

いじめ未然防止 プログラム

(一部抜粋)

心の教育総合センター

平成 27 年 3 月

はじめに

近年、子どもたちを取り巻く環境は大きく変化しています。パソコンやスマートフォン等の普及によって、インターネットを介した時間と場所を選ばない情報発信や文字による会話が、子どもたちの間で日常的に行われるようになりました。一方で、SNS 上での仲間外しや、個人情報の意図的な流出など、いじめにもこれらの機器が利用されるようになり、より陰湿に、より大人から見えにくくなっており、学校は対応に苦慮しています。

平成 25 年に「いじめ防止対策推進法」が施行され、国を挙げていじめ問題に対応することとなりました。同法でいじめの定義も改められ、被害を受けた児童生徒の保護の観点をより強化したものになっています。いじめが深刻化する中、子どもたちの安全・安心を守るため、早期発見、組織的な対応、そして未然防止に係る取組の推進が求められています。

学校においては、児童生徒がいじめに向かわないために、教師が児童生徒の様子を日々観察し、児童生徒が発する小さなサインを見逃さないように対応を続けています。しかし、多くの児童生徒を支援する教師にとって、このような教師主体による個別対応だけでは、いじめの未然防止は難しい現状があります。そこで、兵庫県では「いじめを決して許さない集団づくり実践事業」を実施するなど、児童生徒が主体となっていじめを未然に防止するための取組が進められており、いじめを生まない豊かな心の育成を組織的に行う必要があると考えています。

今回、当センターでは、教員や学生による聞き取り調査や実践校における実態調査を実施しました。それらの結果を基に課題を整理し、子どもたちが自分を大切に、他者と良好な関係を築き、集団での生活を豊かにできる資質を育み、主体となっていじめを未然に防止することを目指した「いじめ未然防止プログラム」を作成しました。

現在、いじめ未然防止に向けて、児童生徒の関係づくりや、豊かな心を育むことをねらいとする組織的な取組が学校ごとに行われていますが、多くの学校が、より効果的な方法を模索している状況にあります。この「いじめ未然防止プログラム」が子どもたちの発達段階、また学校の実情に合わせて、幅広く活用されることを願っています。

平成 27 年 3 月 27 日

心の教育総合センター

所長 松本 剛

第1章

「いじめ未然防止プログラム」について

(1) いじめの実態

ア 平成 25 年度「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」における兵庫県はいじめに関する状況

要 点

- いじめへの対応の在り方だけでなく、いじめを未然に防止するための積極的な取組の実施
- いじめを相談しやすいクラス的环境づくり
- 児童生徒自らがいじめの防止や解消に取り組む集団づくりの推進
- いじめの未然防止等における組織的な対応の充実や教職員の対応能力の向上
- 家庭、地域、関係機関等との連携の推進

(7) いじめの認知件数と解消率

本県はいじめの認知件数は 2,683 件（前年度比 0.80 倍）であり、児童生徒 1,000 人あたりの認知件数は 4.8 件で、全国平均 14.7 件を下回っています。また、いじめ解消状況について、「解消している」及び「一定の解消が図られたが、継続支援中」を合わせた割合が 98.5%（全国は 97.6%）となっており、全国と同様に解消率は高くなっています。

認知件数は、いじめを発見する感度にも左右されるため、数値の変化だけでは実態を把握し難い面もあります。しかし、今もなお、児童生徒の間には多くのいじめが存在しているのは間違いありません。いじめへの対応の在り方だけでなく、いじめを未然に防止するための積極的な取組が望まれます。

(4) いじめ発見のきっかけ

いじめ発見のきっかけとしては、「アンケート調査など学校の取組により発見」（36.7%）が最も多く、次いで「本人の保護者からの訴え」（22.1%）、「本人からの訴え」（16.0%）となっており、学校の取組によって多くのいじめが発見できている一方で、本人からの訴えによる発見は少ない現状です。いじめの状況や辛さを、いじめを受けている児童生徒が自ら教師や保護者に相談する態度の育成、そのために必要な教師との信頼関係の構築、いじめを相談しやすいクラス的环境づくりなどが望まれます。

(ウ) 学校におけるいじめ問題に対する日常の取組

学校におけるいじめ問題に対する日常の取組については、「道徳や学級活動の時間にいじめに関わる問題を取り上げ、指導を行った」が 87.5%であり、いじめ未然防止にかかる授業が多くの学校で実施されています。一方で、「児童・生徒会活動を通じて、いじめの間

「いじめ未然防止プログラム」について

題を考えさせたり、児童生徒同士の間関係や仲間づくりを促進した」は 54.1%に留まっています。

文部科学省は、いじめの防止のポイントの1つとして、教職員が陰で支える役割を担いながら、児童生徒自らがいじめの問題について学び、主体となっていじめの防止を訴えるような取組を推進しています。道徳教育や体験教育等による豊かな心の育成だけでなく、児童生徒自らがいじめの防止や解消に取り組む集団づくりが望まれます。

(I) 今後の対応

平成 25 年 9 月にいじめ防止対策推進法が施行され、これまで、学校いじめ防止基本方針の作成や、学校におけるいじめの防止等の対策のための組織の設置など、自治体や学校等で様々な取組が行われています。今後は、本県はいじめ防止基本方針に基づき、未然防止、早期発見・早期対応における組織的な対応の充実や教職員の対応能力の向上を図るとともに、家庭、地域、関係機関等と連携を更に推進していく必要があります。

「いじめ未然防止プログラム」について

イ 平成 25 年度いじめ未然防止に関する聞き取り調査の結果

要 点

- いじめのきっかけには、遊びや喧嘩からいじめに発展するもの、被害児童生徒を仲間はずれにするために意図的に行われているもの、被害児童生徒に対する嫌悪感が元となっているものなどがある
- グループ内やグループ間でのいじめがある
- ネットを利用したいじめが行われている

(7) 調査

いじめ未然防止プログラムの作成にあたり、いじめの対応に携わっている小・中・高等学校の教員並びに、大学生に聞き取り調査を行いました（表 1）。

大学生については、過去を振り返って児童生徒の立場からの意見を答えてもらいました。

いじめのきっかけ、態様等についてそれぞれの立場で感じていることを話してもらった後、臨床心理士と学校心理士を含む指導主事と大学教員で討議し、語られた内容の要約、分類を行いました。

表 1 調査対象者の属性

立場	所属	男性	女性	合計
教員	小学校	1	2	3
	中学校	4	0	4
	高等学校	3	1	4
児童生徒	大学生	7	10	17
合計		15	13	28

※平成 25 年 12 月現在の対象者数。今後も調査を継続。

(4) いじめのきっかけと発展

いじめのきっかけと発展の仕方として、以下の 6 種にまとめられました（表 2）。

表 2 いじめのきっかけと発展

項 目	内 容
遊びから発展	遊びとして合意の上でのからかいや身体接触、いじり等が度を超えてしまう（上下関係が生まれるといじめに発展しやすい）
誤解から発展	「呼んだのに無視された」等、些細な誤解によって立腹し、いじめによってその思いを表現する
迷惑感	被害者となる児童生徒の言動によって迷惑感を感じた児童生徒が、いじめによってその思いを表現する（被害者となる児童生徒の問題行動や、言動、コミュニケーション、運動能力の差等）
被害児童生徒の特性	被害者となる児童生徒の身体的な特徴や、発達の特性、言動の内容などを揶揄する
喧嘩から発展	喧嘩をお互いで収め合うことができずに、いじめという形で継続していく
嫉妬や妬みから発展	同性の友人または恋愛に関わる異性の取り合いや、大人びていたりする児童生徒、自分と同じ物を持っている児童生徒等に対する妬みを表出する

「遊びから発展」、「誤解から発展」、「喧嘩から発展」は、良好な関係を築くための積極的かつ建設的な行動ができずに、いつの間にかいじめに発展しているものと考えられます。

「謝る」「聞く」「許す」ことに繋がる「コミュニケーション能力」の向上が求められます。

「被害児童生徒の特性」は “いじりーいじられ” の関係性の中でからかったり、被害児童生徒を仲間はずれにしたりする中で、いじめに発展していくものと考えられます。前者

「いじめ未然防止プログラム」について

の加害児童生徒は遊びや親しみの表現であると認識していることもあり、親しさの中にある「思いやり」の醸成が求められます。また後者に関しては、違いを認め、受容し合える「他者理解」や「道徳性」の向上が求められます。

「迷惑感」や「嫉妬や妬みから発展」は、共に被害児童生徒に対する嫌悪感が元になっています。「迷惑感」には加害児童生徒の正義感による被害児童生徒への注意を意図したもののや、積極的な迷惑回避が被害児童生徒には無視されたと感じられたものなども含まれます。ただ、この場合においても、自分の思いや考えが相手に正しく伝わっておらず、いじめであるか否かに関わらず、間違った表現方法によるトラブルであることに違いはありません。「思いや考えの表現力」や「コミュニケーション能力」の向上が求められます。

(ウ) いじめの態様

いじめの態様として、以下の3種にまとめられました（表3）。

表3 いじめの態様

項 目		内 容
い直 じ接 めめ 的	身体的	殴る、蹴るなどの暴力。「肩パン」等の遊びの様子を呈しているものもある
	言語的	悪口を言ったり、嫌がるあだ名で呼んだりする
	その他	にらみつけたり、所有物の隠ぺい・破壊などを行う
関係性いじめ		陰口を言ったり、無視をしたりする

暴力などの「身体的いじめ」は、遊びやからかいの延長から生じるものが多く、いわゆる“いじり”から発展する場合があります。無視や陰口などの「関係性いじめ」には、グループに関わるいじめが関係していることが多いと考えられます。小・中学校ではグループ内によるいじめが多く、被害児童生徒が固定せず、グループ内で入れ替わっていくこともあるという特徴があります。また、高等学校では、グループ間に大まかな序列があり、上位グループが気に入らない生徒に対しては、下位グループも一緒になっていじめる傾向にあります。これは、いじめに同調しないと自分がいじめ対象になるかもしれないという恐れを、いじめの構造の中にいる児童生徒が感じていることが原因だと考えられます。

