

学級活動指導案

呉市立仁方中学校

指導者 教諭 学級担任 (T1)

養護教諭 小甲 宏江 (T2)

- 1 期 日 平成25年12月10日(火)～12月16日(月)各50分
- 2 学 年 第2学年1組(男子15人 女子13人 計28人)
2組(男子14人 女子12人 計26人)
- 3 題 材 「人とのさわやかな関わり方を身に付けよう」
内容 (2)オ 望ましい人間関係の確立
(2)キ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成

4 生徒の実態と題材設定の理由

(1) 生徒の実態

所属校第2学年の生徒は、仲間と協力して物事に取り組むことができる生徒が多い。しかし、生徒の中には、自分の気持ちや考えを適切に相手に伝えることができないため、友達との関係がうまくいかず不安になり、身体症状を訴えて保健室に来室する生徒がいる。また、言葉による問題解決が難しく、自分の思いがうまく通じないと、暴言・暴力という行動となり、災害の発生につながる生徒もいる。

第2学年生徒を対象に、平成25年11月に実施した「対人関係スキルに関するアンケート」で「嫌なときには友達とケンカにならずに『嫌だ』と言える」「自分の伝えたいことを分かってもらえるようにきちんと伝えられる」という質問項目に対して、否定的に回答した生徒は、それぞれ34.7%、32.7%であった。

さらに、対人関係スキルが低い生徒の中には、日頃から保健室へ身体症状などを訴えて来室する生徒もいれば、そうでない生徒もいる。保健室に来室する生徒には、対人関係スキル等についての個別指導をすることができるが、来室しない生徒には、集団指導を通して、対人関係スキルの獲得を目指した指導をする必要があると考える。

(2) 題材設定の理由

本題材は、中学校学習指導要領第5章特別活動に示されている学級活動の内容(2)「オ 望ましい人間関係の確立」及び「キ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成」を取り扱う。中学校学習指導要領解説特別活動編には、現代の青少年については、人間関係の希薄さや他人に共感して思いやる心の弱さなどが指摘され、それが問題行動等の一つの要因になっていることに留意し、人間関係を形成する力や自己表現力、他者への思いやりなどをはぐくむ取組を積極的に進めていく必要があると示されている。また、中学生は身体的・精神的に変化の激しい時期であることを考え、心の健康等についての理解を深め、生涯を通じて積極的に健康の保持増進を目指すような態度の育成に努めることが大切である。特に、ストレス及び不安感等が高まっている現状を踏まえ、心の健康を含め自らの健康を維持し、改善することができるように、指導・助言することが重要であるとも示されている。

また、先行研究から、自分の気持ちや考え方を上手に伝え、相手の気持ちや考え方を理解する能力である対人関係スキルを獲得することによって、不必要なストレスの原因を最小限にとどめられることが示唆されている。

そこで、指導に当たっては、生徒の実態を踏まえ、心の健康状態が体や行動に影響することを理解させ、心の健康と大きく関係していると考えられる、対人関係についてのスキルの獲得を目指す授業を展開するよう留意する。具体的には、乱暴な発言や自分の思いを上手に伝えるのが難しいことが課題であるため、良い話し手となるだけでなく、良い聞き手となることを目指し、それらを育てるスキルである

「温かい言葉を相手に届けるスキル」「相手の話を上手に聞くスキル」「自分の考えを相手に伝えるためのスキル」についての学習を行う。また、先行研究を踏まえ、学習の際には、小集団やペアの活動、ブレインストーミングやロールプレイといった方法を効果的に取り入れ、スキルのトレーニングを実施する。

これらの活動を通して、生徒一人一人の対人関係スキルを高め、心の健康を育むことをねらいとして、本題材を設定した。

5 指導のねらい

心の健康状態が体や行動に影響することを理解させるとともに、上手な話し方や聞き方について、自分でできる方法を考えたり、実際に体験する活動を通して、適切な対人関係スキルを身に付け、よりよい対人関係を築いていこうとする意欲を育てる。

