

### 第3学年 総合的な学習の時間 学習指導案

東広島市立高屋中学校 指導者 片山 みどり

- 1 日 時 平成26年5月30日～平成26年7月17日
- 2 学年・学級 第3学年（6学級218人）
- 3 単元名 自分の生き方を考えよう「NEXT STEP FROM 高中」
- 4 単元について

#### (1) 単元観

本単元は、第1学年での職場訪問、第2学年での職場体験活動の学習の上に、自分の生き方を考える学習を位置付けた単元である。総合的な学習の時間におけるキャリアプランニングを通して、自己理解を深め、将来の目標に向かって、生活や勉強の仕方を工夫・改善できる力を身に付けることをねらいとする。

本単元では、探究的な学習を繰り返し行うことで、より自分の考えが明確なものとなってくる。自己理解を深めていくために、これまでの様々な経験について繰り返し振り返ることを学習内容に取り入れることにより、生徒は自分自身をもう一度見つめ直すことができる。また、協同的な学習を行うことで、生徒の問題の解決や探究活動を持続させ、繰り返させるとともに、一人一人の生徒の考えを深め、自らの考えに対する確信を持たせることにもつながる。また、今までの生活や体験活動を振り返る時、自分ができる「能力(自分はどんなことができるのか)」を考えさせる。その後、自分の「欲求(自分はどんなことがしたいのか)」を考え、将来の夢や目標を立てさせる。将来に関する情報を収集し、先人の生き方について学び、「価値観(自分が大切にしている価値は何か)」を考え、キャリア・アンカーを意識しながら、もう一度自分の生き方を振り返らせる。その手立てとして、キャリア・アンカーの要素と目標設定から評価・改善に至るPDCAサイクルを反映したキャリアプランニングシートを作成し、活用することで自らの進路を考えさせる。

#### (2) 生徒観

文部科学省「中学校キャリア教育の手引き」の「キャリア教育アンケートの一例」を所属校の第3学年を対象に行った結果、「自己理解・自己管理能力」の領域の肯定的回答が77%、「キャリアプランニング能力」の領域では78%と、他の領域と比較して低い値であった。国立教育政策研究所生徒指導・進路指導研究センター「キャリア教育・進路指導に関する総合的実態調査第一次報告書」(平成25年)の「自己理解・自己管理能力」における質問「自分の興味や関心、長所や短所などについて把握しようとしている」については、所属校と全国平均を比較すると16.1ポイント低く、「キャリアプランニング能力」における質問「自分の将来の目標の実現に向かって努力したり、その方法を工夫・改善したりしている」については2.1ポイント低い状況にあった。このことから所属校の生徒の中には、自己理解が不十分で、将来の目標に向けて具体的にどう取り組んだらよいのか分からない生徒がいると考えられる。

#### 5 単元で育てようとする資質や能力及び態度

##### 【学習方法に関すること】

- ア 複雑な問題状況の中から適切に課題を設定する。
- イ 必要な情報を収集し、多角的に分析する。

##### 【自分自身に関すること】

- ウ 自分の将来を考え、夢や希望をもつ。
- エ 目標を明確にし、課題の解決に向けて計画的に行動する。

##### 【他者や社会とのかかわりに関すること】

- オ 異なる意見や他者の考えを受け入れ、尊重する。
- カ お互いの特徴を生かし、協同して課題を解決する。

#### 6 単元の目標

総合的な学習の時間におけるキャリアプランニングを通して、自己理解を深め、将来の目標に向かって、生活や勉強の仕方を工夫・改善できる力を身に付ける。

7 評価規準

学習方法	自分自身	他者や社会とのかかわり
① 学習の仕方や進め方を振り返り、学習や生活に生かそうとしている。(ア)	① 目標を明確にし、課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(エ)	① 自分の考えを伝えたり、他者の異なる意見を受け止めたりしている。(オ)
② 課題解決に向けて集めた情報から、必要な情報を取り出そうとしている。(イ)	② 自分の生活や学習を見つめ直そうとしている。(エ) ③ 自己のよりよい生き方を考えようとしている。(ウ)	② 課題の解決に向けて、協同して課題を解決しようとしている。(カ)