また、多くのいじめに共通して見られる特徴として、スマートフォンなどのインターネット機器の利用があります。グループチャットでの仲間はずし、ブログや掲示板への誹謗中傷の書き込み、相手のブログを使用できなくさせるなどの嫌がらせなどがあります。また、ネット上のいじめとは言えない場合も、ネット上の出来事がトラブルのきっかけとなっていたり、いじめにメールやグループチャット等が利用されていたりすることもあり、いじめの多くにインターネット機器が利用されている現状があります。

(2) いじめを未然に防止するために

ア 教師が行うべきこと

要 点

- 児童生徒同士の心のつながりを育む取組を意図的・計画的に行うことが必要
- 普段から児童生徒と密接に関わり、児童生徒理解に努め、児童生徒の立場に立って気持ちを受け止めることが必要
- 普段から、教師同士及び教師と保護者との密な情報交換が必要
- カウンセリングマインドを生かした生徒指導が必要

(7) 居心地のよい学級づくり

いじめを未然に防止するためには、児童生徒にとって居心地のよい学級づくりを進める必要があります。そのためには、以下の3つの“つながり”を深める取組を積極的に行わなければなりません。いじめはなくなるという見方もありますが、教師の取組によってなくせるいじめはあります。また、知らず知らずのうちに、教師がいじめの原因をつくってしまっていたり、いじめに荷担してしまっていたりすることもあります。まずは、教師自身が人権感覚を高め、いじめをなくすという強い意志を持って様々な取組を積極的に行うことが大切です。

a 「児童生徒」間のつながり

いじめのほとんどは教師や保護者といった大人のいないところで行われます。そこで、教師が休み時間に校内の見守りを行うなど、教師の死角となる場所や時間を減らす取組が行われていますが、見守りには限界があるのも事実です。

児童生徒支援には、教師が個別に対応する支援だけでなく、児童生徒同士で支え合う関係をつくる支援や、児童生徒一人ひとりの心を育む支援があります。すべてを教師が受け止めようとするのではなく、児童生徒自身あるいは児童生徒同士で問題を解決する力を育てるとともに、いじめを「しない」「させない」「許さない」学級づくりに努めていくことが、いじめの未然防止には欠かせません。児童生徒自身の資質・能力や、児童生徒同士の心のつながりを育む取組を意図的・計画的に行うことが必要です。

b 「児童生徒」と「教師」のつながり

児童生徒に信頼される教師になることは、いじめ未然防止の観点からも大切です。信頼している教師からの温かな見守りがあってこそ、児童生徒は、学校が安全かつ安心できる場であることを実感でき、落ち着いて生活することができます。落ち着いた生活は居心地のよい学級の基盤であり、居心地の良さはいじめを未然に防止します。

いじめが起こってしまったとき、信頼できる教師でなければ、観衆や傍観者はもとより、被害児童生徒も教師に相談することはないでしょう。また、加害児童生徒に対して指導を

「いじめ未然防止プログラム」について

行う際も、信頼されていなければ教師の本意は伝わりません。

信頼されるためには、普段から児童生徒と密接に関わり、児童生徒理解に努め、児童生徒の立場に立って気持ちを受け止める指導を継続することが必要です。

c 「教師」と「教師」及び「保護者」のつながり

表4は、上記の聞き取り調査で得られたいじめの予兆です。加害児童生徒、被害児童生徒だけでなく、集団の雰囲気など、様々なところに予兆が見られます。これらの予兆を教師が敏感に感じ取ることが大切であるのは言うまでもありませんが、一人の教師が得られる情報量では不十分です。そこで必要なのは、教師同士の密な情報交換です。各種会議等はもちろんですが、「〇〇さんの様子が最近少し気になるんだけど…」というような普段の会話の中での情報共有が予兆の早期発見には欠かせません。

また、連絡帳や電話、家庭訪問などで普段から保護者と情報共有し、学校と家庭が一体となって児童生徒を共に見守り、育んでいく体制を整えておくことも必要です。

表4 いじめの予兆

項目	内容
加害者の変化	・特定の児童生徒が発表したとき等に笑ったり、目配せしたりする ・ストレスfulな様子が見られる
被害者の変化	・いつもと違う仲間といたり、一人で過ごしたりしている ・元気がない、反抗的など、様子がいつもと違う ・教師へいつも以上に接触を求めてくる ・部活動や登校日など、出席と関係ない部分で欠席をする
雰囲気の変化	・教師が現れたときなどに、「なんとなくおかしい雰囲気」を感じる ・言葉遣い、靴のかかとを踏んでいるなど、生活の乱れが見られる ・「いじり-いじられ」など役割が固定化されてきている

(イ) カウンセリングマインドに基づいた関わり

児童生徒との信頼関係を築いたり、保護者との協同体制を構築したりするには、カウンセリングマインドを生かした関わりが効果的です。カウンセリングマインドとは、カウンセリングの理論や技法を活用することであり、受容や共感という姿勢がその基盤となっています。話し手の考えや気持ちを受容し、正確に共感する姿勢は、話し手の安心感を育みます。話し手が安心できる場を聞き手が意図的に作ることによって、話し手は聞き手に信頼感を抱き、自分の素直な思いを語るができるようになります。そして、思いや考えを素直に顧みたり、事実を冷静に見つめ直したりすることができるようになるのです。児童生徒や保護者と話す際に安心の場を提供できる技能は、つながりを育むためにとても役に立ちます。

ただ、カウンセリングマインドは、良いことも悪いことも含めて相手の言動のすべてを肯定したり、甘やかしたりする姿勢であるという誤解もよく聞かれます。学校は教育の場である以上、児童生徒の間違いを指摘して正しい行動を指導しなければなりません。児童生徒の健全育成を目指すからこそ、保護者に対しても言うべきことは毅然と伝えなければ

「いじめ未然防止プログラム」について

いけません。カウンセリングマインドの理論でも、このような姿勢は大切にされます。ただ、そんな指導や事実伝達をする前に、相手との信頼関係を築き、相手にとっての安心の場を提供できなければ、指導する教師の意図は児童生徒に伝わりません。そこで、まずは、受容・共感によって安心の場を作りだそうということなのです。

そのためには、県立教育研修所の研修講座等を利用し、カウンセリングマインドの正しい知識や感覚を身につけたり、「傾聴技法」などのカウンセリング技法を習得したりすることが役立ちます。

「いじめ未然防止プログラム」について

イ 児童生徒に育みたいこと

要 点

- 児童生徒自らいじめを未然に防止するための資質・能力を育む必要がある
- 資質・能力を育む授業は実感を伴うものであることが大切
- 資質・能力を育む授業で得た知識・技能を活用する場面を設けることが効果的
- 教師からの働きかけと、児童生徒の主体的な取組との融合が望ましい

(7) 育みたい 11 の資質・能力

いじめの多くは教師の見えないところで行われているため、児童生徒自身や児童生徒同士でいじめを未然に防ぐ力を育むことが大切です。聞き取り調査の分析から、いじめ未然防止に資するものとして以下の 11 の資質・能力が得られました（表 5）。

表 5 児童生徒に育みたい資質・能力

資質・能力	育むための取組
① ストレスマネジメント能力	・自己のストレスに関する知識や正しい対処法を身につける取組
② セルフコントロール能力	・怒りや悲しみ等の感情による行動を自らが正しくコントロールできる力を身につける取組
③ 自尊感情・自己効力感	・自己の存在を大切なものであると認識し、集団の中で自分の力や存在が活かされると感じさせる取組
④ 思いやり・他者理解	・自分との違いを認め、尊重しながら、思いやりを持って接することができる能力を育む取組
⑤ コミュニケーション能力	・お互いが気持ちよく過ごせるコミュニケーションの在り方を身につける取組
⑥ 思いや考えの表現力	・自分の考えや気持ちを正しく表現できる力を育む取組
⑦ 仲間づくり・絆づくりに資する力	・仲間と共に楽しむ経験を通じて、集団の絆を育む取組 (年度当初や行事前などに行うと効果的)
⑧ 自治集団づくりに資する力	・子どもたちが自らの力で思考・判断・行動ができる能力を育む取組
⑨ 規律性	・集団生活のルールを守る集団づくり ・法律の学習などを通じて、「いじめは絶対に許されない」という気持ちと行動を育むための取組
⑩ 道徳性	・道徳性の向上に係る取組む (クラス開きの際に行うと効果的)
⑪ 相談・支援を求める力	・悩みを相談したり、自分一人では解決できないことを支援してもらったりする行動を、自ら進んでできる力を育む取組

自分を大切にする力となる①ストレスマネジメント能力、②セルフコントロール能力、③自尊感情・自己効力感、他者と良好な関係を築く力となる④思いやり・他者理解、⑤コミュニケーション能力、⑥思いや考えの表現力、集団での生活を豊かにする態度に関わる⑦仲間づくり・絆づくりに資する力、⑧自治集団づくりに資する力、⑨規律性、⑩道徳性、⑪相談・支援を求める力、これらの力や態度を生み出す資質・能力を、学校や児童生徒の実態に合わせてバランス良く身につける取組が必要です（図 1）。

これらの資質・能力を育むことを目的とした授業によって、知識を教えたり、考えさせたり、話し合わせたりして、知識としての理解だけでなく、実感を伴った習得を促すことが重要です。例えばコミュニケーション能力を育む「様々な自己表現を知ろう」の授業では、ロールプレイによって生徒に「攻撃的」「主張的」「非主張的」の 3 つの言い方を体験させ、気持ちの違いを実際に感じさせることによって習得を促します。