6 単元の評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自己の生活の充実と向上に関わる問題に関心をもち、自主的、自律的に日常の生活を送ろうとしている。	日常生活における自己の課題を見出し、自己を生かしながら、よりよい解決方法などについて考え、判断し、実践している。	集団や社会への適応及び健康で安全な生活を送ることの大切さや実践の仕方、自他の成長などについて理解している。

7 指導と評価の計画（全3時間）

次	日時	学習内容	評 価				
			関	思	知	評価規準	評価方法
一	12月10日 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 心と体の関係について理解する。 温かい言葉を使うことの大切さを知る。 温かい言葉を考える。 温かい言葉を相手に届ける方法を身に付ける。 		◎	○	<ul style="list-style-type: none"> 心の状態が体や行動に影響することを理解している。 温かい言葉を相手に届ける方法を身に付け、実践しようとしている。 	行動観察 ワークシート
二	12月13日 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 言葉以外のしぐさの重要性を理解する。 聞き方のポイントを考える。 相手の話を上手に聞く方法を身に付ける。 		◎	○	<ul style="list-style-type: none"> 言葉以外のしぐさの重要性を理解している。 話の聞き方を身に付け、実践しようとしている。 	行動観察 ワークシート
三	12月16日 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 相手も自分も大切にす会話について知る。 伝え方のポイントを考える。 自分の考えを相手に上手に伝える方法を身に付ける。 	○		◎	<ul style="list-style-type: none"> 自分の考えを相手に伝える方法について関心を持ち、よりよい方法を考えようとしている。 上手な伝え方を身に付け、実践しようとしている。 	行動観察 ワークシート

8 本時の展開

(1) 第一次

① 本時の目標 心と体の関係について理解するとともに、温かい言葉を使うことの大切さを知り、日常生活に生かせるようにする。

② 学習の展開

【事前の活動】○ 心の健康状態と対人関係スキルに関するアンケートを実施し、自分自身の心の状態や体の様子、行動を振り返る。

学習活動	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 (◆)	評価規準〔観点〕 (評価方法)
<p>1 本時の目標を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p>【本時の目標】「相手も自分も心があたたかくなる言葉」を使おう。</p> </div>	<p>(◇T 1) 事前アンケートの結果を踏まえ、生徒の現状について伝え、本学習を行う意義について説明する。</p>	
<p>2 1学期の保健室の様子から、心と体の状態について考える。</p>	<p>(◇T 2) 1学期の保健室の来室状況を示し、悩みやストレス等で心が健康でないときは、体調不良やけんか等、体や行動に影響することに気付かせる。 (◇T 2) 悩みやストレスの多くは友達との関係等の人間関係によるものが多いことに気付かせる。 (◇T 2) 心と体はつながっているので、心の状態は体や行動に影響することに気付かせ、ワークシートに記入させる。 (◇T 2) 上手な人との関わり方を身に付けることは、心と体を健康に保つ方法の一つであることに気付かせる。</p>	<p>・心の状態が体や行動に影響することを理解している。 〔知識・理解〕 (ワークシート)</p>
<p>3 温かい言葉とそうでない言葉について考える。</p>	<p>(◇T 2) 保健室でよく聞く、悩みやけんかの原因になっている言葉と、心が温かくなる言葉について考えさせる。 (◇T 2) 温かい言葉は、言われた人も言った人も良い気分になることに気付かせる。</p>	
<p>4 自分も相手も心が温かくなる言葉を班で考える。(ブレインストーミング)</p>	<p>(◇T 1) ブレインストーミングの説明をする。 (◇T 1) 個人で考えた温かい言葉をワークシートに記入させる。 (◇T 1) 個人で考えた温かい言葉を基に班で考えさせる。 (◆T 1, T 2) 机間指導を行い、ブレインストーミングについて理解できていない班があれば、助言をする。 (◇T 1) 班で出し合った言葉を用紙に書かせ、黒板にはり、全体の場で発表させる。 (◇T 2) 笑顔で言うとうまく伝わることに気付かせる。</p>	
<p>5 冷たい言葉が出そうになったときの対処法を考える。</p>	<p>(◇T 2) 冷たい言葉が出そうになったときは、深呼吸が効果的なことに気付かせ、ワークシートに記入させる。 (◇T 2) 実際に体験させながら、息をしっかりと吐くことを意識させる。 (◇T 2) 自分の口から出る言葉は、自分でコントロールできることに気付かせる。</p>	<p>・温かい言葉を相手に届ける方法を身に付け、実践しようとしている。 〔思考・判断・実践〕</p>
<p>6 本時のまとめをする。 これから意識して使ってみようと思う言葉を自己決定し、ワークシートに記入する。</p>	<p>(◇T 1) 温かい言葉を笑顔と合わせて、お互いに意識して使ってみよう伝え、実践意欲を高める。 (◆T 1, T 2) 記入が難しそうな生徒には、班で出し合った「自分も相手も温かくなる言葉」を再度提示し、個別に助言する。</p>	<p>(行動観察・ワークシート)</p>