8 単元計画

月	時数	学習活動	評価規準及び評価方法	他教科との関連
		<p>はキャリア・アンカーの概念</p> <p>オリエンテーション 今後の学習の流れを知る。</p> <p>自分を見つめよう 自分の長所や短所について書き出す。</p> <p>自分は何が出来るか(能力)考える。</p> <p>課題の設定</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>目標を明確にし、課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(自①)</li> </ul>	特別活動 個人面談
	4	<p>どんな進路があるか情報を収集しよう 高校説明会で自分の進路に合った情報を収集する。 ※卒業後の進路(進学や就職)選択の考え方や方法</p> <p>自分は何がしたいのか(欲求)考える。</p> <p>情報の収集</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>課題解決に向けて集めた情報から、必要な情報を取り出そうとしている。(学②)</li> <li>自分の生活や学習を見つめ直そうとしている。(自②)</li> </ul>	国語「パブリックスピーチをしよう」聞き取った内容や表現の仕方を自分の表現に生かす。 家庭科 保育おもちゃ作り
6	3 第6時 第7時 第8時	<p>自分を見つめ直そう 過去の自分や今までの学習を振り返り、自分自身の様々な面について書き出す。 (ライフライン, I amシート, 職場体験振り返りシート, 適性シート) ※自分の個性や適性を考える学習</p> <p>自分は何が出来るか(能力)考える。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート</li> <li>自己評価カード</li> </ul>	
	1 第9時	<p>キャリアプランを作成し、交流しよう 将来の夢の実現のために、具体的な目標を考え、自分の目指すべき将来を計画する。 (キャリアプランニングシート)</p> <p>自分は何がしたいのか(欲求)考える。</p> <p>整理・分析 まとめ・表現</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>目標を明確にし、課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(自①)</li> <li>キャリアプランニングシート</li> <li>自己評価カード</li> </ul>	特別活動 個人面談

	1	<p><b>先人から学ぼう</b>          今までの生き方について話を聞き、自分が大切にしている価値を考える。          ※就職後の離職・失業など、将来起こり得る人生上の諸リスクへの対応</p> <p>大切にしている価値は何か(価値観)考える。</p> <p style="text-align: right;">◀ <b>情報の収集</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の考えを伝えたり、他者の異なる意見を受け止めたりしている。(他①)</li> <li>・自己評価カード</li> </ul>	総合的な学習の時間(表現) 読書から先人たちの考えを学ぶ。
7	1 第 11 時	<p><b>自分のキャリアプランを見直そう</b>          自分の生き方の中で何を重要として考えるかを探り、考えをまとめる。          (キャリアプランニングシート、ワークシート)</p> <p>大切にしている価値は何か(価値観)考える。</p> <p style="text-align: right;">◀ <b>整理・分析</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・目標を明確にし、課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(自①)</li> <li>・自己のよりよい生き方を考えようとしている。(自③)</li> <li>・キャリアプランニングシート</li> <li>・自己評価カード</li> </ul>	国語『「私の友情論」を書こう』資料を適切に引用して説得力ある文章を書く。  国語『主張文を書こう』社会生活の中から課題を決め自分の考えを深める。  家庭科 保育実習
	1 第 12 時	<p><b>自分のキャリアプランを発表しよう</b>          自分の生き方についてグループで発表し合い、情報を出し合ったり、アドバイスし合ったりする。          (キャリアプランニングシート、ワークシート)</p> <p>能力・欲求・価値観のどれを重要視しているか考える。</p> <p style="text-align: right;">◀ <b>まとめ・表現</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の考えを伝えたり、他者の異なる意見を受け止めたりしている。(他①)</li> <li>・キャリアプランニングシート</li> <li>・ワークシート</li> <li>・自己評価カード</li> </ul>	国語 『「企画会議」を開こう』話し合いの展開や進行を工夫し、お互いの考えを生かす合う。  特別活動 個人面談
	1 第 13 時	<p><b>自分のキャリアプランを見直そう</b>          自分の生き方について発表し合った後、もう一度将来の計画を見直し、将来の夢の実現に向けて今の学習の必要性や大切さを考える。          (キャリアプランニングシート)</p> <p>能力・欲求・価値観のどれを重要視しているか考える。</p> <p style="text-align: right;">◀ <b>課題の設定</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己のよりよい生き方を考えようとしている。(自③)</li> <li>・学習の仕方や進め方を振り返り、学習や生活に生かそうとしている。(学①)</li> <li>・キャリアプランニングシート</li> <li>・自己評価カード</li> </ul>	

9 本時の展開

【第1時】

- (1) 本時の目標                      これからの学習のめあてと内容の流れを理解する。
- (2) 授業形態                        一斉
- (3) 準備物                            ワークシート
- (4) 学習展開 (1/13)

