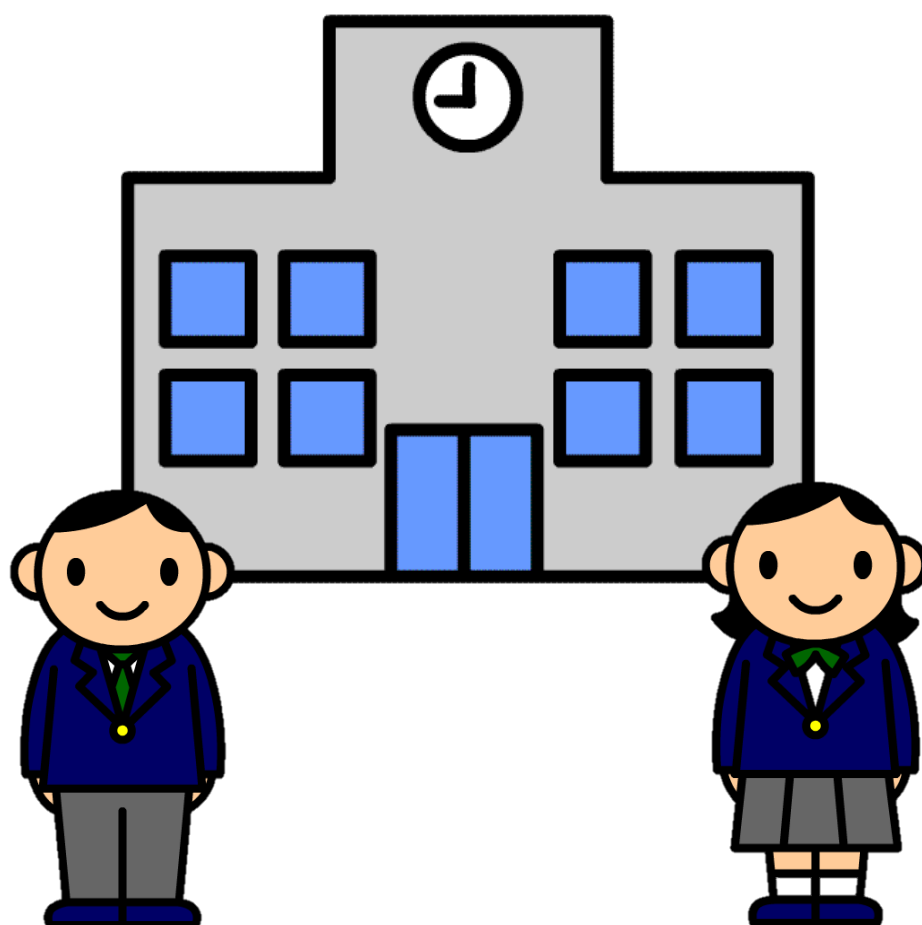


平成27年度全期教員長期研修 不登校未然防止プログラム



廿日市市立佐伯中学校

教諭 秋本 摂子

本書について

本書は、平成27年度教員長期研修において、所属校で活用した「不登校未然防止プログラム」を、稿者がまとめたものです。

- ★ 3ページからの「チェックシート」は【教師用】【生徒用】を掲載しました。【教師用】では自らの授業づくりについて、【生徒用】では教師の指導・支援が生徒にうまく届いているかどうか、指導者自身でチェックすることができます。
- ★ 5ページには1時間の「授業モデル」を掲載しました。「チェックシート」で把握した実態に合わせて作成し、全教科が共通して取り組むことができます。
- ★ 6ページからの「各教科と生活の中にあるユニバーサルデザイン化の視点に立った指導・支援の工夫例」は、所属校での各教科の授業観察や聞き取りを行った取組を掲載しました。今後とも指導者が持ち味を生かしながら、新たな視点で追加されていくことが期待できます。
- ★ 14ページからの「SEL－8Sの取組の年間指導計画」は、各学年の年間指導計画及び学習指導案、ショートエクササイズ集を掲載しました。学校行事との関連を図りながら、特別活動の時間や帰りの会等を実施します。

本書が、多くの生徒の学校適応促進のために御活用いただければ幸いです。

平成28年3月

廿日市市立佐伯中学校 教諭 秋本 摂子

目 次

◆ 本書について

◆ 授業のユニバーサルデザイン化の視点に立った教科指導

1	ユニバーサルデザイン	1
2	授業のユニバーサルデザイン化	1
3	具体的な取組	2
(1)	チェックシート	2
	・ 授業づくりアンケート【教師用】	3
	・ 授業アンケート【生徒用】	4
(2)	授業モデル	5
(3)	各教科と生活の中にあるユニバーサルデザイン化の視点に立った指導・支援の工夫例	6

◆ SEL－8Sの取組

1	SEL－8S	13
2	SEL－8Sの取組	13
3	具体的な取組	14
(1)	アンケート	14
(2)	SEL－8Sの取組の年間指導計画	14
	・ 第1学年 年間指導計画 学習指導案	15
	・ 第2学年 年間指導計画 学習指導案	19
	・ 第3学年 年間指導計画 学習指導案	23
	・ ショートエクササイズ集	27

授業のユニバーサルデザイン化の視点に立った教科指導

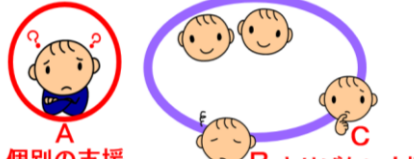
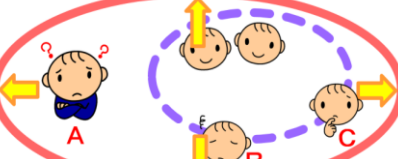
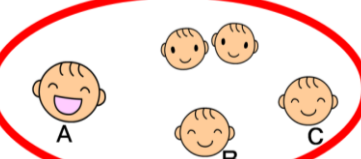
1 ユニバーサルデザイン

「ユニバーサルデザイン」は、アメリカの建築家ロナルド・メイス氏によって提唱されました。彼は、ユニバーサルデザインの定義を、「できるだけ最大限の可能な限り、すべての人々が利用可能であるような、特別とされないデザイン」としています。

この考え方を基に、教育に取り入れたのが「授業のユニバーサルデザイン化」です。

2 授業のユニバーサルデザイン化

東京都日野市公立小中学校全教師・教育委員会 with 小貫悟(2010)は、授業のユニバーサルデザイン化について、「すべての子にとって、参加しやすい学校を作り、分かりやすい授業をする」と述べています。

 <u>個別の支援</u> <u>B さりげない支援</u>		
① 学級の中には、個別の支援を必要とするAさんや、さりげない支援を必要とするBさんやCさん、そして、その他の全ての生徒がいます。	② Aさんにとってはなくてはならない支援を学級全体に取り入れることが、結果として、その他の生徒にはあると便利な支援となって働きます。	③ すると、全員が「分かった!!」「できた!!」「楽しい!!」と実感できる授業をデザインする教師の取組をいいます。

3 具体的な取組

(1) チェックシート

小貫ら（2010）が策定した「ひのスタンダード」の通常学級での指導・支援のチェックリストを基に、チェックシートを作成しました。

このチェックシートは、教師には自らの授業に対する自己評価のシートを、生徒には授業についての自己評価、及び自分にとって教師の指導・支援が有効であるかの見取りを目的としたチェックシートです。教師と生徒の両方からの立場で見取りができるよう、表現を変えても同じ内容を問うように、項目を対にして並べています。

教師	生徒
◆環境サポート〔ルール、集中、落ち着きを実感〕	
1 生徒が落ち着いて学習できるよう、学習形態や座席配置等の設定を徹底していますか。	1 気持ちごとざれたり、他の人のじゃまをしたりすることなく、落ち着いた気持ちで授業を受けていますか。
2 生徒が集中できるよう、教室内の美化や学習環境を整える設定を徹底していますか。	2 先生や発言者の方を向いて、集中して授業を受けていますか。
3 あいさつや時間、身だしなみ等、生徒が授業にのぞむ姿勢等のルールの設定を徹底していますか。	3 あいさつや時間、身だしなみを整え、休憩時間と授業時間の気持ちを切り替えて授業をスタートさせていますか。
4 発言の仕方、教師の話、友だちの発言の聴き方の学習ルールの設定を徹底していますか。	4 授業の中で、発言の仕方を守ったり、人の話を聴くルールを守ったりしていますか。
◆授業サポート〔分かった、できた、楽しいを実感〕	
5 生徒が見通しをもって活動できるような授業づくりをしていますか。	5 授業のめあてを理解して何が分かったら（できたら）よいかの見通しをもって活動していますか。
6 生徒への説明や指示が明確になるような授業づくりをしていますか。（例：視覚的提示、1指示1作業、語調の変化）	6 授業では、先生の指示をよく聴いて、次に何をしたらよいかを理解して、活動（作業）を進めていますか。
7 気付きや思考、イメージ化しやすいような授業づくりをしていますか。	7 「ポイントは何だろう」「ここは大切だ」と、理解しながら授業で活動（作業）をしていますか。
8 学習の理解が進むような授業づくりをしていますか。	8 ノートやプリントを使って、学習を分かりやすくまとめていますか。
9 生徒の努力や成果、態度に対して、機会を捉えて積極的に評価をしていますか。	9 授業の中で、ほめられたり、認められたりすることは嬉しいですか。
10 本時の達成感や、次時の期待感をもたせるような、まとめや評価をしていますか。	10 「次の授業はどんなことをするのだろう」と、次の授業を楽しみにしていますか。
◆人的サポート〔支え合い、学び合い、認め合いを実感〕	
11 生徒同士のコミュニケーションが促進されるような場の設定を徹底していますか。	11 授業で自分の意見や考えを言うと、周りの友だちは、受けとめてくれますか。
12 教師と生徒、生徒と生徒が協力しながら本時のねらいを達成するための話し合いや学び合いができる場の設定をしていますか。	12 授業で友だちの意見や考えを聴くことは、自分にとっての勉強に役立っていると思いますか。
	13 授業で友だちや先生に、自分の意見や考えを伝えることは、友だちの勉強に役立っていると思いますか。
13 生徒が分からないことや困ったことを尋ねやすい場の設定を徹底していますか。	14 授業で困っているときや分からないとき、どのように先生に質問したらよいか方法を知っていますか。