<p>生徒のまとめ例 <u>心と体はつながっている</u>ことが分かった。もしかしたら、知らない間に人を傷つけていたかもしれない。今から、<u>自分も相手も心が温かくなる言葉</u>を、<u>笑顔</u>で相手に言おうと思う。</p>	
7 次時へつなげる	(◇T 1) 次時の学習内容を伝え、見通しをもたせる。

(2) 第二次

- ① 本時の目標 相手の話を上手に聞く方法を知り、日常生活に生かせるようにする。
- ② 学習の展開

学習活動	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 (◆)	評価規準〔観点〕 (評価方法)
1 本時の目標を確認する。	(◇T 1) 本時の目標を提示し、活動の見通しをもたせる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>【本時の目標】 「相手が心地よい聞き方」で話を聞こう。</p> </div>	
2 二種類の話の聞き方のデモンストレーションを見て、感じたことをワークシートに記入し、班で話し合う。	(◇T 1, T 2) 保健室での養護教諭と生徒の会話の場面を設定した「無関心な聞き方」「関心を持った聞き方」のデモンストレーションを行い、自分のこととして考えられる場を設定する。 (◇T 2) 同じ「聞く」という行為でも、聞き方によって相手に与える印象が大きく異なることに気付かせる。 (◇T 2) 二つの聞き方の違いを観察させ、どちらが、相手が心地よいと感じる聞き方なのか考えさせる。 (◇T 1) 班でまとめた意見を発表させる。 (◇T 1) 発表を聞くときは発表者に注目させる。	・言葉以外のしぐさの重要性を理解している。〔知識・理解〕 (行動観察・ワークシート)
3 「聞き方のポイント」を考える。	(◇T 2) 聞き方のポイントを考えさせ、ワークシートに記入させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto;"> <ul style="list-style-type: none"> ① 相手に体を向ける…相手を認識し、話を聞こうとしているということを伝えるしぐさ ② 相手を見る…アイコンタクトが望ましいが、難しい場合は顔のあたりを見る ③ あいづちを打つ…うなずくだけでもよいが、「うんうん」「そう」「それで」と声をかける ④ 最後まで聞く…相手の話をさえぎらずに最後まで聞く </div> (◇T 1, T 2) 聞き方のポイントについて一つずつデモンストレーションを行い、一つずつの動作の意図と効果に気付かせる。	・話の聞き方を身に付け、実践しようとしている。〔思考・判断・実践〕 (行動観察・ワークシート)