「いじめ未然防止プログラム」について

しかし、授業を行っただけでは、身につけたい資質・能力の習得はできても活用にまで応用できません。資質・能力に係る知識や技能が習得されていても普段の生活の場で活用されなければ、いじめ未然防止に役立つことはありません。活用のためには、授業で得た知識や技能を、学校生活の中で活用する場面を意図的・計画的に設けるなど、習得と活用を一体化した取組が必要です。

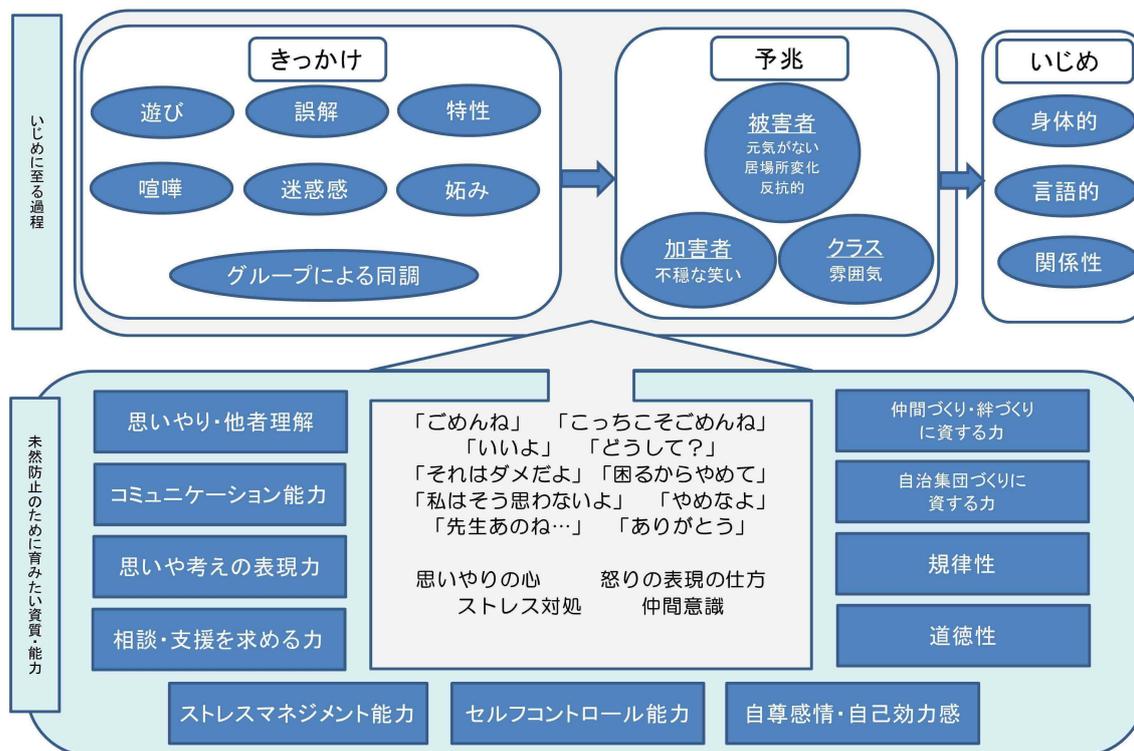


図1 いじめに至る過程と未然防止

(イ) いじめを決して許さない集団づくり

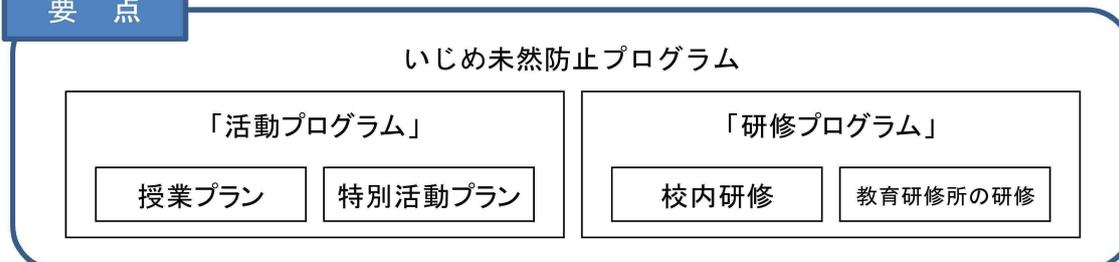
いじめを決して許さない集団を作り出すためには、児童生徒の主体的な取組が不可欠です。例えば、児童会や生徒会においていじめ未然防止に係る取組を企画及び実施することによって、児童生徒が自らの問題として主体的にいじめに向き合うことが期待できます。また、授業で学んだ11の資質・能力を活用できる行事等を、児童生徒が運営することによって、教師による授業と児童生徒による取組が繋がり、主体的に11の資質・能力を体得することができます。それらの充実のためには、児童生徒にいつ、何を、どのように、どこまでやらせるのか、それをどう学校全体の取組に融合させていくのかなど、事前に十分な議論と緻密な計画を行う必要があります。

この「いじめ未然防止プログラム」には、11の資質・能力を取り扱う「授業プラン」だけでなく、「授業プラン」の活用例となる「特別活動プラン」も掲載されています。児童生徒が主体的にいじめ未然防止に取り組む集団となるために、学校の実態に合わせて利用してください。

(3) 「いじめ未然防止プログラム」の利用にあたって

ア 利用の仕方

要 点



(7) 「いじめ未然防止プログラム」の構成

「いじめ未然防止プログラム」は「活動プログラム」と「研修プログラム」の2つから構成されています。

「活動プログラム」は「授業プラン」と「特別活動プラン」から成り、児童生徒に対して行う授業内容や学校全体の取組についてまとめています。

「研修プログラム」は「校内研修」と「教育研修所の研修」から成り、いじめ未然防止のために必要な知識や技能を、教員が習得するための研修を設定しています。第4章にこれらの研修内容等についてまとめています。

(イ) 授業プラン

授業プランは、11の資質・能力の向上を目的とした授業案です(表6)。より良い人間関係づくりに児童生徒が主体的に働きかける態度を育成することを目的としています。

向上が期待できる資質・能力別、発達段階別に授業が構成されています。クラスや児童生徒の状況に応じて、必要だと思われる資質・能力等によって選択、利用してください。また、示されている対象学年はあくまで目安ですので、発達段階に応じた工夫をすれば、他校種や他学年の授業案も利用できます。

(ウ) 特別活動プランの利用

特別活動プランは、授業プランによる授業や、行事、児童会や生徒会における活動等を相互に関連づけ、総合的な取組として実施するものです。学校やクラスの状況に応じて取組例をまとめています(表7)。

いじめを未然に防止するために重要な「クラス開き」、いじめが表面化しやすい「宿泊行事」や「学校行事」の他、「雰囲気が良くない」と感じたときの取組例を校種別に掲載しています。また、年間計画時に参考となる「特色ある取組」も併せて掲載しています。状況に合わせて利用してください。

「いじめ未然防止プログラム」について

表6 授業プラン一覧（育みたい資質・能力による選択）

校種	小学校			中学校			高等学校	特別支援学校	
	低学年	中学年	高学年	1年生	2年生	3年生			
育みたい資質・能力	ストレスマネジメント能力		「10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント」	「ご機嫌に過ごすための工夫」	「ストレスマネジメント」		「自分の感情を理解する」	「暴力について考える1」	
	セルフコントロール能力		「おおらかな心をもとう」	「頭にきたときのより良い対応」			「怒りのメカニズムを理解する」	「体の感じを言葉にしてみよう」	これは、なんでしよう
	自尊感情・自己効力感	「自分の木」	「大切なからだ」				「私は私が好きです。なぜなら…」	「役割交換がみ」	買い物に行こう
	思いやり・他者理解		「私の大切な仲間へ」	「友だちの良いところ探し」	「あったか言葉」			「暴力について考える2」	「新入生歓迎会を成功させよう」
	コミュニケーション能力	「うまく仲間に入ろう」			「目指せ！ほっこりクラス！」		「ダイヤモンド・ランキング」	「紙上での傾聴・共感体験」	
	思いや考えの表現力			「適切な表現方法」			様々な自己表現を知ろう	「絵による自他紹介」	
	仲間づくり・絆づくりに資する力	(グループワーク等による仲間づくり)							
	自治集団づくりに資する力						「マナーブックづくり」	「自分らしさとその人らしさ」	運動会を盛り上げよう
	規律性				「オリジナルボールゲームを發明しよう」				バスに乗ろう
	道徳性								
相談・支援を求める力	「わたしのまわりには…」		「自らの課題や問題を解決する」						

※この一覧表は平成27年3月現在のものです。今後更新していく予定です。

表7 特別活動プラン一覧（状況による選択）

状況	小学校	中学校	高等学校	特別支援学校
クラス開き			入学時の集団づくりとトラブル防止	集団活動を柱とした活動プラン
宿泊行事		宿泊行事を柱とした活動プラン		
学校行事		文化的行事を柱とした活動プラン	生徒会活動を柱とした活動プラン	運動会を柱とした活動プラン
雰囲気良くない	学級会を柱とした活動プラン			
特色ある取組	異学年交流を柱とした活動プラン		ボランティア活動を柱とした活動プラン	校外活動を柱とした活動プラン

※この一覧表は平成27年3月現在のものです。今後更新していく予定です。

「いじめ未然防止プログラム」について

イ 利用上の留意点

「授業プラン」や「特別活動プラン」の一覧表のプラン名称をクリックすると、プラン内容を見ることができます。利用方法は、学校において11の資質・能力の中から、自校の児童生徒に育む必要があると考えられる資質・能力を検討し、その結果を基に「授業プラン」から選択して実施したり、また、クラスの実態や時期に合わせて「特別活動プラン」を選択して実施したりするなど、学校の実情に合わせて利用してください（図2）。