【教師用： 月 日（ ）】

授業づくりアンケート

担当教科（ ） 氏名（ ）

★ 授業における支援について、それぞれお答えください。（各々○は1つ）

	し て い る	し と て き い ど る き	し あ て ま い り な い	し て い な い
(A) 環境サポート				
1 生徒が落ち着いて学習できるよう、学習形態や座席配置等の設定を徹底していますか。	4	3	2	1
2 生徒が集中できるよう、教室内の美化や学習環境を整える設定を徹底していますか。	4	3	2	1
3 あいさつや時間、身だしなみ等、生徒が授業にのぞむ姿勢等のルールの設定を徹底していますか。	4	3	2	1
4 発言の仕方や、教師の話、友だちの発言の聴き方等の学習ルールの設定を徹底していますか。	4	3	2	1
(B) 授業サポート				
5 生徒が見通しをもって活動できるような授業づくりをしていますか。	4	3	2	1
6 生徒への説明や伝達が明確になるような授業づくりをしていますか。（例：視覚的提示，1指示1作業，語調の変化）	4	3	2	1
7 気付きや思考，イメージ化しやすいような授業づくりをしていますか。	4	3	2	1
8 学習の理解が進むような授業づくりをしていますか。	4	3	2	1
9 生徒の努力や成果，態度等に対して，機会をとらえて積極的に評価をしていますか。	4	3	2	1
10 本時の学習の達成感や，次時の学習の期待感をもたせるような，まとめや評価をしていますか。	4	3	2	1
(C) 人的サポート				
11 生徒同士のコミュニケーションが，授業の中で促進されるような場の設定を徹底していますか。	4	3	2	1
12 教師と生徒，生徒同士が協力しながら本時のねらいを達成するための話合いや学び合いができる場の設定をしていますか。	4	3	2	1
13 生徒が分からないことや困ったことを尋ねやすい場の設定を徹底していますか。	4	3	2	1
(D) コメント				
主に改善案（なければ工夫点）を記入してください。必要に応じて番号を記入してください。				
ご協力ありがとうございました。				

【生徒用： 月 日（ ）】

授業アンケート

()年()組()番 氏名()

授業について、それぞれ教えてください。 (それぞれ○は1つ)	はい	いど えち ばら はか いと	いど えち ばら いか いと え	いいえ
(A) 環境サポート				
1 気持ちごとざれたり、他の人のじゃまをしたりすることなく、落ち着いて授業を受けていますか。	4	3	2	1
2 先生や発言者の方を向いて、集中して授業を受けていますか。	4	3	2	1
3 あいさつや時間、身だしなみを整えて、休憩時間と授業時間の気持ちを切り替えて授業をスタートさせていますか。	4	3	2	1
4 授業の中で、発言の仕方を守ったり、人の話を聴くルールを守ったりしていますか。	4	3	2	1
(B) 授業サポート				
5 授業のめあてを理解して、「何が分かったら(できたら)よいか」の見通しをもって、授業で活動していますか。	4	3	2	1
6 授業では、先生の指示をよく聴いて、次に何をしたらよいかを理解して、活動(作業)を進めていますか。	4	3	2	1
7 「ポイントは何だろう」「ここは大切だ」と、理解しながら授業で活動していますか。	4	3	2	1
8 ノートやプリントを使って、学習を分かりやすくまとめていますか。	4	3	2	1
9 授業の中で、ほめられたり、認められたりすることは嬉しいですか。	4	3	2	1
10 「次の授業はどんなことをするのだろう」と、次の授業を楽しみにしていますか。	4	3	2	1
(C) 人的サポート				
11 授業で自分の意見や考えを言うと、まわりの友達は、受け止めてくれますか。	4	3	2	1
12 授業で友だちの意見や考えを聴くことは、自分にとっての勉強に役立っていると思いますか。	4	3	2	1
13 授業で友だちや先生に、自分の意見や考えを伝えることは、友だちの勉強に役立っていると思いますか。	4	3	2	1
14 授業で困っているときや分からないとき、どのように先生に質問したらよいか、方法を知っていますか。	4	3	2	1
(D) コメント				
アンケートをしてみて、授業で「こうしていきたい」と思った改善案を記入してください。				

(2) 授業モデル

チェックシートで明らかになった、教師の指導・支援の特に低い項目を、全教科共通の授業づくりの工夫や改善として、1時間の授業に取り入れるために、授業モデルを作成しました。

次の図は、所属校の事前調査を基に作成したものです。

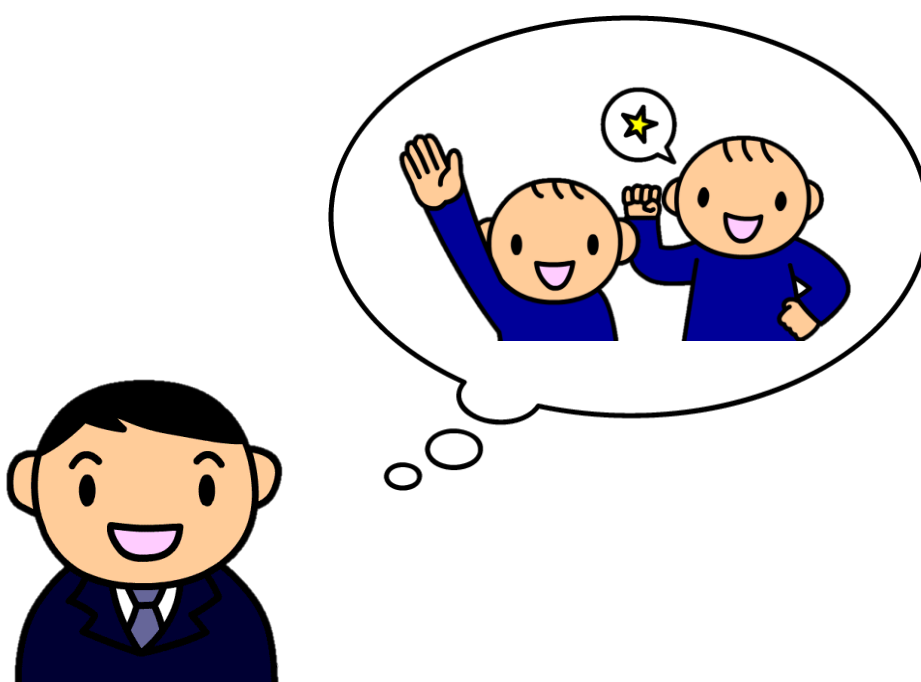
授業の流れ		授業のユニバーサルデザイン化の視点に立った教科指導チェックシート	教師の指導・支援(例)
事前	授業のねらいとする力について、学級全体と個への対応をするための準備	☐ 生徒が落ち着いて学習できるよう、教室内の美化や整理整頓を指導・支援している。 ☐ 生徒が集中できるよう、座席配置等の指導・支援をしている。 ☐ あいさつや時間、身だしなみ等、生徒が授業にのぞむ姿勢のルールへの指導・支援をしている。	・教室内の美化や道具の整理整頓に努め、視覚の氾濫、聴覚のノイズを減らす。 ・本時のねらいにおける生徒の力について、記号等(◎, ○, ▲等)を記入した座席表の準備をする。 ・号令の掛け方、あいさつの仕方、身だしなみのチェック等の言葉掛けをする。
	授業のスタートをそろえ、見通しをもたせるための指導・支援	☐ 生徒が見通しをもって活動できるような、授業のスタートの指導・支援をしている。	・めあての明確化、授業の流れを視覚提示する。 ・授業の流れをある程度パターン化する。 ・ゴールの分かりやすいワークシート等による学習を進める。
展開	本時の学習のねらいを達成するための話合いや、学び合いができる場の設定、小集団の活用における指導・支援	☐ 生徒への説明や伝達が明確になるような、教師からの分かりやすい指示の指導・支援をしている。 ☐ 生徒の気付きや思考がイメージ化しやすいような指導・支援をしている。 ☐ 生徒の学習の理解が進むような指導・支援をしている。 ☐ 発言の仕方や、教師の話、友だちの発言の聴き方等の学習ルールへの指導・支援をしている。 ☐ 教師と生徒、生徒と生徒のコミュニケーションが、授業の中で促進されるような場の設定の指導・支援をしている。	・短く分かりやすい言葉による説明をする。(1指示1作業、変化のある語調等) ・丁寧な板書、黒板に書く文字の量の調整、色チョークや下線等の板書のルールを決める。 ・写真、実物教材の提示、ICTを活用する。 ・語呂合わせやネーミングで、具体的な表現に置き換えた、目指す生徒像のスタイルを示す。 ・机間指導での教師からの適切な言葉掛けをする。 ・個⇒ペア、個⇒班⇒全体等の、小集団を活用した学習形態を取り入れ、役割をもたせた活動や全員発表の場を設定する。
	学習の達成感、次時の学習の期待感をもたせるまとめや評価における指導・支援	☐ 本時の学習の達成感や、次時の学習の期待感をもたせるような、まとめや評価への指導・支援をしている。 ☐ 生徒が質問しやすい場を設定している。	・座席記録で授業の実態を把握し、意図的指名で学習をまとめさせる。 ・互いのよさや頑張りを確認し合わせる。 ・実生活との結び付きに気付かせる。 ・余韻をもたせる終わり方の工夫をする。 ・受容的な態度で接する。
事後	生徒の変容に対する肯定的な評価や称賛	☐ 生徒の努力や成果、態度への積極的な肯定的評価をしている。	・学習成果物の掲示や展示をする。 ・生徒の振り返りや学習カードを活用する。 ・個別に助言をし、次時のスタートをそろえさせる。