<p>4 ペアで二種類の聞き方のロールプレイを行い、お互い感じたことを話し合う。</p>	<p>(◇T 2) 最近の出来事を話し、お互いに二種類の聞き方を体験する場を設定する。 (◇T 2) 関心を持った聞き方では、聞き方のポイントを意識するよう助言する。 (◇T 2) 自分の話が難しい場合は、デモンストレーションの話を使ってもよいことを助言する。 (◆T 1, T 2) 机間指導を行い、ロールプレイが難しいペアには、個別の援助をする。 (◇T 1) 何人かに意見を発表させる。 (◇T 1) 「聞き方のポイント」を使って発表を聞くよう意識させる。</p>	
<p>5 本時のまとめ これから意識して使おうと思う「聞き方のポイント」を自己決定し、ワークシートに記入する。</p>	<p>(◇T 1) 友達との会話だけでなく、「聞き方のポイント」を使える場面がたくさんあることを伝え、実践意欲を高める。 (◆T 1, 2) 記入が難しそうな生徒には、「聞き方のポイント」を再度提示し、個別に助言する。</p>	
<p>生徒のまとめ例 聞き方で、こんなに感じ方がちがうとは思わなかった。「聞き方のポイント」を使って、友達と気持ちよく話をしたい。</p>		
<p>6 次時へつなげる。</p>	<p>(◇T 1) 次回の学習内容を伝え、活動の見通しをもたせる。</p>	

(3) 第三次

- ① 本時の目標 自分の考えを相手に伝えるための方法を知り、日常生活に生かせるようにする。
- ② 学習の展開

学習活動	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 (◆)	評価規準〔観点〕 (評価方法)
<p>1 本時の目標を確認する。</p>	<p>(◇T 1) 本時の目標を提示し、活動の見通しをもたせる。</p>	
<p>【本時の目標】 「相手も自分も心地よい話し方」で伝えよう。</p>		
<p>2 三種類の会話のデモンストレーションを見て、感じたことをワークシートに記入し、班で話し合う。</p>	<p>(◇T 1, T 2) 保健室でよく聞く、トラブルの原因となる会話をもとに「相手を傷つける会話」「自分を傷つける会話」「バランスの取れた会話」のデモンストレーションを行い、同じ会話でも相手に与える印象が大きく異なることに気付かせる。 (◇T 2) 今までの自分の会話の傾向についても、考えさせる。 (◇T 1) 班でまとめた意見を発表させる。 (◇T 1) 「聞き方のポイント」を使って発表を聞くよう意識させる。</p>	<p>・自分の考えを相手に伝える方法について関心を持ち、よりよい方法を考えようとしている。〔関心・意欲・態度〕 (行動観察・ワークシート)</p>
<p>3 「伝え方のポイント」を考える。</p>	<p>(◇T 2) 伝え方のポイントを知らせ、ワークシートに記入させる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>① 自分の気持ちを伝える…事実を伝える ② 理由を伝える…誤解が生じにくい ③ 代わりに案を伝える…今の自分のできることを相手に伝える</p> </div>	