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	備考
導入 10分	1 自分の生き方を考えよう「NEXT STEP FROM 高中」というタイトルからこれからどういった学習内容になるか考える。	◇プリントを配布する。 ◇職場訪問、職場体験活動など何のためにやってきたかも含めて考えさせていく。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">本時のめあて 自分の進路を自分自身で考えていく学習のめあてと内容の流れを理解しよう。</div>	プリント 自分の将来を考えるため。 仕事の喜びや厳しさを実感するため。 新しい自分を発見するため。
展開 35分	2 これからの学習のめあてと流れについて説明を聞く。	◇これからの学習のめあてを提示して説明する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">学習のめあて 自己理解を深め、将来の目標に向かって生活や勉強の仕方を工夫・改善できる力をつけよう。</div> ◇学習の流れについて説明する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">学習の流れ <b>1. オリエンテーション</b> 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・職業における自分の適性を考える。 4. 自分のキャリアプランを作成し、交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう</div> ◇キャリアプラン、キャリアプランニングとは何かを説明する。  ◇キャリアプランニングしていくにあたって、まず今までの経験を基に、繰り返し自分を振り返ることで、自分を理解することが重要だということを伝える。  ◇キャリア・アンカーとは何かを説明する。 ◇キャリアプランニングするうえで、キャリア・アンカーを重視して考えていくことを伝える。	<b>学習の流れ</b> 1 今後の学習の流れを確認させる。 2 過去の自分や今までの学習を振り返り、自分の新発見を書き出させる。 3 高校説明会で自分の進路に合った情報を収集させる。 4 将来の夢の実現のために、具体的な目標を考え、自分の目指すべき将来を計画させる。 5 今までの生き方について話を聞き、自分が大切にしている価値を考えさせる。 6 自分の生き方の中でキャリアアンカー3つの要素のうち、何を重要として考えるかを探り、考えをまとめさせる。 7 自分の生き方についてグループで発表しあい、情報を出しあったり、アドバイスしあったりする。 8 自分の生き方について発表しあった後、もう一度将来の計画を見直し、将来の夢の実現にむけて今の学習の必要性や大切さを考えさせる。  キャリアプランとは 自分がどのような仕事に就きたいかなどの目標をもち、その実現のために計画をたてること。  キャリアプランニングとは 長期的に自分の職業人生や進路を主体的に自分らしく作り上げていくこと。  キャリア・アンカーとは 人が職業や生き方を決定するための自分の拠り所。 能力・欲求・価値観

	<p>3 学習の内容を聞いての意気込みの程度，感じたこと，わからなかったことなど記入する。</p> <p>4 今の自分の長所や短所を書き出す。</p> <p>5 自分の長所や短所を書き出してみte感じたことを書く。</p>	<p>◇学習の内容を聞いての意気込みの程度，感じたこと，わからなかったこと，学習したいことなど記入させる。</p> <p>◇自分の長所や短所を書き出させる。他の人ではなく，自分が思うことを書いていけばよいと声掛けする。</p> <p>◇自分の長所や短所を書き出してみte感じたことを書かせる。</p>	ワークシート
まとめ5分	6 次時の内容を聞く。	◇今の自分をどれくらい分かっているかを知ったうえで，これが次時の内容につながることを伝える。	

【第6時】

- (1) 本時の目標 過去の自分を振り返り，自分自身の充実度を理解しようと意欲的に行動できる。
- (2) 授業形態 各学級
- (3) 準備物 ワークシート
- (4) 学習展開 (6/13)

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し，本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・職業の適性を知る。 4. 自分のキャリアプランを作成し，交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう ◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 過去の自分を振り返り，自分自身の充実度を理解しよう。	
展開 35分	2 ライフラインの書き方について説明を聞く。  3 ライフラインを実際に記入させる。	◇今の自分が出来上がるまでにどんな道りを歩んできたか過去の自分を振り返りながら，今の自分を見直すためにライフラインを書くことを伝える。 ◇ライフラインの書き方について説明する。 ◇ライフラインを実際に記入させる。 ◇充実していた時だけでなく充実していなかった時も含めて過去の自分を振り返るよう指示する。 ◇認めたくない自分，弱い自分を認めるのが難しい生徒(谷の部分を書けない生徒)には，なぜ恥ずかしいのか，なぜためらうのか考えるよう促す。 ◆まず，いつ，どういう時に充実していたか，充実していなかったか振り返らせる。	・目標を明確にし，課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(自①)  ・自分の生活や学習を見つめ直そうとしている。(自②)  ワークシート (ライフライン)
まとめ 10分	4 自己評価カードに記入する。  5 次時の内容を聞く。	◇自己評価カードに自分の感じたことを書くよう指示する。  ◇次回は，今の自分について改めて考えていくことを伝える。次回までにどんな自分なのか周りの人にインタビューしてくるようにと宿題を伝える。	自己評価カード

【第7時】

- (1) 本時の目標
- (2) 授業形態
- (3) 準備物
- (4) 学習展開 (7/13)

今の自分の生活や学習などを見つめ直すことができる。  
各学級  
ワークシート

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し、本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 4. 自分のキャリアプランを作成し、交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう	
	2 錯視絵を見てどのように見えるか意見を出し合う。	◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 今の自分がどのような人物か考え、書き出そう。  ◇エッセイヤーの錯視絵を見せ、人によってとらえ方が違うということを話す。つまり自分がどのような人間か人によってとらえ方が違うということを分らせる。	
展開 35分	3 前時に配布したプリントを出し、I a m シートに記入する。	◇前時のプリントから他者の意見も参考にして今の自分について考えさせる。  ◇長所や短所を長所に直す方法などを紹介し、自分に当てはまるものを考えさせる。	・自分の生活や学習を見つめ直そうとしている。 (自②) ワークシート (I a m シート)
	4 友達と長所・短所を意見交流する。	◇グループ内で自分の長所・短所などを発表し、意見交流する。	
	5 意見交流したことをシートに記入する。	◇意見交流したことをシートに記入させる。	
まとめ 10分	6 自己評価カードに記入する。	◇自己評価カードに自分の感じたことを書くよう指示する。	自己評価カード
	7 次時の内容を聞く。	◇次回は自分がやってみたい職業についての適性を考えていくことを伝える。	