(3) 各教科と生活の中にあるユニバーサルデザイン化の視点に立った指導・支援の工夫例

各教科の授業づくりには、様々な指導・支援の工夫例があることが分かりました。それらの指導・支援は、意図的に行われている以外にも、指導者が気付かずに行っているものもあり、「これもユニバーサルデザイン化ですね。」と、参観者から気付かされるものもありました。

これらは、学級全体あるいは個別の配慮や、さりげない指導・支援にもつながることから、全教科共通の指導・支援の工夫例と合わせて、各教科の指導支援の工夫例、生活の中にあるユニバーサルデザイン化の工夫例としてまとめました。

さらに、まとめたものを教科間で交流することで、授業のユニバーサル化の視点が広がり、つながったと考えます。



●国語科における指導・支援例(☆全体 ★個)

教師の範読	☆教師のモデリングによる範読を行う。 ★つまずきが見られる生徒に対し、机間指導で、教師の範読位置をリアルタイムで指しながら確認して、学びの状態をそろえさせる。												
暗唱学習	☆ポケットサイズの暗唱チェックカードを準備し、ポケットに常備させる。 ☆いつでも暗唱テストにチャレンジさせることで、何度も「できた」の成功体験につなげ、合格印を集めて視覚的な達成で意欲を高める。 ★暗唱サイズを分割し、スモールステップで達成を促す。												
ノートの構造化	☆ノートの3分割で、使い方・書き方・学習のルールを徹底し、思考を深めさせる。 <table><tr><td></td><td>読み</td><td>意味や</td></tr><tr><td></td><td>板書</td><td></td></tr><tr><td>感想</td><td>メモ</td><td>友だちの意見</td></tr><tr><td>家庭学習</td><td></td><td></td></tr></table> ☞予習 ☞本時 ☞復習を含む。 授業と家庭学習をつなぐ。		読み	意味や		板書		感想	メモ	友だちの意見	家庭学習		
	読み	意味や											
	板書												
感想	メモ	友だちの意見											
家庭学習													

●社会科における指導・支援例(☆全体 ★個)

単元の構造化	☆単元の全体像を示してゴールを明らかにし、毎時間の授業を進める。 ★想定されるつまずきに対する個への配慮と、机間指導の際の言葉掛けを重視し、指導・支援を要しない活動に関しては、積極的な言葉掛けはせず、指導・支援の強弱を付ける。
資料の見方や活用	☆ICTを活用し、分かりやすい教材提示で、生徒の興味・関心を高める。 ・地形図の拡大表示 ・地域の特徴や文化の紹介 ・歴史に関わるニュースの提示 ・社会科ソフトの活用 ★ポインターを使って操作することで、支援を要する生徒席周辺での説明や指示をさりげなく行う。

●数学科における指導・支援例(☆全体 ★個)

既習事項の活用	☆ＩＣＴを活用して既習事項を示すことで自力解決を促す。提示された既習事項はプリントアウトして黒板に掲示し、必要に応じてヒントとして選択させる。掲示プリントは、それ自体が区切られた枠内を見る配慮となって、注目度が高まる。 ☆数学科教室に解き方のポイントや公式、既習事項を掲示する。視覚刺激軽減のため教室背面のみに掲示する。
音声トレーニング	☆２人ペアで音声トレーニングを行い、生徒同士のコミュニケーションが、授業の中で促進されるような場の設定をすることで、全員のスタートをそろえる。 ☆授業スタート時に声を出すので、参加意欲、元気、やる気を高める。
空白時間の排除	☆授業終末を待ち時間とさせず、進んで練習問題に取り組ませることで、普段から自分の勉強方法を工夫することに価値をおく指導とする。 ★練習問題に取り組ませる時間に机間指導をすることで、質問しやすい場を設定する。

●理科における指導・支援例(☆全体 ★個)

教材ソフト	☆理科ソフトを使い、血液の流れのような、実際は見えないもののイメージを視覚的に捉えさせる。 ☆文字による情報を軽減し、授業の流れをシンプルにする。
１時間のゴールのあるワークシート	☆板書との位置関係が一致しているワークシートによる見通しをもたせた学習を進める。 ☆ワークシートの本時の「まとめ」の後に練習問題があり、授業と家庭学習の連動を図る。

●音楽科における指導・支援例(☆全体 ☆個)

音声トレーニング	☆音声ドレミをペアで行うことで、授業の中で生徒同士のコミュニケーションが促進されるような場を設定する。 ★音声ドレミの記録を書かせることで、自分の伸びを確認させる。
鑑賞指導	☆批評文を交流させる学習形態の変化で「個：考える→ペア：つなげる→班：高める→全体：広める→個：まとめる」をパターン化する。
器楽指導	☆リコーダー楽譜に新出の運指を示したものを配付し、奏法を教師がモデリングする。 ★階名記入されている楽譜、または階名＋運指図を示した楽譜を選択させることで、練習時間を確保する。

●美術科における指導・支援例(☆全体 ☆個)

制作進度	☆生徒一人一人に応じた1時間の活動工程の目標設定を出席番号で板書する。 ★作品の進度に応じた個への支援で、やり切らせる。
制作への意欲喚起	☆上級生の作品を常設展示し、よりよいものを完成させたいという意欲と、作品へのイメージを膨らませる。 ☆アイデアスケッチの時間を十分確保する。

●保健体育科における指導・支援例(☆全体 ☆個)

学習カード	☆単元の目標を明確化することで、1時間ごとの達成度を意識させ、全員の技能の習得を図る。 ☆授業のパターン化で、活動が始まって教師との距離ができる前に言葉掛けをし、活動やルールの徹底をする。
グループサイズ	☆目指す生徒の姿を具体的に教師の願いとして伝え、進度を評価する。 ☆協力しなくては達成できないような課題を設定し、生徒と生徒のコミュニケーションが促進されるような場の設定をする。 ★作戦タイムでは、めあてを意識させて全員発言で活発に話し合わせる。
模範演技	☆ダンスにおける模範演技を対面で行う際、教師は左右逆に鏡の動きで指導する。 ★自主練習のためのe-ラーニング教材の作成や、演技直後に動画で自分の動作を確認させてイメージをつかませる。

●技術・家庭科(技術分野)における指導・支援例(☆全体 ☆個)

ワークシート	☆作業の流れとポイントを示し、1時間の活動内容とゴールを明確にする。 ★机間指導で、補助線を引く等、個に応じて指導・支援の手立てを変える。
ワークシート	☆ワークシートの語句問題解説授業では、板書の（ ）で語句を答えさせ、ワークシートのとおりに構造化された問題を示すことで、支援とする。 ☆色チョークによる答え合わせや下線で、重要部を明確にする。
丁寧な板書	☆道具を扱う際の手の位置や向きなどを図として板書する。 ★道具の使い方は、板書を残しておくことで、記憶する負担をなくし、個への指示時に指しながら確認することができる。

●技術・家庭科(家庭分野)における指導・支援例(☆全体 ★個)

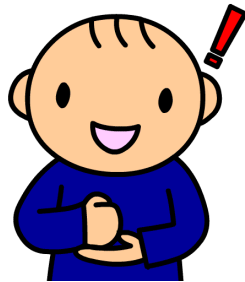
活動（作業）の 明確化	☆作業台ごとに活動内容を分け，１テーブル１作業で，場の決まりの設定を徹底する。 ☆１時間の作業を明確にし，１時間内のゴールを設定する。
動線の確保	☆生徒が尋ねる際，教卓に集まりやすいように教卓上を整頓し，質問時の動線をシンプルにしている。
実生活との結び付き	☆授業の内容が実生活でそのまま役立つことを掲示し，授業と生活をつなぐ。 ☆イラストとともに示す文字サイズと文字量に強弱を付け，一目で分かる掲示物に工夫する。

●外国語科における指導・支援例(☆全体 ★個)