また、プランをそのまま用いるだけでなく、学校の現状に合わせたアレンジを加えて実施することで、より現状に即した形で実施することができ、大きな効果が期待できます。

各プランを実施する前に、学校やクラス、児童生徒の実態を十分にアセスメントした上で、意図的・計画的に活用してください。

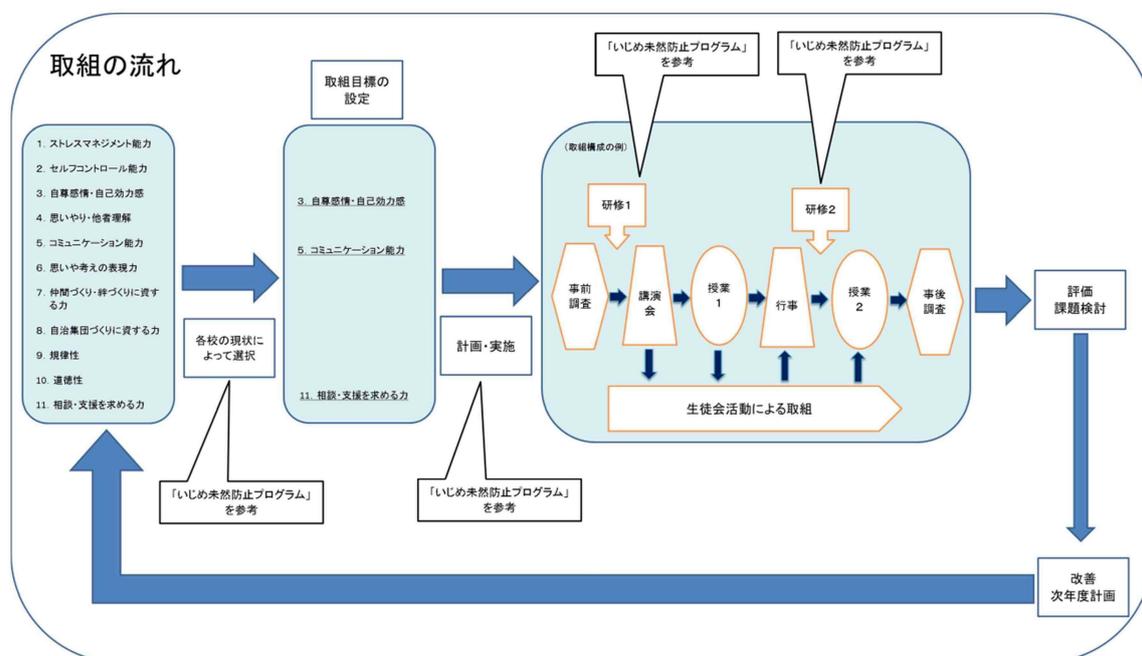


図2 利用方法の例

第2章 授業プラン

いじめ未然防止プログラム「授業プラン」一覧表

令和3年4月現在

校種	小学校			中学校			高等学校	特別支援学校
	低学年	中学年	高学年	1年生	2年生	3年生		
育みたい資質・能力	ストレスマネジメント能力	「からだところのべんきょう」	「10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント」	「ご機嫌に過ごすための工夫」	「ストレスマネジメント」	「自分の感情を理解する」	「暴力について考える1」	「ストレスってなんだろう」
	セルフコントロール能力	「こんなときどうする？」	「おおらかな心をもとう」	「頭にきたときのより良い対応」	「怒りのメカニズムを理解する」	「考え方のクセを考えてみよう」	「体の感じを言葉にしてみよう」	「これは、なんでしょう」
	自尊感情・自己効力感	「自分の木」	「大切なからだ」	「私ってどんな人？」	「私は私が好きです。なぜなら…」	「10年後の未来日記」	「役割交換てがみ」	「買い物に行こう」
	思いやり・他者理解	「あいてのきもちをかんがえよう」	「私の大切な仲間へ」	「友だちの良いところ探し」	「あったか言葉」	「ネットによるいじめを防止しよう」	「暴力について考える2」	「新入生歓迎会を成功させよう」
	コミュニケーション能力	「うまく仲間に入ろう」	「ひよっとしてコーピング」	「文字と言葉のちがいがい」	「目指せ！ほっこりクラス！」	「ダイヤモンド・ランキング」	「紙上での傾聴・共感体験」	「こんなときどうするの？」
	思いや考えの表現力	「いっしょに遊ぼう」	「おねがい」	「適切な表現方法」	「上手に断ろう」	「様々な自己表現を知ろう」	「絵による自己紹介」	「うまく伝える方法」
	仲間づくり・絆づくりに資する力	(グループワーク等による仲間づくり)						
	自治集団づくりに資する力	「みんなで挑戦！」	「カラーコピー大作戦」	「思いを形に！自分たちの目標」	「休日はどう過ごす？」	「マナーブックづくり」	「自分らしさとその人らしさ」	「運動会を盛り上げよう」
	規律性	「みんなのきもち」	「あだな」	「もしもの世界は良い世界？」	「オリジナルボールゲームを発明しよう」	「立場を替えて感じてみよう」	「救える自分になろう」	「バスに乗ろう」
	道徳性							
相談・支援を求める力	「わたしのまわりには…」	「ねえ聞いて」	「自らの課題や問題を解決する」	「安心して相談し合える仲間になろう」	「気持ちだけ聞いて」	「あなたに聴いて欲しい」	「助けてもらおう」	

この一覧表は令和3年4月現在のものです。

からだところのべんきょう

○目標となる資質・能力

ストレスマネジメント能力、セルフコントロール能力

○指導のねらい

体の緊張と緩和、収縮と伸長の繰り返しを体験し、「がんばれば休む」、「休めばがんばれる」ことを知る

○準備するもの

表情カード、絵カード、BGM用の音楽（リラックスができるような曲）、視聴覚機器

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

活動を行う際は、寝転がることのできる場所で行うか、バスタオルや小さめのタオルケット（各自で用意）を敷いて行っても良い

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 15分	<p>1 表情カード【ニコ・シュン・プン】を見て、それぞれの顔になるのはどんなときか話し合う</p> <p>2 心がしんどいとき、体がどのような状態になっているか考える</p> <p>3 本時の学習を知り、見通しを持つ</p>	<ul style="list-style-type: none"> 表情カードと同じ顔をし、同じような表情になった経験を思い出せるようにする 友だちとのけんかやトラブルがあったことや怒られたことを思い出し、どんな気持ちになるか、そのときの体の様子について考えさせる 心がしんどくなったとき、どうしたらよいかについて学習をすることを伝える
【へんしん・へーんしん】をしよう		
展開 25分	<p>4 【へんしん・へーんしん】をする</p> <p>①怒って体をふんばり、体がかちこちなねこ</p> <p>②いじめっ子にいたずらをされて手足をひっこめたかめ</p> <p>③いじめっ子がいなくなって、元に戻ったかめ</p> <p>④顔は怒っているけど、体はリラックスしているゴリラ</p> <p>⑤象にふまれてもだいじょうぶなかい石</p> <p>⑥深呼吸</p>	<ul style="list-style-type: none"> 動物の絵カードを見せ、体の動きの練習をさせる 心が緊張し体をかたくした状態（収縮）、心が緩和しゆっくり体をのびた状態（伸長）に気付かせる 顔と体がちぐはぐな状態を提示し、心と体は一体であることを伝える 体のいろいろな部分の緊張と緩和、収縮と伸長の繰り返しを体験させることでリラックスした状態を感じさせる
まとめ 5分	<p>5 学習を通して気づいたこと、考えたことを振り返り、感想を伝え合う</p>	<ul style="list-style-type: none"> 全体で緊張したとき、リラックスしたときの気持ちの振り返りを行う がんばった後にしっかり休むと元気が出て、またがんばるエネルギーがたまることを伝える

○視聴覚機器の活用について

低学年の児童は、自分の様子を客観的に捉えることに難しさがある。そこで、視聴覚機器を用い、活動している児童の表情や体の動きを児童に見せる工夫をすることで、緊張や緩和、伸縮や伸長の体の状態をイメージしやすくなる。

○表情カード【ニコ・シュン・ブン】の活用について

低学年では、具体物を提示しながら考えさせることが大切である。表情カード【ニコ・シュン・ブン】になるときは、どんなときかを自分自身の経験を思い出させ、考えさせる。また、「ブン」から「ニコ」になるとき、心と体にどのような変化があるのかを表情カードを使って、実際に体を動かしてみると分かりやすい。

○【へんしん・へーんしん】の活動について

絵カードを見て、自由に生き物に変身する活動の中で、体のいろいろな部分の緊張と緩和、収縮と伸長の繰り返しを体験させる。児童がなりきる生き物は、イメージしやすい身近な生き物で、緊張と緩和、収縮と伸長の動きを体験できるものであれば、他の生き物でも構わない。体の動きを表現する際には、児童が自由に動ける環境を作り、声かけや褒め言葉を用いて、楽しみながら活動させる。児童にイメージを持たせるために、例えば、海や草原といった場所やそのポーズになるストーリーを伝え、生き物の動作の場面設定を行う（参照：教師用参考資料）。活動をする際には、音楽を流しながら活動を行うと、さらに有効である。

○「顔と体がちぐはぐな状態」の体験について

【へんしん・へーんしん】の活動の中に、「顔は怒っているけど、体はリラックスしているゴリラ」を体験させる場面がある。心の動きと体の動きが反対のちぐはぐな状態を体験することで、心と体が一体であることに気付かせるのに有効な活動である。

○授業の終わり方について

【へんしん・へーんしん】を行い、児童の気持ちも高ぶることが予想される。最後に、深呼吸を行ってリラックスの状態を感じさせると同時に、心を静めて気持ちの切り替えを行う。また、リラックス動作の後は、次の活動を円滑に行うためにも、終了覚醒動作を十分に行うように指示する。