【第8時】

(1) 本時の目標

(2) 授業形態

(3) 準備物

(4) 学習展開 (8/13)

関心をもっている職業における自分の適性について考えることができる。

各学級

ワークシート

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し、本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・ <b>職業における自分の適性を考える。</b> 4. 自分のキャリアプランを作成し、交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう ◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 関心をもっている職業における自分の適性について考え、まとめよう。	
	2 職場体験中の写真を見ながら自分がどうだったか思い出す。	◇職場体験中の写真を黒板に貼り、話をしながらその時を思い出させる。	
展 開 35分	3 2学年時で行った職場体験学習を振り返り、何のために働くのかについて考え、シートに記入する。  4 自分が関心をもつ職業に必要な能力・欲求について考え、シートに記入する。	◇2学年時で行った職場体験学習を振り返り、何のために働くのかについて考えさせる。 ◇3学年となった今、2学年時とどう考えが違っても記入させる。 ◆仕事を体験してどうだったかその時のことを思い出させ、出てきた言葉をメモさせる。  ◇自分が関心をもつ職業に必要な能力・欲求について考えさせ、職業の適性シートに記入させる。  ◇キャリア・アンカーについて意識させる。	・自分の生活や学習を見つめ直そうとしている。(自②)  ワークシート (職場体験学習の振り返りシート、職業の適性シート)
まとめ 10分	5 自己評価カードに記入する。  6 次時の内容を聞く。	◇自己評価カードに自分の感じたことを書くよう指示する。  ◇今回は実際にキャリアプランを立てていくことを伝える。	自己評価カード

【第9時】

- (1) 本時の目標 将来の夢の実現のために、具体的な目標を考え、キャリアプランを立てることができる。
- (2) 授業形態 各学級
- (3) 準備物 ワークシート、キャリアプランニングシート
- (4) 学習展開 (9/13)

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し、本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・職業の適性を知る。 4. 自分のキャリアプランを作成し、 交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう ◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 将来の夢の実現のために、具体的な目標を考え、キャリアプランを立てよう。	
展開 35分	2 キャリアプランニングシートに記入する仕方の説明を聞く。 3 前回までのワークシートなどを基に、キャリアプランニングシートに記入する。 4 自分のキャリアプランについてグループ内で意見交流する。	◇キャリアプランニングシートの書き方について具体例を挙げながら説明する。 ◇前回までのワークシートなどを基にキャリアプランニングシートを具体的に指示し、記入させる。 ①自己理解 ②夢 ③目標達成するために必要な変化 ④必要な変化をするためのステップ ◆その生徒の夢に合った具体例を挙げて記入させる。 ◇自分のキャリアプランについてグループ内で意見交流させる。 ◇書き方がよくわからなかった点や迷っている点なども意見交流させる。	・目標を明確にし、課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(自①)  キャリアプランニングシート ワークシート (ライフライン・I am シート・職場体験振り返りシート・適性シート)
まとめ 10分	5 自己評価カードに記入する。 6 次時の内容を聞く。	◇自己評価カードに自分の感じたことを書くよう指示する。 ◇次回は先人の話を聞いて、自分のキャリアプランニングの参考にしよう伝える。	自己評価カード

【第11時】

- |                 |                                  |
|-----------------|----------------------------------|
| (1)本時の目標        | 自分のキャリアプランを工夫・改善し、考えをまとめることができる。 |
| (2)授業形態         | 各学級                              |
| (3)準備物          | ワークシート、キャリアプランニングシート             |
| (4)学習展開 (11/13) |                                  |

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し、本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう。 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・職業の適性を知る。 4. 自分のキャリアプランを作成し、交流しよう 5. 先人から学ぼう。 <b>6. 自分のキャリアプランを見直そう</b> 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう ◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 自分のキャリアプランの具体的な目標など工夫・改善し、考えをまとめよう。	
展開 35分	2 前回キャリアプランニングシートに記入したことを振り返り、工夫・改善点を記入する。  3 自分のキャリアプランについて発表原稿を書く。	◇ワークシートでキャリアプランを見直す手順を確認させる。 ◇具体的な目標など自分で評価させる。実行できているかできていないか、なぜできていないのかなど考えさせる。 ◇考えたことを基にキャリアプランニングシートに色ペンで付け加えたり、書き直したりさせる。この時、以前に記入したことも消さずに残しておくよう指示する。 ◆具体例をあげながら、どのように改善していくかをアドバイスする。 ◇自分のキャリアプランについて文章の型を示し、発表原稿を書かせる。 ◆自分のキャリアプランニングシートのどこをどのように書いたらよいか、型にしたがって書くよう指示する。	・目標を明確にし、課題解決に向けて意欲的に行動しようとしている。(自①)  ・自己のよりよい生き方を考えようとしている。(自③)  キャリアプランニングシート ワークシート (発表原稿作成)
まとめ 10分	4 自己評価カードに記入する。  5 次時の内容を聞く。	◇自己評価カードに自分の感じたことを書くよう指示する。 ◇次回は自分のキャリアプランをグループ内で発表し、工夫・改善点について話し合うことを伝える。	自己評価カード