学習意欲の喚起	☆英語の歌を歌い，音に耳を慣らす。 ☆季節に合った歌や話題の歌を選択して，生徒の意欲付けとする。 ☆リズム読みやペアリーディングを設定することで，一斉授業が小集団活動的な活動となり，生徒の集中力を高めさせる。
肯定的な評価	☆生徒の発言や活動に対し「OK!」「Good!」「So great!」の言葉掛けや拍手で積極的に肯定的な評価や称賛を行う。 ☆教師の肯定的な評価がモデルとなり，生徒同士のプラスのフィードバックにより全ての生徒に１時間の中で活躍できたと実感させる。
基礎・基本の定着	☆語呂合わせで，教師と生徒が英語の決まりの掛け合いをし，定着を図る。 ★意図的指名で，教師と一緒にリズム読みさせ，定着を図る。 T:「be 動詞は？」 → C:「am, is, are !!」 T:「前に出したら？」 → C:「疑問文 !!」 T:「not を付けたら？」 → C:「否定文 !!」 T:「do 動詞は？」 → C:「かくれんぼ !!」 T:「次男の does は？」 → C:「見えてるぞ !!」

●学校生活の中にあるユニバーサルデザイン化の工夫例

学習ルール	☆学習ルールを語呂合わせのポスターにして掲示する。
環境整備	☆環境整備についてモデル写真にして掲示する。
タイトル表示	☆各掲示物へのタイトルを表示し，テーマごとの枠を視覚化したスッキリした掲示板にする。
人的サポート	☆縦割り行事の異学年交流の後に，感謝の気持ちを伝え合う。



SEL－8Sの取組

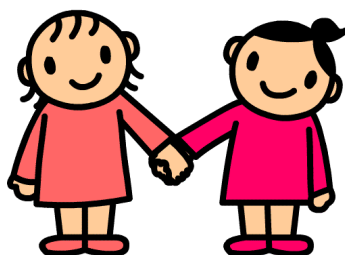
1 SEL－8S

SELは、欧米諸国で広く実践され、重要性が認識されている数多くの心理教育プログラムの総称です。このうち、SEL－8S（Social and Emotional Learning of 8 Abilities at the School）は、日本語名を「学校における八つの社会的能力育成のための社会性と情動の学習」と呼ばれています。

2 SEL－8Sの取組

生徒一人一人の社会的能力を向上させるため、SEL－8Sの指導計画は、特別活動の授業に限定せず、身に付けた能力をさらに強くする「強化」の活動として、授業で扱ったSEL－8Sのポスターの掲示や帰りの会等で実施するショートエクササイズを取り入れています。

これらのSEL－8Sの授業とショートエクササイズを合わせたものをSEL－8Sの取組とし、学習したSEL－8Sの能力を、教室を離れた場面でも広く使えるよう、社会的能力の「般化」に活用できそうな学校行事や学校生活における活動を挙げています。



3 具体的な取組

(1) アンケート

基礎的社会的能力の「自己への気づき」「他者への気づき」「自己のコントロール」「対人関係」「責任ある意思決定」と、応用的社会的能力の「生活上の問題防止のスキル」「人生の重要事態に対処する能力」「積極的・貢献的な奉仕活動」の8因子について測定します。

これらの【生徒用アンケート】【教師用アンケート】は、授業資料、集計ソフトと一緒に、SEL8実践研究会〔<https://ww1.fukuoka-edu.ac.jp/~koizumi/index.html>〕からダウンロード可能です。

(2) SEL－8Sの取組の年間指導計画

不登校傾向生徒の特徴として「人生の重要事態に対処する能力」が、他の因子と比べて低いことが明らかになりました。しかし、弱い能力だけに特化するのではなく、8能力全てに取り組むことで、社会的能力の全体のバランスが取れてくることを踏まえ、単元を構成しました。

SEL－8Sの取組の年間指導計画作成のポイントを次のように考えました。

- 対人への指導・支援を要する生徒が、不登校傾向状態になる前のできるだけ早い時期から実施します。
- 弱い能力だけに特化するのではなく、8能力全てに取り組めます。
- 学校行事とねらいとする社会的能力を関連させて、単元を配列します。
- SEL－8Sの授業をつなぐように、ショートエクササイズを取り入れます。
- 学校のスローガン「感謝」のポジティブ感情をシェアリングするために、「ほっとHotホットメール」の取組を年間を通して行います。

◆ 第1学年 SEL－8Sの年間指導計画 ◆

月	学校行事	「題材名」								特別活動 との関連 内容項目	SEL－8Sをつなぐ ショートエクササイズ
		SEL－8Sの社会的能力									
		基礎的				応用的					
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動		
4月	入学式 学級開き 部活入部	「自分の特徴をよく知ろう①」								(2) イ	「自分クラブ」 「自分CM」
5月		○	◎	◎	◎			○			
6月	宿泊学習										
7月	防犯教室	「はっきり断ろう①」								(2) キ	「はっきり断られたときは」 「アサーショントレーニング」
8月				◎	◎	◎	○				
9月	運動会	「学校でのミニボラ」								(2) カ	「ボランティアパスポート」 「友達CM」
10月	文化祭		○		○	○			◎		
11月											
12月		「長所を生かそう①」								(2) オ	「なぜ！ほっさいてくれないの？」 「レジリエンスレッスン」
1月		◎	◎	○	◎			○			
2月	3年生を送る会	「私の夢」								(2) ア	「ストレスマネジメント」
3月	卒業式 学級結び 離任式	◎		○				◎			

年間を通じた取組
「ほっとH.O.T.ホットメール」

・宿泊学習 ・第1学期を
の職員へ 振り返って 運動会の
組団先輩へ 学級の友だちへ
・文化祭後の
・第2学期を・3年生の
振り返って 先輩方へ 振り返って
・お別れの

年間を通じた取組
「ほっとホッポットメール」
・宿泊学習・第1学期を
の職員へ 振り返って 組員先輩へ
・運動会の
・文化祭後の
・第2学期を・3年生の
振り返って 先輩方へ 振り返って
・お別れの

◆◆◆ 第1学年学習指導案 ◆◆◆

① 第1時

題 材 名	「自分の特徴をよく知ろう①」	SEL－8Sの社会的能力						
		基礎的			応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の長所や短所に気づき、自己理解を深める。							
特別活動 内容項目	(2) イ 「自己及び他者の個性の理解と尊重」	○	◎	◎	◎			○
学習活動	主な学習活動		指導上の留意事項					
	①エゴグラムに取り組む。 ②エゴグラムの結果から自分の特徴に気付く。 ③自分の長所について班内で交流し、互いの良さを認め合う。 ④エゴグラムの結果から自分の短所に気づき、改善できることを考える。 ⑤振り返りをする。		◇エゴグラムはその人の性格を決めるものではなく、特徴であることを押さえる。 ◇受容的にならない様子が見られた場合は、活動を中止させ、話合いの進行を修正する。					
ポイント	★長所の方程式で人との関わりを意識させる。 長所 = 人との関わり のいい思い出 + ほめられた 認められた ★ワークシートを吹き出しにし、話型を共通に示すことで、書く活動をリードする。 私の長所は.....です。 それは..... 私の短所は.....です。 克服するために.....		指導に当たって					
			・学級で、部活で、自己紹介をする機会が多くある4月に計画しています。 ・新しい仲間との出会いに、スムーズなスタートとなるよう、自分のことをよく知ることは大切です。					

② 第2時

題 材 名	「はっきり断ろう①」	SEL－8Sの社会的能力						
		基礎的			応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	ネガティブに捉えがちな「断る」という行為は人との良好な関係を維持する上で重要な行動の一つであることに気付く。							
特別活動 内容項目	(2) キ 「心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成」			◎	◎	◎	○	
学習活動	主な学習活動		指導上の留意事項					
	①「断る」ってよいこと？悪いこと？について、考えをもちネームプレートで意思表示する。 ②「断り方のポイント」を学ぶ。 ③場面カードで班ごとに「断る」ロールプレイをする。 ④はっきりと「断る」方法について考える。 ⑤振り返りをする。		◇理由も考えて意思表示させる。 ◇SEL－8Sポスター「断るのはこわカー」を提示し、相手を意識した「断る」という行為について考えさせる。					
ポイント	★生徒のロールプレイをスタートさせる前に、教師がモデリングしたり、コミック会話で役割演技をさせたりする。 ★どうしても自分で断れない状況で困った場合には、周囲に助けを求めることができることを押さえる。		指導に当たって					
			・防犯教室と関連させることで、自身を守る具体的な方法として般化が期待されます。 ・ショートエクササイズの「はっきり断られたときは」と合わせて学習することで、「断る側」「断られた側」の良好な人間関係にも必要な力として強化が期待されます。					

③ 第3時

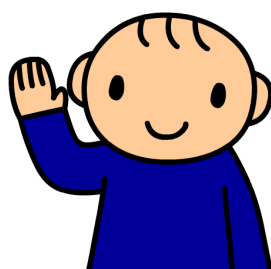
題 材 名	「学校でのミニボラ」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分がやるべきことや果たすべき責任の範囲で積極的に役割を果たすこともボランティアと位置付け、学校のちょっとした場面でボランティアできることに気付く。								
特別活動 内容項目	(2) カ 「ボランティア活動の意義の理解と参加」		○		○	○			◎
学習活動	主な学習活動		指導上の留意事項						
	①ボランティアについて想起する。 ②ボランティアの意味について理解する。 ③学校の中にあるボランティアについて、班員と自分の意見とを比較する。 ④学校ボランティアの実施計画を立てる。 ⑤振り返りをする。		◇人に関わるちょっとした行動がボランティアにつながることを考えさせる。						
ポイント	★ボランティアの語源から意味を知る。 ボランティア（volunteer）の語源は、ラテン語の「volo」（ウォロ）で「自分から進んで～する」「喜んで～する」という意味がある。つまり、自分自身が気になる、何かしたいという自発性・主体性を大切にした「わたし発」という視点を生かしてスタートすることに意味をもたせる。		指導に当たって						
			・身の回りのちょっとしたことにも意識を向けることのできる「気づき力」の強化が期待されます。 ・学校行事もボランティアと位置付け、自分の役割を果たすことの大切さを、学級全体の場で考え、人との関わりを確認し合えます。						