<p>4 事例についてどんな会話をするか、個人でワークシートに記入し、その後ペアでロールプレイを行い、感じたことを話し合う。</p> <p>5 本時のまとめ これから意識して使おうと思う「伝え方のポイント」を自己決定し、ワークシートに記入する。</p>	<p>(◇T 2) 一つずつのポイントの意図と効果に気付かせる。 (◇T 1, T 2) 「伝え方のポイント」を使った会話のデモンストレーションをいくつか行い、様々な場面で使えることを実感させ、実践意欲を高める。</p> <p>(◇T 1) 事例を提示する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>昨日から頭痛が続いて体調が良くないので、自分は部活動を休んで家で休養したいが、試合が近いので、友達から部活動に出るように強く言われた。 友達：「頭痛だけで熱はないんじゃない。できるよ。試合も近いし、絶対出てよ。」</p> </div> <p>(◇T 2) 伝え方のポイントを意識させる。 (◆T 1, 2) 机間指導を行い、記入が難しそうな生徒やロールプレイがうまくいっていないペアには、個別に助言する。 (◇T 1) 何人かに意見を発表させる。 (◇T 1) 「聞き方のポイント」を使って発表を聞くよう意識させる。</p> <p>(◇T 1) 最初はどううまくいなくても、何度も練習することで上手になることを伝え、実践意欲を高める。 (◆T 1, 2) 記入が難しそうな生徒には、「伝え方のポイント」と再度提示し、個別に助言する。</p>	<p>・上手な伝え方を身に付け、実践しようとしている。〔思考・判断・実践〕 (行動観察・ワークシート)</p>
<p>生徒のまとめ例 今まで何気なく言っていたけど、<u>自分を傷つけていたかもしれない。</u>「伝え方のポイント」を使って、相手も自分も傷付けずに、上手に気持ちを伝えたい。</p>		
<p>6 単元全体を振り返る</p>	<p>(◇T 1) 人とのさわやかな関わり方ができると、お互いが温かい気持ちになり、よりよい人間関係を築くことが出来ることを確認し、3学期の修学旅行への取組や3年生へ向けて、クラスの仲間とよい関わりができるよう、意欲をもたせる。 (◇T 2) 人間関係がうまくいくと、毎日の生活がより楽しくなって、心が健康になり、心とつながっている体も健康になることを確認し、生涯を通じて心身ともに健康な生活を送ることができるよう意欲をもたせる。困ったことがあれば先生たちはいつでも相談にのることを伝え、保健室も相談場所の一つであることを確認する。</p>	

【事後の活動】

- 帰り学活等で、適切な対人関係スキルを使った、人との関わり方を考え、判断し、実践しているか、一定期間の振り返りと評価を行う。

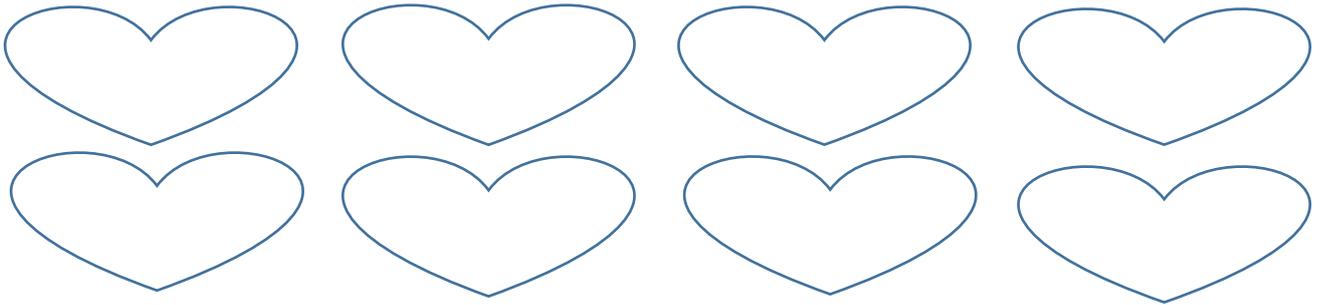
ことば あいて とど
「あたたかい言葉」を相手に届けよう

ねん ぐみ ばん しめい
2年 組 番 氏名

1 心と体の関係

心と体は ので、心の状態は、 や に影響する。

2 相手も自分も心があたたかくなる言葉



3 つめたい言葉を言いそうになったら

をしよう！

*自分の言葉は自分でコントロールできる！

4 今日からチャレンジ！

私は、あたたかい言葉、とくに
えがお
笑顔で、相手に届けてみようと思います。



授業の振り返り (①～③の質問は、ア～エの中で最もあてはまるものに○をつけてください。)

- ① 心の状態が体や行動に影響することがわかりましたか？
〔ア:よく分かった イ:少し分かった ウ:あまり分からなかった エ:まったく分からなかった〕
- ② あたたかい言葉を相手に届ける方法がわかりましたか？
〔ア:よく分かった イ:少し分かった ウ:あまり分からなかった エ:まったく分からなかった〕
- ③ 今日学習したことを日常生活に生かそうと思いますか？
〔ア:とても思う イ:少し思う ウ:あまり思わない エ:まったく思わない〕