○授業以外での活用例について

その日の児童の状態によって、朝の会、帰りの会、授業の合間などに10～15分間程度で音楽を聞きながら【リラックスタイム】をとる。寝転がることのできる教室でなくても、椅子に座った状態で深呼吸の動作を取り入れたり、その場にバスタオルや小さめのタオルケット（各自で用意）を敷いて行ったりしても良い。

○参考文献「学校のストレスマネジメント研究」（心の教育総合センター）

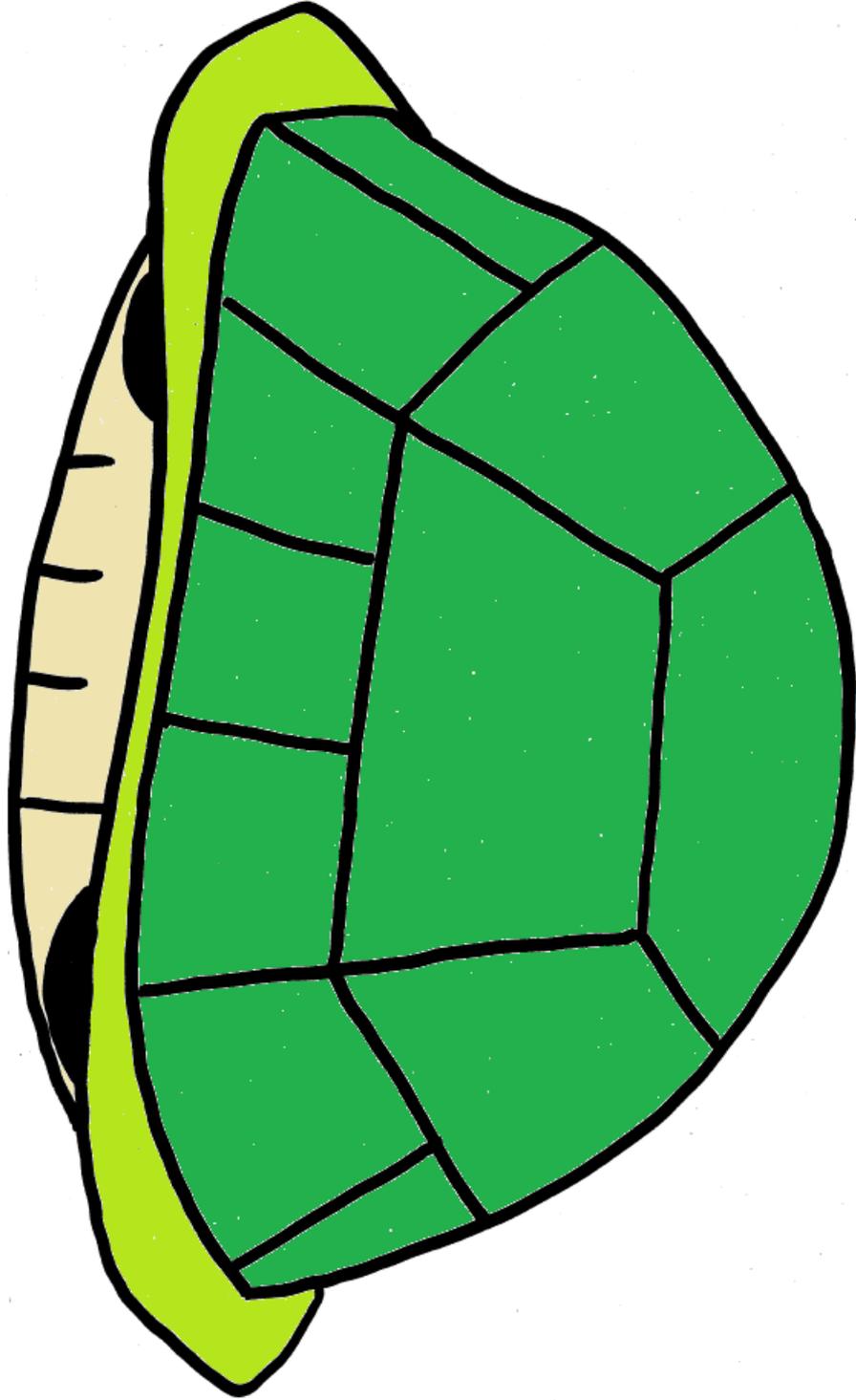
- ・「次は、【へんしん・へーんしん】というゲームをするよ。」
- ・「先生が、今からカードを見せます。その場所で変身して、その生き物になってね。まずは練習。」（鳥や犬などの身近な動物を例に練習する）
- ・「なかなか上手だね。では、本番。先生の話すことをよく聞いて変身してね。」
- ①「【へんしん・へーんしん ねこ】いろいろなねこがいるね。では、こたつの中で丸くなっているねこ、できる？…そうそう。まーるくなったね。じゃあ、けんかしてるねこ、知ってる？（カードを見せながら）こんな風にふんばって体はかちこちで強そうに見せてるよ。しっぽもぴーん。…次は、もう、けんか、やーめた。うーんと伸びをするねこ、気持ちいいねえ。一つ目の変身、大成功。」
- ②「次の変身は、海の中を見てみよう。かたーい背中を持っている生き物ってなーんだ。…そう、正解。かめさん。【へんしん・へーんしん かめ】かめに変身。上手だね。よし、その場で泳いでみよう。ゆったり、ゆったり。…浜辺に上がったら…あれ、ひっくり返されちゃった。ばたばたばた。いたずらっ子が右の足をさわったよ。ひっこめちゃおう。あ、ひっこんだ、ひっこんだ。・・・（左足、右手、左手、顔といろいろな部位を縮めてひっこめたようにさせる）。最後は（絵カードを見せながら）こんな風に全部ひっこめちゃおう。」
- ③「いたずらっ子が行っちゃったよ。（絵カードを見せながら）こんな風に元に戻って、あーよかった。二つ目の変身、大成功。」
- ④「次は草っ原でリラックス。（絵カードの下半分を見せながら）この生き物何だろう？…そう、正解。ゴリラ。【へんしん・へーんしん ゴリラ】ゴリラに変身。だらーんと座ってみよう。あれあれ？（絵カードを全て見せながら）このゴリラ、よーく見ると顔が怒ってるよ。体はだらーんと顔はぷんぷん。よし、やってみよう。…体に力が入っちゃうね。不思議だね。三つ目の変身、大成功。」
- ⑤「次は草っ原で寝てみよう。あーいい気持ち。と、思ったら、わっ、向こうから大きな象がくるよ。大変大変。今度の変身は生き物じゃないよ。（絵カードを見せながら）象に踏まれても大丈夫なかたーい石になろう。象がどんどん来るよ。踏まれないように、硬い硬い石になって。もっともっと。しーんしーん。象に踏まれても大丈夫。四つ目の変身、大成功。」
- ⑥「さあ、目をつぶって、ゆーっくり、息を吐いてね。少しずつ少しずつ、細く、細く息を出してね。出したら吸うよ。吸ったらおなかが膨れるよ。おなかに空気をためてね。そしたら、また、ゆーっくり、細く息を出すよ。おなかが少しずつへっこんできたね。」
「そのまま、足も手もだらーん。今日は、いろんな物に変身して、がんばったね。よくがんばったねって心の中で自分に言ってあげてね。そうしたら、もーっと気持ちよくなるからね。がんばった後はこうやって休もうね。しばらく、ゆーっくり休みましょう。」
（後は音楽のみ）
「では、ゆーっくり起きていきます。まだ、あわてないでね。休んだ後は、少しずつ体を起こしてやります。さあ、足の先だけキュッと力を入れましょう。はい、力を抜いて。次は、手の先だけキュッと力を入れましょう。そうそう。はい、力を抜いて。今度は、体全部に力を送りましょう。元気がわいてきますね。力を送れた人からそっと起きあがりましょう。」