④ 第4時

題 材 名	「長所を生かそう①」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の長所に目を向け、改めて自己理解を深める。								
特別活動 内容項目	(2) オ 「望ましい人間関係の確立」	◎	◎	○	◎			○	
学習活動	主な学習活動		指導上の留意事項						
	①第2学期を振り返り、簡単に自分の成長を自己評価する。 ②ワークシートによる肯定的評価で学級内の相互評価に参加する。 ③友だちからの肯定的評価を読み取り、感情交流のシェアリングをする。 ④第1時のエゴグラムと比較し、改めて自分の良さに気付く。 ⑤振り返りをする。		◇BGMを導入しリラックス状態を演出する。 ◇自分のことは、自分以外の人からも知ることができることを理解させる。						
ポイント	★エゴグラムで記入したコメントと比較させ、学級のために自分がどんな力を発揮できているのかを知る機会とさせる。		指導に当たって						
			・互いの良さを見付ける練習となり、学級内の認め合いの雰囲気が増進されることが期待されます。						

⑤ 第5時

題 材 名	「私の夢」	S E L－8 Sの社会的能力						
		基礎的				応用的		
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の弱さや困難への対処法について知り、自己理解を深め、自分の特徴を基に自分の将来や夢について考える。							
特別活動 内容項目	(2) ア 「思春期の不安や悩みとその解決」	◎		○				◎
学 習 活 動	主な学習活動		指導上の留意事項					
	①パーソナリティーのワークシートで自己理解を深める。 ②ストレスやりくり法について考える。 ③自分のストレスやりくり法について班で交流し合う。 ④夢の実現や目標の達成に向けて、自分の生活についてワークシートにまとめる。 ⑤振り返りをする。		◇S E L－8 Sポスター「リスに」を提示し、順序良く考えさせる。					
ポ イ ン ト	指導に当たって							
	★夢や目標の実現や達成のためには、自分の弱さや困難への対処法を身に付けることや、将来の夢につながる大事な決断に向き合うことが大切であることを理解させる。 ★ストレスには「善玉ストレッサー」と「悪玉ストレッサー」の2種類があることについてふれる。		・将来の目標や進路選択について考えるきっかけとなることが期待されます。					



◆ 第2学年 SEL－8Sの年間指導計画 ◆

月	学校行事	「題材名」								特別活動 との関連 内容項目	SEL－8Sをつなぐ ショートエクササイズ	
		SEL－8Sの社会的能力										
		基礎的				応用的						
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動			
4月	入学式 学級開き 部活入部	「自分の特徴をよく知ろう②」								(2) イ	「自分グラフ」	「自分CM」
5月		○	◎	◎	◎			○				
6月												
7月	防犯教室	「はっきり断ろう②」								(2) キ	「はっきり断られた時は」	「アサーショントレーニング」
8月	キャリアスタートウィーク			○	○	◎	◎	○				
9月	運動会	「学校でのミニボラ」								(2) カ	「ボランティアパスポート」	「レジリエンスレッスン」
10月	文化祭	○		○	○			◎				
11月												
12月	修学旅行	「長所を生かそう②」								(2) オ	「友達CM」	「なぜ！ほっさいてくれないの？」
1月		◎	◎	○	◎			○				
2月	3年生を送る会	「夢への挑戦」								(2) ア	「ストレスマネジメント」	
3月	卒業式 学級結び 離任式	◎				○		◎				

年間を通じた取組
「ほっこりホッホットメール」

・第1学期を振り返って
・運動会のご報告
・文化祭後の修学旅行
・第2学期を3年生の1年間を、お別れの
振り返って
先輩方へ
振り返って
先生方へ

年間を通じた取組
「ほっさいホットメール」

・第1学期を振り返って
・運動会の
組団先輩へ
・文化祭後の
学級の友だちへ
の職員へ
・第2学期を振り返って
・三年生の
・1年間を振り返って
・お別れの
先輩方へ
振り返って
先生方へ

◆◆◆ 第2学年学習指導案 ◆◆◆

① 第1時

題 材 名	「自分の特徴をよく知ろう②」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の長所や短所に気づき、自己理解を深める。また、自分の短所の克服に建設的に取り組む方法を知る。								
特別活動 内容項目	(2) イ 「自己及び他者の個性の理解と尊重」	○	◎	◎	◎				○
学習活動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①エゴグラムに取り組む。 ②エゴグラムの結果から自分の特徴に気付く。 ③自分の長所について班内で交流し、互いの良さを認め合う。 ④エゴグラムの結果から自分の短所に気づき、改善できることを考える。 ⑤振り返りをする。	◇エゴグラムはその人の性格を決めるものではなく、特徴であることを押さえる。 ◇受容的にならない様子が見られた場合は、活動を中止させ、話合いの進行を修正する。							
ポイント	★1年生時の結果を思い出させ、共通点や相違点を考え、自己理解が進んだかを自己評価させ、授業の振り返りを書かせる。	指導に当たって							
		・自己紹介の準備だけでなく、自己理解を深める時間にもなるため、十分に時間を設定します。							

② 第2時

題 材 名	「はっきり断ろう②」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	ネガティブに捉えがちな「断る」という行為は人との良い関係を維持する上で重要な行動の一つであることに気付く。また、必要な場面で断るスキルを身に付ける。								
特別活動 内容項目	(2) キ 「心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成」			○	○	◎	◎	○	
学習活動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①「断る」ってよいこと？悪いこと？について、考えをもちネームプレートで意思表示する。 ②「断り方のポイント」を学ぶ。 ③場面カードで班ごとに「断る」ロールプレイをする。 ④はっきりと「断る」方法について考える。 ⑤振り返りをする。	◇理由も考えて意思表示させる。 ◇SEL－8Sポスター「断るのはこわー」を提示し、相手を意識した「断る」という行為について考えさせる。							
ポイント	★生徒のロールプレイをスタートさせる前に、教師がモデリングしたり、コミック会話で役割演技をさせたりする。	指導に当たって							
	★どうしても自分で断れない状況で困った場合には、周囲に助けを求めることができることを押さえる。	・コミュニケーションをとる際に、「I（私）メッセージ」で気持ちや思いを伝えることに、今よりも自信をもつことが期待されます。							

③ 第3時

題 材 名	「学校でのミニボラ」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分がやるべきことや果たすべき責任の範囲で積極的に役割を果たすこともボランティアと位置付け、学校のちょっとした場面でボランティアできることに気付く。								
特別活動 内容項目	(2) カ 「ボランティア活動の意義の理解と参加」		○		○	○			◎
学習活動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①ボランティアについて想起する。 ②ボランティアの意味について理解する。 ③学校の中にあるボランティアについて、班員と自分の意見とを比較する。 ④学校ボランティアの実施計画を立てる。 ⑤振り返りをする。	◇人に関わるちょっとした行動がボランティアにつながることを考えさせる。							
ポイント	★ボランティアの語源から意味を知る。 ボランティア（volunteer）の語源は、ラテン語の「volo」（ウォロ）で「自分から進んで～する」「喜んで～する」という意味がある。つまり、自分自身が気になる、何かしたいという自発性・主体性を大切にしたい「わたし発」という視点を生かしてスタートすることに意味をもたせる。	指導に当たって							
		・身近なちょっとしたことへの自発的な取組でも「わたし発」になれば立派なボランティアであることを学ぶことで、ボランティアに対する意識が高まることが期待されます。							

④ 第4時

題 材 名	「長所を生かそう②」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の長所に目を向け、改めて自己理解を深める。また、自分の長所を強みとして、進んで自分の力を発揮しようとする意識を高める。								
特別活動 内容項目	(2) オ 「望ましい人間関係の確立」	◎	◎	○	◎				○
学習活動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①第2学期を振り返り、簡単に自分の成長を自己評価する。 ②ワークシートによる肯定的評価で学級内の相互評価に参加する。 ③友だちからの肯定的評価を読み取り、感情交流のシェアリングをする。 ④第1時のエゴグラムと比較し、改めて自分の良さに気付く。 ⑤振り返りをする。	◇BGMを導入しリラックス状態を演出する。 ◇自分のことは、自分以外の人からも知ることができることを理解させる。							
ポイント	★エゴグラムで記入したコメントと比較させ、学級のために自分がどんな力を発揮できているのかを知る機会とさせる。 ★互いの良さを見付ける練習となり、学級内の認め合いの雰囲気は促進される。	指導に当たって							
		・男女の差なく、誰とでも協力して学級活動に参加するようになることが期待されます。							