今日の授業の感想を書きましょう。(気づいたことや、今からの生活に生かしていきたいことなど)

あいて こちち き かた き
「相手が心地よい聞き方」で聞こう

ねん くみ ばん しめい
2年 組 番 氏名

1 二つの聞き方

(☺…うれしい ☹…かなしい ☠…腹が立つ ○…その他)

	せんせい ようす 先生の様子はどうでしたか？	せいと きもち 生徒の気持ち
き かた 聞き方1		☺ ☹ ☠ ○
き かた 聞き方2		☺ ☹ ☠ ○

* 生徒は、どちらの聞き方が心地よい？ 心地よい理由は？

聞き方 _____ のほうが心地よく感じるのは、 _____ からです。

2 聞き方のポイント

① _____	③ _____
② _____	④ _____

3 今日からチャレンジ！

つか おも ばんごう か
使おうと思う番号を書こう

わたし き かた
私は、聞き方のポイント

つか あいて こちち き かた
を使って、相手が心地よくなる聞き方を

してみようと思います。

授業の振り返り (①～③の質問は、ア～エの中で最もあてはまるものに○をつけてください。)

① 言葉以外のしぐさの大切さが分かりましたか？

[ア:よく分かった イ:少し分かった ウ:あまり分からなかった エ:まったく分からなかった]

② ペアの人のお話を「聞き方のポイント」を使って聞くことができましたか？

[ア:よくできた イ:少しできた ウ:あまりできなかった エ:まったくできなかった]

③ 今日学習したことを日常生活に生かそうと思いますか？

[ア:とても思う イ:少し思う ウ:あまり思わない エ:まったく思わない]

きょう じゅぎょう かんそう か
今日の授業の感想を書きましょう。(気づいたことや、今からの生活に生かしていきたいことなど)

あいて じぶん こちち はな かた つた
「相手も自分も心地よい話し方」で伝えよう

ねん くみ ばん しめい
2年 組 番 氏名

1 三つの会話

(☺…うれしい ☹…悲しい 😡…腹が立つ ○…その他)

	い ひと (Bさん)の気持ち	い ひと (Aさん)の気持ち	ばめん み かん 場面を見て感じたこと
あいて きず 相手に傷つける かいわ 会話	☺ ☹ 😡 ○	☺ ☹ 😡 ○	
じぶん きず 自分を傷つける かいわ 会話	☺ ☹ 😡 ○	☺ ☹ 😡 ○	
バランスのよい かいわ 会話	☺ ☹ 😡 ○	☺ ☹ 😡 ○	

2 伝え方のポイント

① つた を伝える

② つた を伝える

③ つた を伝える

3 どう答える? (友達:「頭痛だけで熱はないんじやろ。できるよ。試合も近いし、絶対出てよ。」)

① _____

② _____

③ _____

4 今日からチャレンジ!

わたし つた かた
私は、伝え方のポイント

つか おも ばんごう か
使おうと思う番号を書こう

つか あいて じぶん こちち はな かた
を使って、相手も自分も心地よい話し方

きも つた おも
気持ちを伝えてみようと思います。

授業の振り返り (①～③の質問は、ア～エの中で最もあてはまるものに○をつけてください。)

- ① 三種類の会話の、言われた人と言った人の気持ちが分かりましたか?
〔ア:よく分かった イ:少し分かった ウ:あまり分からなかった エ:まったく分からなかった〕
- ② 「伝え方のポイント」を使って、ペアの人に自分の気持ちを伝えることができましたか?
〔ア:よくできた イ:少しできた ウ:あまりできなかった エ:まったくできなかった〕
- ③ 今日学習したことを日常生活に生かそうと思いますか?
〔ア:とても思う イ:少し思う ウ:あまり思わない エ:まったく思わない〕

きょう じゅぎょう かんそう か
今日の授業の感想を書きましょう。(気づいたことや、今からの生活に生かしていきたいことなど)