【第12時】

- |                  |  |
|------------------|--|
| (1) 本時の目標        | 自分の生き方についてグループで発表し合い、情報を出し合ったり、アドバイスし合ったりすることができる。 |
| (2) 授業形態         | 各学級  |
| (3) 準備物          | ワークシート、キャリアプランニングシート                               |
| (4) 学習展開 (12/13) |  |

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し、本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・職業における自分の適性を考える。 4. 自分のキャリアプランを作成し、交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう <b>7. 自分のキャリアプランを発表しよう</b> 8. 自分のキャリアプランを見直そう ◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 自分の生き方についてグループで発表し合い、情報を出し合ったり、アドバイスし合ったりしよう。	
展開 35分	2 発表の仕方について説明を聞く。  3 前時に考えた自分のキャリアプランニングシート、発表原稿を基に、グループ内で発表する。  4 意見交流して出てきた意見をまとめる。	◇グループ内(3～4人)で順番に自分のキャリアプランを発表するよう伝える。その時、友達の発表を聞いて、改善したらよい点、参考にしたい点をメモし、後で意見交流することを伝える。  ◇意見交流で出た改善点や参考にしたいと言われた点もメモしておくよう伝える。  ◇前時に考えた自分のキャリアプランニングシート、発表原稿を基に、グループ内で発表させる。(1人4分 発表と意見交流)  ◇意見交流して出てきた意見をまとめさせる。	・自分の考えを伝えたり、他者の異なる意見を受け止めたりしている。(他①)  キャリアプランニングシート ワークシート (発表の聞き取り)
まとめ 10分	5 自己評価カードに記入する。  6 次時の内容を聞く。	◇自己評価カードに自分の感じたことを書くよう指示する。  ◇次回は自分のキャリアプランの具体的な目標など工夫・改善し、今後の生活に活かせるようにしていくことを伝える。	自己評価カード

【第13時】

(1) 本時の目標

(2) 授業形態

(3) 準備物

(4) 学習展開 (13/13)

自分のキャリアプランの具体的な目標など工夫・改善し、今後の生活に活かすことができる。

各学級

ワークシート、キャリアプランニングシート

	学習活動	◇指導上の留意点 ◆「努力を要する」状況と判断した生徒への指導の手立て	評価規準 (評価方法)
導入 5分	1 本時のめあてと内容について説明を聞く。	◇全体の流れを掲示し、本時の内容について確認する。 <b>学習の流れ</b> 1. オリエンテーション 自分を見つめよう 2. どんな進路があるか情報を収集しよう 3. 自分を見つめ直そう ・自分の過去を振り返る。 ・今の自分を知る。 ・職業における自分の適性を考える。 4. 自分のキャリアプランを作成し、交流しよう 5. 先人から学ぼう 6. 自分のキャリアプランを見直そう 7. 自分のキャリアプランを発表しよう 8. 自分のキャリアプランを見直そう ◇本時のめあてを提示する。 <b>本時のめあて</b> 自分のキャリアプランの具体的な目標など工夫・改善し、今後の生活に活かしていこう。	
展開 30分	2 キャリアプランニングシートに記入したことを振り返り、自己評価を行い、工夫・改善点を書き加える。  3 前回の見直しと今回の見直しとを比べながら、自分のキャリアプランを文章にまとめる。  4 グループ内で自分が今回、工夫改善したところを発表し合う。  5 クラス内で数人の発表を聞く。	◇キャリアプランを見直す手順を確認させる。 ◇具体的な目標など自分で評価させる。実行できているかできていないか、なぜできていないのかなど考えさせる。 ◇考えたことを基にキャリアプランニングシートに今までとは違う色ペンで付け加えたり、書き直したりさせる。この時、以前に記入したことも消さずに残しておくよう指示する。 ◆具体例をあげながら、どのように改善していくかをアドバイスする。  ◇前回の見直しと今回の見直しとを比較しながら、文章にまとめる。 ◆前回の発表原稿を基本にして、今回と違うところを書かせる。  ◇グループ内で自分が今回、工夫改善したところを発表させる。  ◇グループでよかった人を挙げさせ、2, 3人クラスで発表させる。	・自己のよりよい生き方を考えようとしている。(自③) ・学習の仕方や進め方を振り返り、学習や生活に生かそうとしている。(学①)  キャリアプランニングシート ワークシート (もう一度見直そう)
まとめ 15分	6 事後アンケート、自己評価カードに記入する。  7 先生の話聞く。	◇事後アンケート、自己評価カードに書くよう指示する。  ◇以下の内容を伝える。 ・この学習で学んだように、これからの自分のキャリアを考えていく時、キャリアプランニングすること。 ・卒業後は自分の道は自分で切り開くものである。	事後アンケート 自己評価カード

夢のピラミッド

夢 (長期目標)

①自己理解

能力

★自分の長所・短所  
長所

短所

★自分の充実度  
充実している時

充実していない時

②大人になったら

★なぜ、このように思った?