⑤ 第5時

題 材 名	「夢への挑戦」	S E L－8 Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の弱さや困難への対処法について知り、自己理解を深め、自分の特徴を基に自分の将来や夢について考える。また、自分の夢に向かって、進路に関する目標を設定し、今の生活を充実させていこうとする意識を高める。	◎				○		◎	
特別活動 内容項目	(2) ア 「思春期の不安や悩みとその解決」								
学 習 活 動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①パーソナリティーのワークシートで自己理解を深める。 ②ストレスやりくり法について考える。 ③自分のストレスやりくり法について班で交流し合う。 ④夢の実現や目標の達成に向けて、自分の生活についてワークシートにまとめる。 ⑤振り返りをする。	◇SEL－8Sポスター「リスに」を提示し、 順序良く考えさせる。							
ポ イ ン ト	★夢や目標の実現や達成のためには、自分の弱さや困難への対処法を身に付けることや、将来の夢につながる大事な決断に向き合うことが大切であることを理解させる。 ★ストレスには「善玉ストレス」と「悪玉ストレス」の2種類があることについてふれる。	指導に当たって							
		・最終学年である3年生の準備学期としての、 第3学期の過ごし方や、進路に対する意識が 芽生えてくることが期待されます。							



◆ 第3学年 SEL－8Sの年間指導計画 ◆

月	学校行事	「題材名」								特別活動との関連 内容項目	SEL－8Sをつなぐ ショートエクササイズ
		SEL－8Sの社会的能力									
		基礎的				応用的					
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動		
4月	入学式 学級開き 部活入部	「自分の特徴をよく知ろう③」								(2) イ	「自分クラフ」 「自分CM」
5月		○	◎	◎	◎			○			
6月											
7月	防犯教室	「危険な状況での断り方」								(2) キ	「はっきり断られた時は」 「アサーショントレーニング」
8月				◎	○	◎	◎	◎			
9月	運動会	「地域ボランティア」								(2) カ	「ボランティアパスポート」 「なぜ! ぽっといてくれないの?」
10月	文化祭		○		○	○			◎		
11月		「自分を見つめて」								(2) ア	「レジリエンスレッスン」 「ストレスマネジメント」
12月		◎		○		◎		◎			
12月		「長所を生かそう③」								(2) オ	「友だちCM」 「自分CM」
1月	面接練習 進路行事	◎				○		◎			
2月	3年生を送る会										
3月	卒業式 学級結び 離任式										

年間を通じた取組
「ほろとホロ」ポトメール

・第1学期を振り返って

・運動会の組団後輩へ

・文化祭後の学級の子たちへ

・第2学期を振り返って

・お世話になった先生方へ

・3年間を振り返って

年間を通じた取組
「ほっとHOTOホットメール」

・第1学期を
振り返って

・運動会の
組団後輩へ
・文化祭後の
学級のなだちへ

・第2学期を
振り返って
・お世話になった
先生方へ

・3年間を
振り返って

◆第3学年学習指導案

① 第1時

題 材 名	「自分の特徴をよく知ろう③」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の長所や短所に気づき、自己理解を深める。また、自分の短所の克服に建設的に取り組む方法を知る。さらに、実行への意欲をもつ。								
特別活動 内容項目	(2) イ 「自己及び他者の個性の理解と尊重」	○	◎	◎	◎				○
学習活動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①エゴグラムに取り組む。 ②エゴグラムの結果から自分の特徴に気付く。 ③自分の長所について班内で交流し、互いの良さを認め合う。 ④エゴグラムの結果から自分の短所に気づき、改善できることを考える。 ⑤振り返りをする。	◇エゴグラムはその人の性格を決めるものではなく、特徴であることを押さえる。 ◇受容的にならない様子が見られた場合は、活動を中止させ、話合いの進行を修正する。							
ポイント	★2年生時の結果を思い出させ、共通点や相違点を考え、自己理解が進んだかを自己評価させ、授業の振り返りを書かせる。	指導に当たって							
		・面接等の機会に、自分の特徴として自己評価する際にも役立ちます。							

② 第2時

題 材 名	「危険な状況での断り方」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	ネガティブに捉えがちな「断る」という行為は人との良い関係を維持する上で重要な行動の一つであることに気付く。また、必要な場面で断るスキルを身に付ける。さらに、危険な状況においても断る意思をもち、誘われても断るスキルを身に付ける。								
特別活動 内容項目	(2) キ 「心身ともに健康で安全な生活態度や習慣」			◎	○	◎	◎	◎	
学習活動	主な学習活動	指導上の留意事項							
	①「断る」ってよいこと？悪いこと？について、考えをもちネームプレートで意思表示する。 ②「危険な状況での断り方のポイント」を学ぶ。 ③「危険な状況での断り方」のロールプレイをする。 ④はっきりと「断る」方法について考える。 ⑤振り返りをする。	◇理由も考えて意思表示させる。 ◇SEL－8Sポスター「ハリのワニ」を提示し「違法性と危険性」「他者への危害」は絶対にしない決意を全員で確認する。 ◇ロールプレイをするが、誘い役は生徒に演じさせず、教師が演じる。							
ポイント	★違法な行為や悪いことに誘われたら、どんなに断りにくい相手にも流されない意思をもち、犯罪から身を守る大切さを理解させる。 ★どうしても自分で断れない状況で困った場合には、周囲に助けを求めることができることを押さえる。	指導に当たって							
		・仲の良い友だちや、断りにくい相手に対しても、自信をもって、はっきりと「I（私）メッセージ」で断ることができるスキルを身に付けられることが期待されます。							

③ 第3時

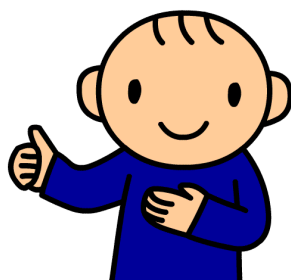
題 材 名	「地域ボランティア」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分がやるべきことや果たすべき責任の範囲で積極的に役割を果たすこともボランティアと位置付け、学校のちょっとした場面でボランティアできることに気付く。また、地域においても家庭や学校と同様に小さな活動でも直接的・間接的に自分が役立つ一員であるという意識を高める。								
特別活動 内容項目	(2) カ 「ボランティア活動の意義の理解と参加」		○		○	○			◎
学習活動	主な学習活動		指導上の留意事項						
	①ボランティアについて想起する。 ②ボランティアの意味について理解する。 ③班活動で地域ボランティアを挙げ、中学生にも参加できることが多くあることを理解する。 ④自分が地域に出て進んで出来そうな仕事や役割について考え、地域ボランティアの実施計画を立てる。 ⑤振り返りをする。		◇同年代の中学生の地域ボランティアの様子を紹介し、人に関わるちょっとした行動がボランティアにつながることを考えさせる。						
ポイント	★地域ボランティアは、違う世代の人の生き方や、地域の振興などを学ぶことであり、代々受け継がれ、中学生はちょうどその番にあたる自分の役割に対しての責任に気づき、積極的・貢献的に地域の一員として活躍していくことを意識させる。		指導に当たって						
			・地域の人に支えられてきたことを実感し、自分から地域に目を向けることで、中学生であっても、直接的にも間接的にも地域に役立てる存在であることへの意識が高まることが期待されます。						

④ 第4時

題 材 名	「自分を見つめて」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の弱さや困難への対処法について知り、自分の夢に向かって今の生活を充実させていこうとする意識を高めるとともに、目標達成に向けて困難な事態にも前向きに挑戦する意欲をもつ。								
特別活動 内容項目	(2) ア 「思春期の不安や悩みとその解決」	◎				○		◎	
学習活動	主な学習活動		指導上の留意事項						
	①将来の夢について想起する。 ②ストレスやりくり法について考える。 ③自分のストレスやりくり法について班で交流し合う。 ④夢の実現や目標の達成に向けて、自分の生活についてワークシートにまとめる。 ⑤振り返りをする。		◇SEL－8Sポスター「弁慶のイスさ」を提示し、順序良く考えさせる。						
ポイント	★進路実現への過程を明確に理解させる。 ★目標に向けて地道に準備をしている生徒がいる一方で、不安や悩みばかりが大きくなる生徒もいることを予測し、改めて進路について時間を取って考えることで、充実した毎日となり、進路決定に向けて大事な時期になることを踏まえ、学級の雰囲気も大切にしよう理解させる。		指導に当たって						
			・将来の夢の実現や目標の達成のために、現在取るべき行動を自覚して取り組むようになることが期待されます。						

⑤ 第5時

題 材 名	「長所を生かそう③」	SEL－8Sの社会的能力							
		基礎的				応用的			
		自己への気づき	他者への気づき	自己のコントロール	対人関係	責任ある意思決定	生活上の問題防止のスキル	人生の重要事態に対処する能力	積極的・貢献的な奉仕活動
目 標	自分の長所に目を向け、改めて自己理解を深める。また、自分の長所を強みとして、進んで自分の力を発揮しようとする意識を高める。さらに、自分の長所を生かし、余力を人のために使おうとする意欲をもつ。								
特別活動 内容項目	(2) オ 「望ましい人間関係の確立」	◎				○		◎	
学 習 活 動	主な学習活動		指導上の留意事項						
	①第2学期を振り返り、簡単に自分の成長を自己評価する。 ②ワークシートによる肯定的評価で学級内の相互評価に参加する。 ③友だちからの肯定的評価を読み取り、感情交流のシェアリングをする。 ④第1時のエゴグラムと比較し、改めて自分の良さに気付く。 ⑤振り返りをする。		◇BGMを導入しリラックス状態を演出する。 ◇自分のことは、自分以外の人からも知ることができることを理解させる。						
ポ イ ン ト	★エゴグラムで記入したコメントと比較させ、学級のために自分がどんな力を発揮できているのかを知る機会とさせる。 ★互いの良さを見付ける練習となり、対人関係の認め合いが促進される。		指導に当たって						
			・中学校卒業後の新しい環境においても、自信をもって自分の良さや強みを発揮していくことが期待されます。						



