルフマネジメント

自分のなりたい姿に 「心と体の安全」

1 ねらい

心や体には距離感があるということが分かり、距離感が守られないときに取るべき行動を理解し、相談方法を身に付ける。

2 本時で目指す児童の姿

- (1) 「体の距離感」「心の距離感」を認識している。
- (2) 距離感が守られないときに取るべき行動を理解し、自分に合った相談方法を考えている。
- (3) SNSで見えない相手とつながることの危険性について考えることを通して、安全な意思決定と行動選択をしようとしている。

3 準備

使用するシート

振り返りシート【p. 230】

4 展開

学習活動	留意点
1 「セルフマネジメント」について確認する。 【2分間】	○養護教諭やSCとTTで授業を実施することも考えられる。
2 本時のねらいを理解する。【8分間】 ○普段自分の体を大切にしていることを考える。 ・手洗いをしている。 ・けがをしないように気を付けている。 ・マスクをしてかぜをひかないようにしている。	○自分の体を大切にするために普段していることを考えるようとする。 ○他の人の体も大切であることをおさえる。
3 自分や他の人の体を大切にするためでできることを考える。【18分間】 ○動画①(1分9秒)を視聴する。 ○「自分だけの大切なところ」や「他の人の体」も大切なことを知る。 ・胸、お尻 等	○保健の時間で学んだ「からだ」の指導内容を思い出すよう声を掛ける。 ○特に下着でかくれているところは大切であり、見せたり、触らせたりしてはいけないことを改めて伝える。



<p>○動画②(1分31秒)を視聴し、体と心の距離感や自分と他の人を守るためにルールについて考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人との距離感には、「体の距離感」と「心の距離感」の2つがある。 ・急に体を触られるのは、嫌な気持ちになる。 		<p>○他の人の水着でかくれるところも大切で、見たり、触ったりしないようにすることを理解させる。</p>
--	--	--

自分や他の人の体や心を大切にするために何ができるだろう。

<p>○人との距離感が守られないときはどうしたら良いか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走る、さけぶ、安全なところに飛び込む、はっきり・きっぱり断る等 <p>○動画③(3分49秒)を視聴する。</p>		<p>○親しくても、近すぎると嫌だなと思うときは、すぐに離れて良いこと、友達が触られることを嫌がったら、すぐにやめることが大切であることを理解する。</p> <p>○断れなさそうな友達がいたらどうするか、考えさせると良い。</p> <p>○自分や他の人を大切にするためにポイントになったところを振り返る。</p> <p>◇ (ねらいにせまったく姿) 「体の距離感」「心の距離感」を認識し、距離感が守られないときに取るべき行動を理解するとともに、自分が気を付けることについて考えている。</p>
<p>4 「自分を大切にする事例」として、SNSを使う場面を考える。【10分間】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・SNSで知り合った人とは会わない。 ・SNSを使うときには、自分で自分のことを大切にしなければならない。 ・大人の人に相談する。 <p>○動画④(3分23秒)を視聴する。</p>		
<p>5 振り返り 【7分間】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心や体には距離感があるんだな。 ・嫌な気持ちになったときは、きっぱり断ろう。 ・嫌なことがあったら、大人に相談しよう。 		

【引用・参考文献】

- ・文部科学省「生命の安全教育」

動画①自分だけの大切なところ	動画②自分とほかの人を守るためのルール	動画③自分とほかの人との距離感が守られないときの対応方法	動画④SNSを使うときに気をつけること	動画①～⑤フル

振り返りシート 【プログラム：】

年 組 番 名前 _____

1 自分のこととして取り組みましたか。

1	2	3	4
まったくあてはまらない	あまりあてはまらない	すこしあてはまる	とてもあてはまる

2 自分や友達の考えを大切にしましたか。

1	2	3	4
まったくあてはまらない	あまりあてはまらない	すこしあてはまる	とてもあてはまる

3 この授業で大切にしたいことやこれからの生活に役立てたいことなどを書いてください。