今の自分のキャリア・アンカー  
能力 欲求 価値観

欲求

★自分はどんなことをしたいか?

価値観

★自分が大切にしている価値は何か?

③目標を達成するため必要な変化(生活や勉強)

④必要な変化をするためのステップ(より具体的な目標)

- A できた
- B まあまあできた
- C できなかった。

⑤具体的な目標に対する自分の評価

1回目評価(1週間)

目標	1	2
評価		

理由

2回目評価(2週間)

目標	1	2
評価		

理由

⑥自分の悩み

友達・先生からのアドバイス

周囲の人からの必要なサポート

夢のピラミッド

夢 (長期目標)

①自己理解

能力

★自分の長所・短所

長所

諦めず最後まで努力すること

短所

他人と比べて思いつめることが多いこと

★自分の充実度  
充実している時

人間関係がうまくいっている時

充実していない時

勉強がわからない時、ついていけない時

②大人になったら

獣医になりたい。

★なぜ、このように思った？

病気やけがをした動物を助きたいから。  
動物が好きだから。

今の自分のキャリア・アンカー  
能力 欲求 価値観

欲求

★自分はどんなことをしたいか？

前向きに生き、自分が思っていることが素直に表現できるようになりたい。

価値観

★自分が大切にしている価値は何か？

周りから信頼されること。  
人の役に立つということを大切にしている。

③目標を達成するため必要な変化(生活や勉強)

1. 高校・大学に行き、試験に合格する。
2. 人間性を高めると共に自分に自信をもつ。

Plan

④必要な変化をするためのステップ (より具体的な目標)

1. 苦手な英語に少しずつ慣れ英文・英会話ができるようにする。  
1日1ページ自主勉強に書くかワークをする。最初は基本的な内容をし、少しずつレベルを高くする。
2. 日頃からルールやマナーを守ることと挨拶などでたくさんの人と会話し、コミュニケーションの力を身に付ける。  
家族や友達と挨拶・会話をしっかりし、1日を明るくする。また人の迷惑になる行動はしない。人の役立つことを1日1回する。

Do

Action

- A できた
- B まあまあできた
- C できなかった。

⑤具体的な目標に対する自分の評価

1回目評価(1週間)

目標	1	2
評価	B	B
理由		

2回目評価(2週間)

目標	1	2
評価		
理由		

Check

目標を立てたけどまだ実行していないので今日から頑張ってみよう

⑥自分の悩み

- ・勉強についていけない時があり少し困っている。
- ・友達関係でうまくいっている時とっていない時がある。

友達・先生からのアドバイス

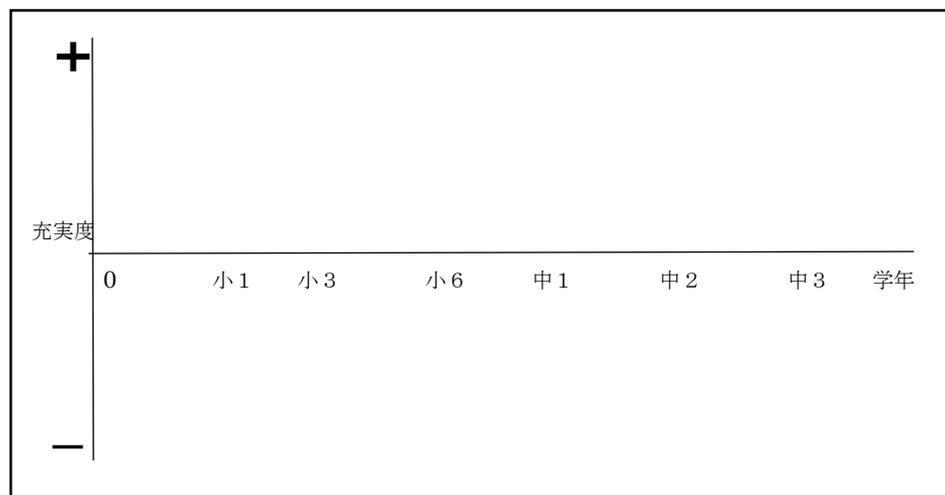
- ・より具体的な目標を立てることで何をやるべきか意識できますよ。
- ・自分なりに工夫・改善できていますね。しっかり実行していこう。

周囲の人からの必要なサポート

わからないところは、先生や友達に聞いてみよう。また人間関係は誤解が生まれないように自分の思いを伝えられるとよくなるよ。

## 自分の過去を振り返ろう (ライフライン)

★今の自分に至るまでにどんな道のりを歩んできたか、過去の自分の記憶をたどりながら素の自分(気持ち)を見つめ直してみよう。充実していた時ばかりではなく、充実していなかった時も含めて振り返ってみよう。(人間関係、行動などいろいろな面をトータルにして考えよう。)