◆ ショートエクササイズ集 ◆

● 「自分グラフ」

- ① 目 標 自分の特徴について、主観的な捉え方だけではなく、エゴグラムや友だちからのプラスのフィードバックで得た特徴についても改めて確認することができる。
- ② 準 備 物 ワークシート
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇「自分の特徴」について考えさせる。	
2 自分の特徴を考える（個人）	◇ワークシートに取り組みさせる。	ワークシート
3 自分の特徴を知ることの意味を考え、意見を発表する	◇ペアや班で意見を交流し、様々な意見に出合わせることで、強化を図る。 ◆「たとえば、どんなときに自分について話をする場面があるだろうか。」と、学校場面や生活場面を想起させる。	
4 振り返りをする	◇「あなたのいいところを大切にしましょう」と、自分の良さに目を向けることで、自分の良い特徴の強化を図る。 ◇人からのプラスのフィードバックで自分の新しい一面を確認させる。 ◇相手の良さを見つけることで、他人に対する感じ方や見方を身に付け、よりよい人間関係を身に付けることについて強化を図る。	

④ ワークシート

「自分グラフ」

- ① 氏名を書く。
- ② 自分の“特徴”の割合を考え、グラフに線を入れる。
* 考えにくい人は、ヒントを見ながら作成しよう。
- ③ エゴグラムや、友だちから言われたことも含めて書けるといいですね。
- ④ もう一度見直しをして、書き足りないところを書き込みましょう。

～ヒント～

- ・あなたの長所は？
- ・あなたの短所は？
- ・あなたの得意なことは？
- ・あなたの不得意なことは？
- ・あなたの趣味は？
- ・ストレス解消法は？
- ・今、頑張っていることは？

など

100 (%)

0

90 80 70 60 50 40 30 20 10

() 年 () 組 () 番 氏名 ()

「自分の特徴をよく知ろう」 (例)

① 氏名を書く。
② 自分の「特徴」の割合を考え、グラフに線を入れる。
③ エゴグラムや、友だちから言われたことも含めて書けるといいですね。
④ もう一度見直しをして、書き足りないところを書き込みましょう。

100 (%)

責任感

目立つのは嫌い

バレー部 体力あり 協力的

～ヒント～

- ・あなたの長所は？
- ・あなたの短所は？
- ・あなたの得意なことは？
- ・あなたの不得意なことは？
- ・あなたの趣味は？
- ・ストレス解消法は？
- ・今、頑張っていることは？

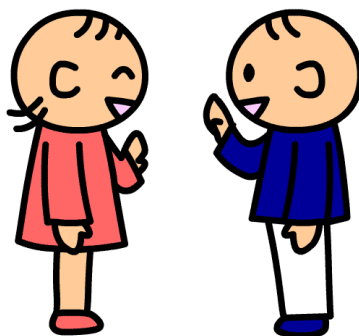
など

() 年 () 組 () 番 氏名 ()

●「アサーショントレーニング」

- ① 目 標 適切な自己表現の仕方と相手に伝わりやすい伝え方を身に付ける。
 ② 準 備 物 ストップウォッチ
 ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇相手に分かりやすい伝え方を考えさせる。 ・隣の人との距離を考えた話す声の大きさ ・目線 ・表現の仕方（言葉遣い、身振り手振り 等）等	
2 共通のテーマについて考える	◇テーマを決めて隣の人とペアトークをさせる。 ・（例）今日1日で一番心に残った出来事 その理由 ・（例）今週の反省と来週の目標 その理由 ・（例）犬派か猫派か？ その理由 等	ストップウォッチでトーク時間を計測
3 相手に伝わりやすく話す	◆ペアトークが進みにくいペアには、もう一度始めからペアトークをスタートさせる。	
4 振り返りをする	◇話し方の良かったペアをモデルとして示し、話し手と聞き手の互いの感想を述べさせる。 （聞き手）・声の大きさ、目線、話し言葉の丁寧さ 等 （話し手）・話すときに気を付けたこと、意識したこと 等	



●「Stop9」

- ① 目 標 「断る」という行為のはじめには、きっかけとなる言葉が大切であることに気付く。特に、顔や表情の見えない電話やスマートフォンの場面を設定し、相手にはっきりと断る方法を身に付ける。
- ② 準 備 物 ワークシート、SELポスター「こわカー」、STOP9ポスター
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇「断る」ことについて考えさせる。 ・「こわカー」	SEL-8Sのポスター
2 携帯電話のルールについて確認する	◇STOP9の啓発ポスターで、午後9時以降の携帯電話、スマートフォンによる通信をしないことを確認させる。	STOP9のポスター
3 電話による「はっきり断る」セリフを考える	◇相手に伝わりやすく、断ることができているかを確認させる。 ◆「こわカー」の「こ」の使い方について、自分に合った言葉を選択させる。	
4 ロールプレイする	◇ペアで交代してロールプレイさせる。 ◆ロールプレイが難しい場合には、ワークシートに記述したセリフを読ませる。	
5 振り返りをする	◇顔や表情が見えない電話で「断る」際には、きっかけ言葉となる「こわカー」の「こ」が大切であることを確認する。 ◇「断る」行為を受けたとき、それ以上しつこく誘わないことは、人との良い関係を維持する上で大切な関わりであることに気付かせる。	

④ ワークシート

「はっきり断ろう」

携帯電話等に係る啓発活動推進会議

STOP9

ケータイ・スマホを置いて、
有意義な時を過ごそう！

わが家の「ケータイルール」

午後9時以降はしない

仲の良い友達と、ついつい長電話をしてしまい、気が付くともう夜の9:00です。「まだ話したいよう!!」という友達に対し、あなたならどのような言葉で「はっきり断る」か、セリフを書きましょう。

断り方のポイント

断るの語、こわカー

断る理由を伝える

断るの言葉

.....

.....

.....

.....

.....

.....

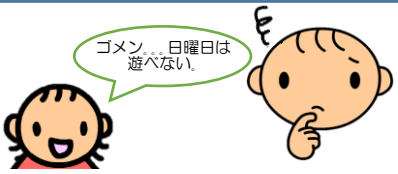
() 年 () 組 () 番 氏名 ()

●「はっきり断られたときは」

- ① 目 標 相手からの「断る」という行為を受け入れることは、相手を尊重し、望ましい人間関係を築いていこうとする態度であることに気付く。
- ② 準 備 物 ワークシート、SELポスター「こわカー」「ハリのワニ」
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇「断る」ことについて考えさせる。 ・「こわカー」 ・「ハリのワニ」	SEL-8Sのポスター
2 断られたときの気持ちを考える(個人)	◇ワークシートに取り組ませる。	ワークシート
3 選んだ番号とその理由を発表する	◇ペアや班で意見を交流し、様々な意見に出合わせることで、断り方について強化を図る。 ◆「私は○番を選びました。理由は()。」「の話を示す。	
4 振り返りをする	◇ワークシートの③④から、相手に断られたとき、起こってもいけない不安をもったり相手に不満をもったりすることなく、「断る」という行為を受け入れることは、相手を尊重していることになることに気付かせる。 ◇ワークシートの⑤から、「断る」行為を受けたとき、それ以上しつこく誘わないことは、人との良い関係を維持する上で大切な関わりであることに気付かせる。 ◇「断る」側にも、「理由を述べてはっきり断る」ことの大切さを再度確認し、本時の授業の断り方について強化を図る。	

④ ワークシート

「はっきり断られたときは」											
() 年 () 組 () 番 氏名 ()											
・次の話を読んで考えましょう。 Aさんは、休みの日には、仲のよいBさんとよく遊びます。この日も、「次の日曜日に一緒に遊ぼうよ。」と誘いました。でも、Bさんは「ゴメン。今度の日曜日は遊べないんだよ。」と、断りました。 											
質問 Aさんは、どうすればいいでしょう？ あてはまる番号の前に○をつけましょう。 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 5%; text-align: center;">①</td> <td style="padding: 5px;">「どうしたの？ 何か用事があるの？」と、Bさんにたずねて、理由を聞く。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">②</td> <td style="padding: 5px;">「Bさんには何か予定があるんだな。」と、理由をプラスに予想して、断られたことに対して納得する。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">③</td> <td style="padding: 5px;">「私のことキライになったんじゃないかしら。」と、一方的に不安に思う。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">④</td> <td style="padding: 5px;">「もう、Bさんとは遊ばないからね!!」と、怒りをぶつける。</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">⑤</td> <td style="padding: 5px;">「えーっ、いいでしょ、一緒に遊ぼうよ!!」と、遊ぶ約束をしてくれるまでしつこく誘う。</td> </tr> </table>		①	「どうしたの？ 何か用事があるの？」と、Bさんにたずねて、理由を聞く。	②	「Bさんには何か予定があるんだな。」と、理由をプラスに予想して、断られたことに対して納得する。	③	「私のことキライになったんじゃないかしら。」と、一方的に不安に思う。	④	「もう、Bさんとは遊ばないからね!!」と、怒りをぶつける。	⑤	「えーっ、いいでしょ、一緒に遊ぼうよ!!」と、遊ぶ約束をしてくれるまでしつこく誘う。
①	「どうしたの？ 何か用事があるの？」と、Bさんにたずねて、理由を聞く。										
②	「Bさんには何か予定があるんだな。」と、理由をプラスに予想して、断られたことに対して納得する。										
③	「私のことキライになったんじゃないかしら。」と、一方的に不安に思う。										
④	「もう、Bさんとは遊ばないからね!!」と、怒りをぶつける。										
⑤	「えーっ、いいでしょ、一緒に遊ぼうよ!!」と、遊ぶ約束をしてくれるまでしつこく誘う。										

