

自分を大切にすること(中学校): 目標分析表

	学習活動	感動の体験	感性を育む	想像力の育成	先生の振り返り
事前	愛することに関する教材(歌、詩、作品等)にふれる。	愛することの偉大さと素晴らしさにふれる体験をする。	愛することに関する身の回りの出来事を思い起こしておく。	愛することの喜びと大切さについて考える。	
1次 (1時間)	ストレスマネジメント体験をする。	一流のスポーツ選手もストレスを乗り越えるための様々な工夫をしていることを知る。	怒りや悲しみ等の感情を自分で和らげられることに気づく。	プラスイメージを用いて、不安や緊張等のストレスを乗り越えることができる。	不安や緊張をコントロールし、ストレスを自己管理する方法を身につけさせることができたか。
2次 (2時間)	自尊感情を高める体験をする。友だちとの関わりを振り返る体験をする。	日頃の自分自身の心の在り様を把握できる。 がんばっている自分に気づき、クラスの仲間たちの生活ぶりを思い出しながら、お互いのがんばりを認め合う。	本音の交流ができる人間関係の大切さに気づく。 自分が支えられ、愛されてきたことに気づく。	自分の素直な気持ちを表現することをおして、コミュニケーションの大切さについて考えることができる。 自分や友だちのいいところを想像し、互いに認め合い、共感的に理解できる。	自他を認め合う体験をおして、自尊感情を高めさせることができたか。 子どもたちに、自分や友だちのいいところやがんばっているところを見つけさせることができたか。
3次 (1時間)	愛することの大切さについて考える。『100万回生きたねこ』(講談社)	ねこの気持ちの変化から、他者を愛する喜びの大切さに気づく。	人を愛し大切に思う気持ちから、自己の存在がかけがえのないものであることに気づく。 自分を支えてくれた周りの人に対して感謝の気持ちを持つ。	他者を愛することの素晴らしさや愛する者と共に生きることの喜びを実感できる。	愛することの大切さに気づかせることができたか。