● どういう時に山の部分になったのか考えてみよう。


● なぜ充実していたと思いますか。どういう気持ちだったか考えよう。


● どういう時に谷の部分になったのか考えてみよう。


● なぜ充実していなかったのだと思いますか。

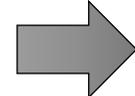
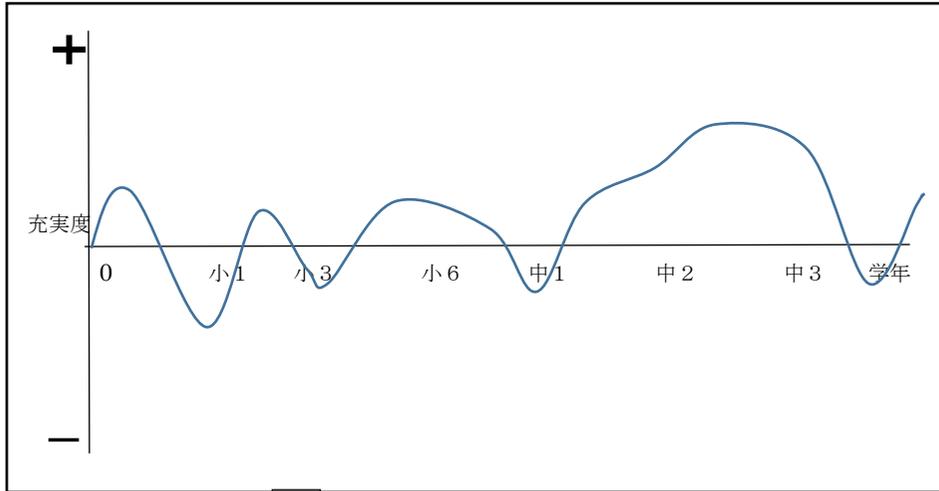

● 自分の充実度をまとめてみよう。

充実している時


充実していない時


## 自分の過去を振り返ろう (ライフライン)

★今の自分に至るまでにどんな道のりを歩んできたか、過去の自分の記憶をたどりながら今の自分(気持ち)を見つめ直してみよう。充実していた時ばかりではなく、充実していなかった時も含めて振り返ってみよう。(人間関係、行動などいろいろな面をトータルにして考えよう。)

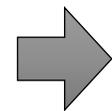


● どういう時に谷の部分になったのか考えてみよう。

・ピアノの練習がいやだった時(4～5歳)
・友達とケンカをした時(小3) ・中学校に行くのが不安定な時(小6)
・受験に向かって頑張らないといけなかった時(中3)

● なぜ充実していなかったのだと思いますか。

・いやいや練習していたから。 ・人間関係がうまくいっていなかったから。
・新しい環境になるのが不安だったから。
・受験勉強が思うように進まなかったから。

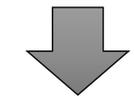


● どういう時に山の部分になったのか考えてみよう。

・友達と一緒に楽しく過ごせた時(小2)
・部活や行事などで結果に関わらず、一生懸命打ち込めた時(中2)
・友達の悩みごとの相談にのり、感謝された時(中3)

● なぜ充実していたと思いますか。 どういう気持ちだったか考えよう。

・人間関係がうまくいっていたから。
・熱中できたから。友達と一緒に一つのことに向かって頑張れたから。
・自分の行動を認めてくれる人がいたから。



● 自分の充実度をまとめてみよう。

充実している時

人間関係がうまくいき、周りの人からも自分が認められている時
一つのことに向かって、一生懸命頑張ることができる時

充実していない時

人間関係がうまくいかず、ぎくしゃくしてしまい気持ちが不安定な時
何をやっても自分の思いどおりに出来ない時

### 今の自分を知らう (I am シート)

「私は、・・・」のあとを今までの学習を基に書き込んでいき、あなたがどのような人物であるか改めて考えてみましょう。

私は (例) 一度決めたことは最後までやりきる性格です。 ～ことができます。 ～ことを常に考えています。	気付き・まとめ
私は	

友達、保護者や学校の先生など周囲の大人に、あなたについてインタビューをしてきたことをまとめましょう。自分が思っている「あなた自身」と、自分以

外の人から見た「あなた」の違いを気付き欄に書こう。

インタビュー内容	返答内容	気付き
私の良いところは？		
私の直した方がいいところは？		
私は、何に向いている？		

## 今の自分を知らう (I am シート)

「私は、・・・」のあとを今までの学習を基に書き込んでいき、あなたがどのような人物であるか改めて考えてみましょう。

私は (例) 一度決めたことは最後までやりきる性格です。	～ことができます。 ～ことを常に考えています。	気付き・まとめ 自分のことについてなかなか書く事ができなかった。
私は 努力家です。		
私は 気持ちを切り替えるのが早いです。		
私は 人とうまくコミュニケーションがとれます。		
私は		
私は		