●「ボランティアパスポート」

- ① 目 標 自分がどんな役割が果たせそうかを考え、今まで以上に進んでできそうな仕事や活動について考え、ボランティアに対する意識を高める。
- ② 準 備 物 ワークシート
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇「ボランティア」について考えさせる。 ・ボランティアは、少しの心掛けですることができ、周りの人の役に立つと同時に、自己の成長にもつながることに気付かせる。	
2 自分が今まで以上に進んでできそうな活動を考え、決定する	◇ワークシートに取り組ませる。 ◆現在の係活動や役割の中で、一定期間継続して「今までよりも積極的に」できそうなことを選択させる。	ワークシート
3 自分がやってみようと思う活動を交流する	◇ペアや班で意見を交流し、様々な意見に出合わせることで、ボランティアを行うことについて強化を図る。 ◆「私は〇〇に決めました。理由は（ ）。」の話型を示す。	
4 振り返りをする	◇一定期間を区切りとし、「継続か」「別の活動にするか」を選択させ、学校や家庭、地域におけるちょっとした場面でもボランティアを行うことができることに気付かせる。	

④ ワークシート

📄次頁



自分が「今」よりも、積極的に!! 進んで!! できた仕事や活動、役割を記録し、行ったボランティアの数だけ(☆)に色をぬって「あいかとう」を集めよう!!



★1週間をふいかえい。ボランティアパスポートの感想を書きましょう。

★1週間の1日暮らし「お昼がランディ、夜が大田くさるか」ききよ。ランディ、アバはホストの経営者らしい。

●「レジリエンスレッスン」

- ① 目 標 レジリエンスマッスルを鍛える「困難な事態にも前向きに対処する方法」を身に付ける。
- ② 準 備 物 ワークシート
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇困難を乗り越えることで、次の困難にも前向きに対応できることを確認させる。	
2 自分の困難に向き合い、その克服方法を考える	◇最近の身近な出来事を振り返り、困難をうまく乗り越えられた出来事を記録させる。 ◆自分のちょっとした頑張りや、努力に対しても積極的に記述させることを確認する。	ワークシート
3 自分の体験を交流する	◇ペアや班で意見を交流させ、仲間の様々な意見に出合わせることで、逆境を乗り越えた成功例を学ばせる。	
4 振り返りをする	◇学び合いの姿勢を評価し、他者から学ぶことの重要性を実感させる。	

④ ワークシート

 「レジリエンスレッスン」 	
○ここ最近の出来事で、自分が困難を乗り越えられた出来事や、そのときの気持ちを書きましょう。	
() 年 () 組 () 番 氏名 ()	
それはいつごろ？	
それはどこで？ どんな場面で？	
どんなことを 乗り越えましたか？	
そのときのあなたの 気持ちは？	

●「ストレスマネジメント」

- ① 目 標 ストレスは長引かせないことが大切ということを知り，自分に合った気持ちの切り替え方法を身に付ける。

② 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て
1 めあてを確認する	◇ストレスや、マイナスの感情が心身に及ぼす影響について考えさせる。 ・気持ちの切り替えの大切さ ・ストレスはなるべく長引かないことが大切であること
2 ストレスマネジメントの一例を体験する	◇筋弛緩法の体験「ギューっとしてパッ」 「①身体をギュッと小さくします。 ②身体をカッチカチに固くしましょう。 ③まだ。まだまだ。 ④『せーの』で一気に身体を緩めまーす。⑤せーの」で、10～20秒リラックス状態を味わわせる。 ◆身体全体に力を入れることが難しい場合には、疲れたところや身体のある一部で試すことができることを伝える。 ・両肩に力を入れて「ギューっとしてパッ」 ・目を強くつむって「ギューっとしてパッ」 ・両足に…，お尻に…，両手をコブシにして…，等
3 振り返りをする	◇ストレスマネジメントは，人によって様々な方法があることを知らせ，自分に合った方法を知っておくことが大切だということを説明する。 ・笑うこと，人に話すこと，音楽を聴くこと，身体を動かすこと等



●「なぜ!? ほっといてくれないの!!」

- ① 目 標 逆境体験の多くが人間関係であることを想定し、身近な人との関わりや支えに対し、相手の立場に立つことで、相手の感情や、自分に対してどんな気持ちで関わってくれているか、相手に対する自分の捉え方を考えるきっかけとする。
- ② 準 備 物 ワークシート
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇思春期に起こる気持ちの不具合は、個人差はあるが、自然なことであることを理解させる。	
2 ワークシートに取り組む	◇相手の立場に立つことで感情や自分に対してどんな気持ちで関わってくれているかを考えさせる。 ◆「相手は、自分がどうなったらよいのかを教えてくれているのかもしれないね。」と、イメージ化が進むような言葉掛けをする。	ワークシート
3 自分の体験を交流する	◇ペアや班で意見を交流させ、様々な意見に出合わせることで、どんな気持ちで周りの人が支えているかを他者から学ばせる。	
4 振り返りをする	◇相手の気持ちが分かることで、自分に対してどんな気持ちで関わってくれているかを受け止めることができ、相手に対する自分の捉え方が楽になれることを知る。	

④ ワークシート

「なぜ!? ほっといてくれないの!!」



() 年 () 組 () 番 氏名 ()

質問1 ●まわりの人（家族、友だち、先生、先輩、後輩…）が、あなたに「してくれていること」を考えてみましょう。

（例：ごはんを作ってくれる、勉強を教えてくれる、気分をリラックスさせてくれる など）

【 親 】 おこづかいをくれる	【 】
【 】	【 】
【 】	【 】

質問2 ●次のようなことを言うてくるとき、相手はどんな気持ちを一緒に伝えたいのかを考えてみましょう。

親「何でそんなムダづかいしたの？」	「 お金の大切さを、知ってほしいな。 お金を計画的に使うことを覚えてほしいな。 」
先生「テスト前なんだから、しっかり勉強しなさい。」	「 」
親「部屋がキタナイ！片付けなさい。」	「 」
友だち「制服の着方がだらしないよ。」	「 」
親「宿題を早く終わらせなさい。」	「 」
部活の先輩「最近、タルんでるんじゃないのか？」	「 」

●「ほっとHotホットメール」

- ① 目 標 身近な人との関わりや、支えに対し、感謝の気持ちを伝える意欲をもつ。
- ② 準 備 物 ワークシート
- ③ 活動の流れ

活動	◇指導上の留意事項	準備物
	◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	
1 めあてを確認する	◇自分が周りの人にしてもらった出来事を見付けることを通して、周りの人への感謝の気持ちをもたせる。 ・友だちへ、先生へ、隣の人に、家族へ、フリーで 等	
2 ワークシートに取り組む	◇対象となる他者へ感謝の気持ちを伝えることで、「感謝」のポジティブ感情を強化する。 ◆他者にしてもらった嬉しかったことを想起させ、感謝の気持ちを書かせる。	ワークシート
3 自分の体験を交流する	◇ペアや班で意見を交流し、仲間の様々な意見に出合わせることで、自分も支えとなり他者の役に立ちたいという意欲付けとする。	
4 振り返りをする	◇学び合いの姿勢を評価し、他者との関わりから学ぶことの重要性を実感させる。	

④ ワークシート

「ほっとHotホットメール」

○ 相手を決めて、感謝のメールを書きましょう。

例

運動会の応援合戦で、うまくいかなくて私が不安になったとき

「大丈夫だよ！」と、さりげなく声を掛けて励ましてくれて本当にありがとう。今度は私が●●の力になるからね!!

() 年 () 組 () 番 氏名 ()

参考文献

- 東京都日野市公立小中学校全教師・教育委員会with小貫悟（2010）
『通常学級での特別支援教育のスタンダード自己チェックとユニバーサルデザイン環境の作り方』 東京書籍
- 小泉令三（2011）
『社会性と情動の学習（SEL－８Ｓ）の導入と実践』 ミネルヴァ書房
- 小泉令三（2011）
『社会性と情動の学習（SEL－８Ｓ）の進め方 中学校編』 ミネルヴァ書房
- 小泉令三（2014）
『一次援助サービスとしての社会性と情動の学習』 日本学校心理士会
- SEL 8 実践研究会 <http://ww1.fukuoka-edu.ac.jp/~koizumi/>
- ドロップレット・プロジェクト（2010）
『視覚シンボルで楽々コミュニケーション』 エンパワメント研究所
- ドロップレット・プロジェクト（2008）
『ドロップス (Drops: The Dynamic and Resizable Open Picture Symbols)』
<http://droplet.ddo.jp/>