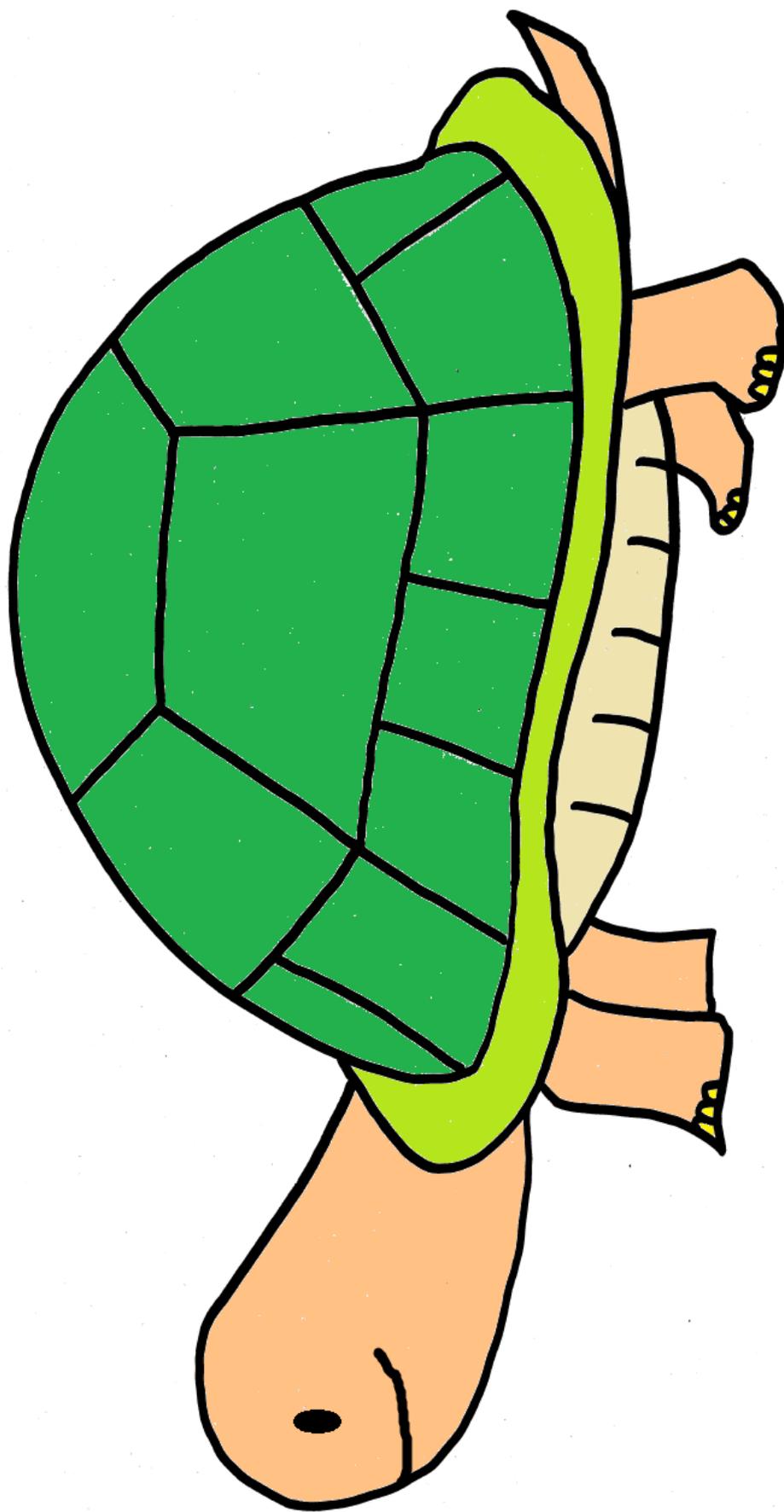


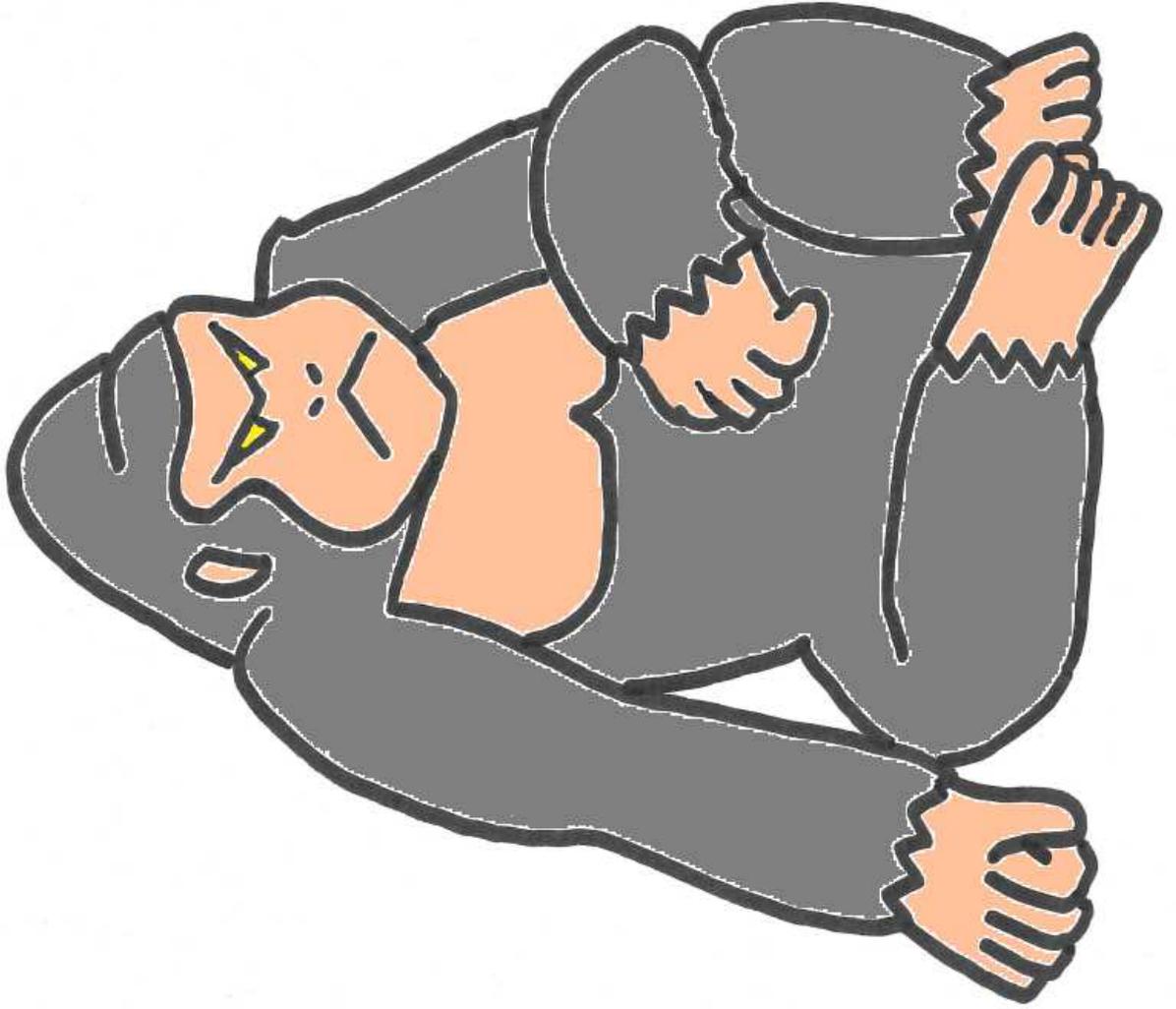


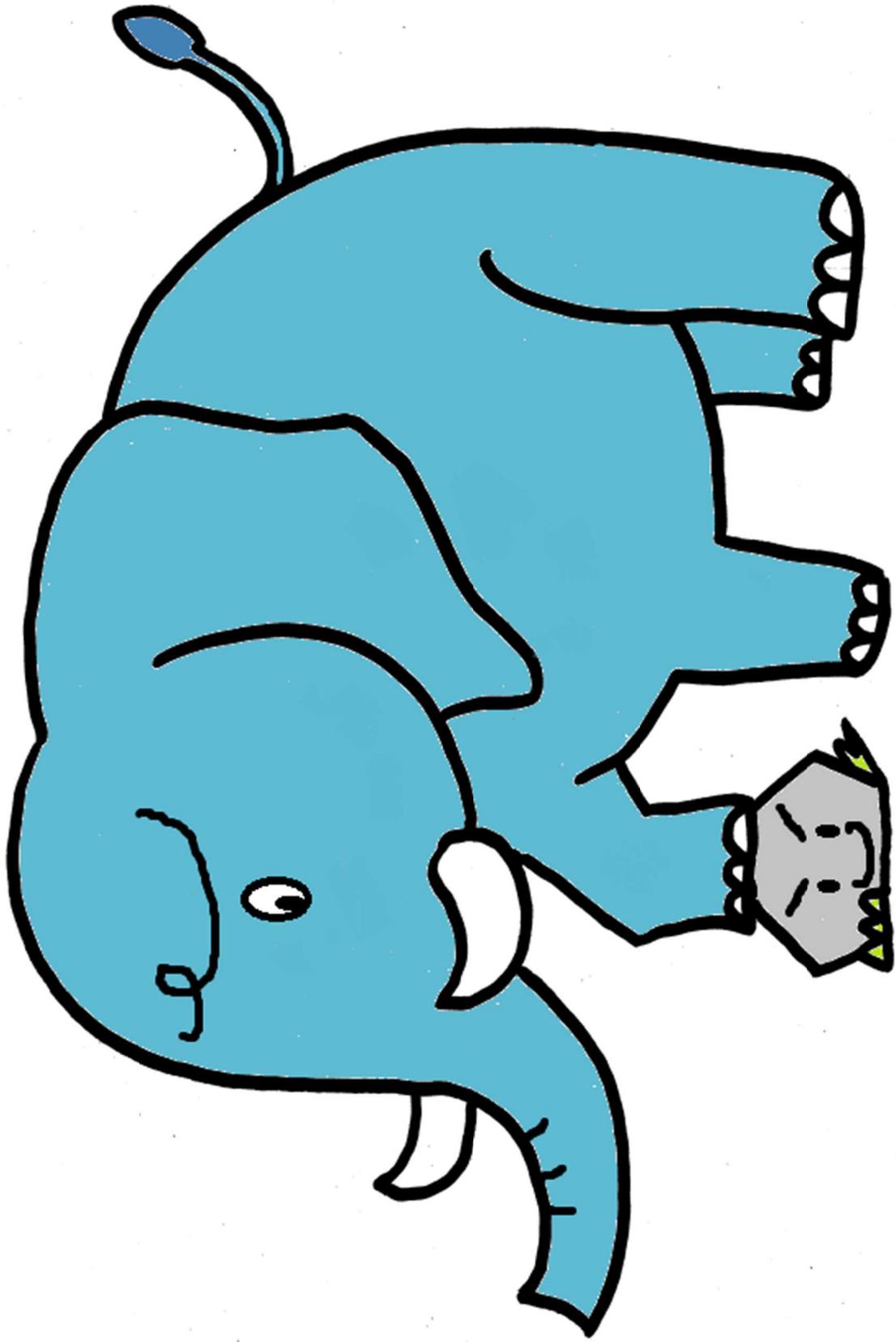












こんなときどうする？

○目標となる資質

セルフコントロール能力、ストレスマネジメント能力、思いや考えの表現力

○指導のねらい

自分の中にある様々な感情に気付き、それを理解し、周りの人が嫌な思いをしないように表現する態度を養う

○準備するもの

場面提示用のカード×グループ数、全体提示用カード

○教育課程、実施時期

特別の教科道徳、特別活動、行事等で時間に追われクラスの雰囲気が落ちつかなくなり始めた頃

○留意点など

イライラやモヤモヤは人間にとって自然な感情の一つであり、イライラ・モヤモヤした感情を起こさせないための授業ではなく、上手に対処するための方法を学ぶ授業であることに留意する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 これまでにイライラしたりモヤモヤしたりしたことについて交流する イライラしたりモヤモヤしたりした時、どうしたらいい？	・それぞれの経験を発表させ、どのように行動したのかを交流する
展開 35分	2 場面を設定したカードを見て、その時の気持ちを考える ・あいさつを無視された場面 ・ろうかでぶつかられた場面 ・傘を間違えられた場面 3 行動の背景にイライラ・モヤモヤがあることを知る 4 イライラした時、モヤモヤした時に、その気持ちを人にぶつけてしまわないように行動するにはどうしたらいいかを知る 「深呼吸を3回する」 「おまじないの言葉を言う」 「手を握ったり開いたりする」 「10秒数える」 5 イライラした時の解消法として、試しに「おまじないの言葉」を言う ・あいさつを無視された場面	・イライラした場面やモヤモヤした場面を設定したカードを準備する ・グループに3種類ずつ配り、それぞれの場面について、人物の表情に注目させてグループで意見を交流させる ・それぞれの場面のその後の展開を話し合わせる ・各グループで考えた行動に「望ましい行動」と「望ましくない行動」があることを押さえる。 ・「望ましくない行動」の背景にイライラ・モヤモヤがあることに気付かせ、その気持ちが自分や相手を傷付けてしまわないようにすることが大切だということを理解させる ・教師からイライラ・モヤモヤのコントロールの例をいくつか示す ・例示したものを教師が実演し、児童にも実際に体験させてみる ・児童がイライラした時やモヤモヤした時に意識して行っている方法があれば発表させ、効果的な方法について共有させる
まとめ 5分	6 授業のふりかえりをする	・イライラしたりモヤモヤしたりした時にどのように行動したらいいか分かったことや体験を通して感じたことについて発表させる

○「イライラしたりモヤモヤしたりしたことについて交流する」について

児童がこれまでに経験した場面を想起させ、イライラしたり、モヤモヤしたりすることがあることを共有し、そのような感情は、誰にでも起こる自然な反応であることを伝える。また、そのように感じることは自然なことであることを示し、自分の中にもそのような感情が起きることがあることに気付かせたい。それぞれが、どのような場面で、どんな気持ちになり、どのように行動したのかを交流し、イライラ、モヤモヤした時に適切に行動することを考える動機付けとしたい。

○「場面を設定したカードを見て、その時の気持ちを考える」について

以下のように場面を設定したカードを用意する。

- ① 挨拶をしたけど、返事がなかった
- ② 休み時間にろうかですれ違いざまに友だちの肩がぶつかった
- ③ 雨の日に誰かが自分の傘を間違えて持って帰ってしまった