友達、保護者や学校の先生など周囲の大人に、あなたについてインタビューをしてきたことをまとめましょう。自分が思っ

ている「あなた自身」と、自分以外の人から見た「あなた」の違いを気付き欄に書こう。

インタビュー内容	返答内容	気付き
私の良いところは？	努力家・・・真面目にコツコツしているから。 我慢強い・・・痛い時など我慢しているから。 相談しやすい・・・話しやすいから。	相談しやすいと他の人から思われていたことに気づいた。
私の直した方がいいところは？	行動が遅いところ・・・もう少し素早く動いてほしいから。	
私は、何に向いている？	サービス業・・・人とのコミュニケーションがうまいから。 カウンセラー・・・話しやすく、相談にものってくれるから。	

**次の授業までの宿題**

3年 組 番 氏名

オリエンテーションの時に自分の長所や短所、特に長所についてなかなか書けない人がいました。  
そこで、友達や家族、学校の先生など周囲のいろんな人に、あなたについてインタビューしてみましょう。  
自分が思っている「あなた自身」と、自分以外の人から見た「あなた」とでは、また違う新しい面を発見できるかもしれません。  
自分が思っていたこととは違う面が出てきた時、相手にそう思う理由も聞いてみましょう。  
自分についてより多くのことを知るために、できるだけ多くの人にインタビューしてみましょう。

インタビュー内容	自分が思っている「自分」	自分以外の人が思っている「自分」と その理由
私の良いところは？		
私の直した方がいいところは？		
私は、何の職業に向いている？		

## 職場体験活動を振り返って

2年生だった自分と3年生になった自分とは、少しずつ考えが違ってきていると思います。今、もう一度振り返って、次の質問を考えてみましょう。

<p>★働く人を見て、「すごい」と思ったことは何ですか。</p>	<p>★職場体験活動を終えて、反省したことは何ですか。</p>
<p>★職場体験活動から、何を学びましたか。</p>	<p>★あなたは今、将来何のために働こうと考えますか。</p>

職場体験活動を終えて、今からの学校生活でどんなことを頑張っていきたいと思いますか。具体的に書いてみましょう。

<p> </p>
----------

## 職業の適性を考えよう

今まで自分を振り返ってきましたが、自分はどんな人間なのか見えてきましたか。  
今からは未来の自分について考えてみましょう。

★あなたが将来、働くとしたら、どんな仕事をしてみたいですか。次の中から選んで、○をつけてみましょう。○はいくつつけてもよいです。

- |          |  |  |
|----------|--|--|
| ①科学・技術…… | 機械や設備を開発したり、整備したりする仕事                  | (電気技師, 自動車整備士, 土木・建築技師など)                        |
| ②情報・通信…… | コンピュータを使って情報を処理したり、郵便・電話などで情報を伝えたりする仕事 | (プログラマー, 航空管制官, 無線技師など)                          |
| ③運輸・輸送…… | 電車・自動車・飛行機・船などを運転して、人や物を運ぶ仕事           | (パイロット, 電車・バス・トラック運転手, 航海士など)                    |
| ④農林・水産…… | 農作物・樹木・家畜・水産物などを育てたり、収穫したりする仕事         | (農家, 酪農家, 漁師, 動物園飼育係, 植木・造園師など)                  |
| ⑤文芸・芸術…… | 美しいものを追及したり、創造したりする仕事                  | (デザイナー, 漫画家, 音楽家, 映画監督, 歌手, タレント, 俳優など)          |
| ⑥マスコミ …… | 新聞・雑誌・テレビなどを使って、人々にニュースや知識などを伝える仕事     | (アナウンサー, レポーター, カメラマン, 編集者など)                    |
| ⑦法律・行政…… | 事件や争いごとを解決したり人々の生命・財産・安全を守ったりする仕事      | (裁判官, 弁護士, 公務員, 消防官, 自衛官など)                      |
| ⑧教育・福祉…… | 子どもたちを教育したり、困っている人の相談に乗ったりする仕事         | (教員, 保育士, 司書, 介護福祉士, カウンセラーなど)                   |
| ⑨医療・看護…… | 病気の診断や治療をしたり、病人の世話などをしたりする仕事           | (医師, 看護師, 栄養士, 獣医, 薬剤師など)                        |
| ⑩事務 ……   | 計算したり、書類を作ったりする仕事                      | (事務員, 受付, 秘書, 銀行員, 税理士, 公認会計士, ワープロオペレーターなど)     |
| ⑪運動 ……   | スポーツをしたり、体を動かしたりする仕事                   | (スポーツ選手, インストラクター, 審判員など)                        |
| ⑫サービス …… | ものを売ったり、人をもてなしたりする仕事                   | (店員, セールスマン, ツアーコンダクター, 理・美容師, 調理師, 通訳, ホテルマンなど) |

★その仕事に就くとしたら、どんな能力や欲求がいると思いますか。たくさん書き出してみましょう。

仕事 ※優先順に	能力(どんなことができるのか)	欲求(どんなことがしたいのか)