

No.	18	分類	3-(1)-イ	資料名	私 発見	学年	全学年	領域	特別活動（学級活動）
-----	----	----	---------	-----	------	----	-----	----	------------

1 ねらい

- 自己を客観的に見つめて発見した良さを、他者との関係や社会の中で個性として磨き伸ばさせようとする気持ちをもつ。

2 趣旨

- 多感な中学生時代は、自己と他者との関係性の中で悩み、自分を見失いそうになることがある時期でもある。見下した態度をとったり、自己嫌悪に陥ったりする不安定な状況には、客観的な自己分析が大切である。
- 自尊感情は、人より優れた特性をもつことからではなく、人間社会の中で自分の個性が有為の存在であるところから生まれる思いである。
- 全ての人にいろいろな可能性があり、理想の人物像を創造していくことができることを知らせたい。自分を変える勇気を持ち、様々なことに挑戦することが、自分自身を成長させるために必要であることを自覚させたい。

3 配慮事項

- 自他の思いを伝え合う温かい学級の雰囲気をつくり、知られたくないと思っていることについては配慮をする。記入内容については、読む人がどう思うかを想像しながら書くことを伝える。

4 展開例

学 習 内 容	指 導 上 の 留 意 点
<p>1 自分のことを見つめる。</p> <p style="text-align: center;">あなた（友人）はどんな人でしょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「私は、」に続く文を書く。 ・班員についての印象を個人カードに記入する。 「あなたは、〇〇の時、〇〇な行動をし、とても〇〇な人だと思った。」など ○班員の書いてくれたことをお互いに読む。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分を客観的に見ることを意識させる。 ・素直に書くように促す。 ・他の人が気づいていないようなことを具体的に挙げるのが望ましいと伝える。 ・読む人がどう思うかを想像して書くよう注意する。 ・書いてもらったことへの感想やうれしかったことなどを発表させてもよい。
<p>2 理想の自分像を考える。</p> <p style="text-align: center;">これからどんな人になりたいですか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「なりたい自分」を5つあげる。 ・優しい人になりたい。 ・プロのサッカー選手になりたい。 など ○5項目について大切な順に並べ換える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・職業、人格、環境など自由に書かせる。 ・実現したい順番に並べ変えることにより、自分の理想をより明確にさせる。
<p>3 理想の実現に向けて、今の自分を見つめ、これからのプランをたてる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○これからの自分の「人生マップ」を完成させる。 <p style="text-align: center;">プランの実現のために何が必要ですか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実現のための方法について情報を得る。 ・他の人のことも思いやる。 ・今の生活習慣を見直す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ選手の事例等もあげながら、理想やプランが実現することが多くあるという展望をもたせる。

「私 発見」カード

年 組 番 名前 ()

- ステップ1 最初に自分で「私は、～ です。」の文を書きましょう。
- ステップ2 班員は、その人の別の面を発見して、理由も挙げて記入しましょう。

名 前	発見した内容
	私は、 。
	さんは、 。
	さんは、 。
	さんは、 。
	さんは、 。
	さんは、 。

- ステップ3 班員の発見した内容を読んで、感想を書きましょう。

- ステップ4 なりたい自分を心に描き、「人生マップ」を完成させましょう。

年齢	進みたい道のり	心の成長
	学校（入学・卒業）、就職、独立、ボランティア、趣味 など	社会に貢献する。 失敗を恐れずチャレンジする。 など
15		
20		
30		
40		
50		
60		
70		
80		
:		