それぞれの場面を絵で表したカードを用意し、それぞれの状況について話し合わせる。次に描かれている人物の表情から、人物がどのような気持ちになっているかを考えさせる。人物の思いに共感した後、それぞれの場面で、その後どのようなようになったかを想像し、起こりそうな行動を考える。なお、児童の発達段階やグループ活動の実施状況に応じて、グループで話し合わせる場面を1つに限定したり、人物の感情を全体で共有してから行動を考えさせたりと、具体的に感情やその後の行動をイメージできるよう留意する。

○「イライラ・モヤモヤが行動のもとになっていることを知る」について

それぞれの場面で出てきた行動を板書する等して視覚化する。その際に、望ましい行動としてはいけない行動を分類しながら書くことで、どのような行動が適切かを考えさせ、望ましい対処法を考えるきっかけとしたい。さらに、意図にかかわらず、相手の心や体を傷つけるといった、望ましくない行動の背景にイライラやモヤモヤが基になっていることに気付かせ、「イライラやモヤモヤの気持ちで自分や相手を傷付けないようにできるといいね」と、望ましくない行動を取った後に起こることをイメージさせながら、次に展開していくと良い。

○「イライラした時、モヤモヤした時に、どのように行動したらいいかを知る」について

イライラやモヤモヤというような情動の高まりは、高まり続けるものではなく、しばらくすると減退していくと言われている。よって、行動を起こす前に情動を低減させるための時間を意識的に取らせることが有効となる。そこで、衝動的に行動を起こさせないための例として、教師が「深呼吸を3回する」「おまじないの言葉を使う」「手を握ったり開いたりする」「10秒数える」等を提示する。これらの方法は、時間の経過と共に感情が落ち着いていくとともに、力を入れたり抜いたり緊張と緩和を繰り返すことで、身体的な緊張を和らげ、感情を落ち着かせるというストレスマネジメントの理論に基づいたものであり、効果が期待できる。また、肯定的な言葉を「おまじない」として用いて、出来事への認知を切り替えることで衝動性を抑えるという方法も有効である。他にも、「みんなはどんな方法をやってるの?」と児童に投げかけて、児童の発案から効果的な方法を一緒に考えてみるのも良い。

○「イライラした時の解消法を試しにする」について

「挨拶をしたけど、返事がなかった場面」を再現して、前段階で学習した「おまじないの言葉を使う」を実際にやってみる。例えば「おまじないの言葉」として「まあいっか」という言葉を紹介し、それを実際にロールプレイで言わせることで、どのような気持ちになるかを実感させたい。他にも「深呼吸を3回する」等を試してみても良い。また、児童が提案した方法でやってみるのも良い。実際にやってみることで、自分の身体的、心理的な緊張が解け、イライラやモヤモヤが軽減される体験をさせたい。

○「授業のふりかえりをする」について

イライラした時やモヤモヤした時に、実際にどの方法を試してみたいかを考えさせることで、日常生活の中で活用できるように振り返りを行う。なお、本授業案で示した場面例は考えやすさを考慮して、比較的「まあいっか」と受け流しやすい事例を扱っている。しかし、実際の日常場面では、「まあいっか」で済ますことができない場面も多くある。その際には、誰かに相談したり助けを求めたりするなどして、適切に対処すべきことがあることを知らせ、判断することの大切さについても伝えたい。

○本授業実施後の展開例

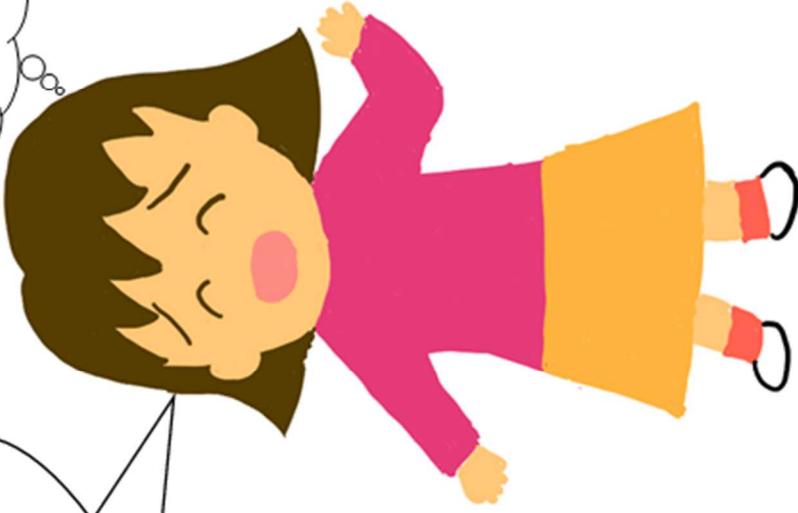
実際の学校生活でイライラやモヤモヤが原因で望ましくない行動を取った場合に本授業を思い出させ、衝動のコントロールを児童が対処術として習得できるよう、適宜教師が声かけを行う必要がある。また、衝動性をコントロールした後の行動の在り方を考えさせるために、本授業後に本プログラムの「わたしのまわりには・・・」を実施することで、自分の周りにある援助資源に目を向けさせ、適切に相談・支援を求める力の育成を図ることで、より高い効果が期待できる。

資料

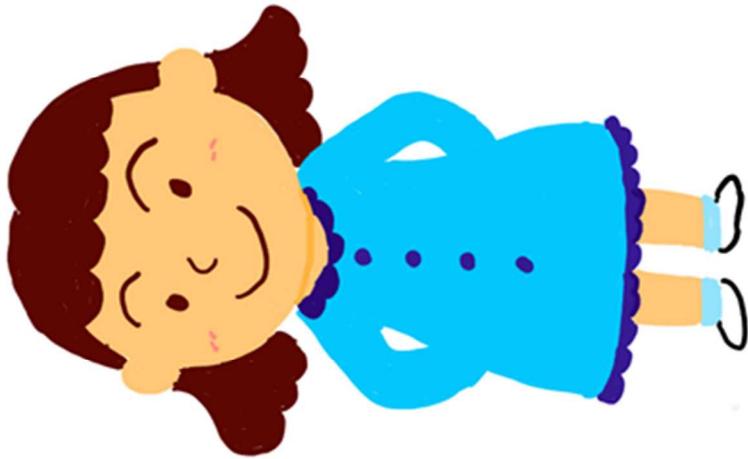
○「イラスト版 子どものアンガーマネジメント 怒りをコントロールする 43 のスキル」

(一般社団法人日本アンガーマネジメント協会監修)

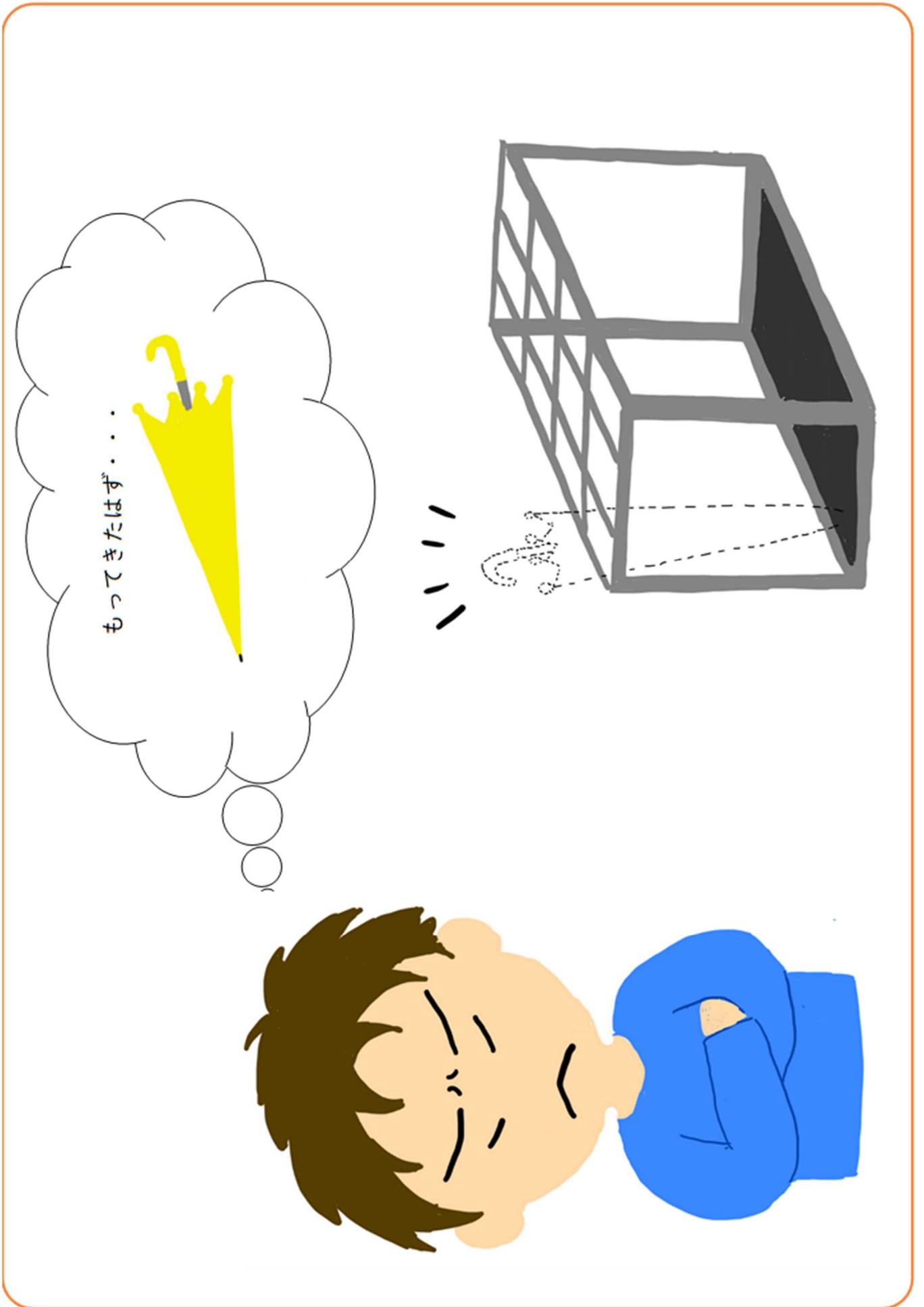
あれっ？



おはよう！







自分の木

○目標となる資質・能力

自尊感情・自己効力感、思いやり・他者理解

○指導のねらい

自分の木を見つけて、お互いに紹介し合う活動を通して、自分を他者の視点から見つめ直して自分の存在を肌で感じさせ、自尊感情や思いやりの心を育む

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、遠足や宿泊行事などでも行える

○留意点など

屋外での活動なので、安全に行えるように十分留意すること

展開例		学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1	本時の目標を知り、学習の見通しを持つ	・屋外の活動のルールをしっかりと伝達する
じぶんの木をさがそう！			
展開 35分	2	活動を行うための準備を行う ・目を閉じて、聞こえる音に集中する ・素足になり、地面の感覚を確かめる	・何の音かではなく、どんな音かを聞かせる ・何を踏んだかではなく、どんな感じであるかを確かめさせる
	3	「自分の木」を見つける活動を行う 見つけたらその木をじっくりと見つめ、ワークシートに記入する	・危険な場所や、他人に迷惑をかける場所に行かないように注意を促す ・集合時間と場所を守らせる
	4	ペアになり、お互いの「自分の木」を紹介し合う	・木の種類や生えている場所などは言わないようにする
	5	ペアの相手の「自分の木」を探しに行く	・当てることが目的ではないので、すぐに正解を教えてあげて、木の紹介に時間を取るよう指示する
まとめ 5分	6	本時の学習を振り返り、感想を発表する	・自分の木も、友だちの木も大切であるように、自分も友だちも大切な存在であることを教示する

参考

○本時のねらいについて

自然とのふれあいの中で、自然と自分を一体化させ、客観的に自分を見つめ直す経験と、友だちに語り、共有する経験をすることで、自尊感情と思いやりの心を育むことをねらいとしている。低学年を対象としているが、中学年や高学年の宿泊行事などで実施することも想定している。

○「活動を行うための準備を行う」について

「自分の木」を見つけるために、まずは気持ちを落ち着かせる。五感を研ぎ澄まし、自然との交流を通して自分を見つめるために、普段は気にしない自然界の音や、肌触り、暖かさ、冷たさ、堅さ、柔らかさ等を感じさせる。素足になるので怪我のないように十分留意すること。他にも、芝生の上に大の字で仰向けになってみたり、海や花畑の近くならば目を閉じて香りを感じてみたりしてもよい。

○『自分の木』を見つける活動を行うについて

なんとなく自分と似ている、親しみがあると感じられる木を探させる。移動しても良い範囲、集合場所、集合時間、トラブルがあったときの対処法などを事前に確認し、安全には十分に留意する。「自分の木」がどうしても見つからない児童には、「自分が好きだと思う木でもいいよ」や「自分が木になるとしたらどの木になりたいかな」などと声をかけ活動を促す。見つけたら、その木をじっくり見つめながらワークシートに記入させる。

○「ペアになり、お互いの『自分の木』を紹介し合う」について

ペアをつくり、記入したワークシートを使ってお互いに「自分の木」の説明をする。その木の特徴や、「自分の木」だと思った理由について説明させ、木の種類や場所は言わないようにさせる。

○「ペアの相手の「自分の木」を探しに行く」について

4の説明を元に、ペアの相手の「自分の木」をペアで探しに行く。当ててもらった児童が相手をその場所まで連れていき、どの木かを当ててもらおうようにする。当てる児童には、なぜその木だと思ったのか理由も付け加えさせるとよい。当てることが目的ではなく、「自分の木」をお互いに紹介し合い、尊重し合うことが目的なので、1つ答えて間違えたら正解を言わせるようにするとよい。時間があれば、「自分の木」のスケッチをさせて、教室掲示等で紹介し合えるとよい。

資料

参考文献 「心の健康教育プログラム」

じぶんの木をさがそう

ねん くみ 名まえ：

1 この木を「じぶんの木」とおもった、りゆうはなんですか？

2 「じぶんの木」はどんな木ですか？

「じぶんの木」の大きさは？

「じぶんの木」のかたちは？

さわったり、においをかいだりすると、どんなきもちになりますか？

「じぶんの木」はあなたになんていっていますか？

「じぶんの木」になんていってあげたいですか？

小学校

あいてのきもちをかんがえよう

○目標となる資質・能力

思いやり・他者理解、コミュニケーション能力、思いや考えの表現力

○指導のねらい

感情による表情の変化を体験的に学ぶ活動をとおして、表情によって相手の気持ちを
感じようとする態度を育む

○準備するもの

「きもちさん」グッズ（ボード、顔のパーツ）×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

表情を豊かに表現できるように、温かい雰囲気づくりを心掛ける

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 どんな「きもち」があるのかを考え、本時の学習について知る	・どの「きもち」も大切な気持ちであることを伝える
	あいてのきもちをかんがえよう！	
展開 35分	2 「うれしいとき」「かなしいとき」「おこったとき」の場面を想起し、それぞれどんな顔になるのかを考えて、「きもちさん」を作る	・「きもちさん」グッズを配り、福笑いのように、3つのそれぞれの表情を順番に作らせる ・適宜、個別に支援をする
	3 作成したそれぞれの表情を見て、どんな特徴があるのかを発表する	・実物投影機等を使って、児童が作った「きもちさん」を見せるとよい ・気持ちが変わると表情も変わること気付かせる
	4 それぞれの表情の顔を試みる	・鏡を使って自分の顔を確認させてもよい
	5 ペアで「きもちクイズ」を行う	・ペアにしてお互いに表情から気持ちの当て合いをさせる
まとめ 5分	6 本時をふりかえり、感想を発表する	・表情を見て相手の気持ちを感じ取ろうとする意欲を高めるようにまとめる

○「どんな『きもち』があるのかを考え、本時の学習について知る」について

本授業案は、福笑いの道具である「きもちさん」グッズを使った活動をとおして、表情から気持ちを感じ取ろうとする態度を育むことを目的としている。最初に、「きもち」にはどんなものがあるのかについて児童に自由に発表させ、色んな気持ちがあること、どの気持ちも大切なものであることを伝える。その上で、多くの「きもち」がある中から、今日は「うれしいとき」「かなしいとき」「おこったとき」の3つの感情と表情について考えていくことを知らせる。

○「どんな顔になるのかを考えて、『きもちさん』を作る」について

「うれしいとき」「かなしいとき」「おこったとき」はどんな時か、どんなことがあった時にその気持ちになるのかについて児童に問いながら、具体的な場面を想起させる。その上で、「きもちさん」グッズでそれぞれの表情を作らせるようにする。

例 「うれしいとき」— 褒められた時、賞がとれた時

「かなしいとき」— 喧嘩した後、怒られた時

「おこったとき」— 喧嘩した時、物を取られた時、叩かれた時 など

○「作成したそれぞれの表情を見て、どんな特徴があるのかを発表する」について

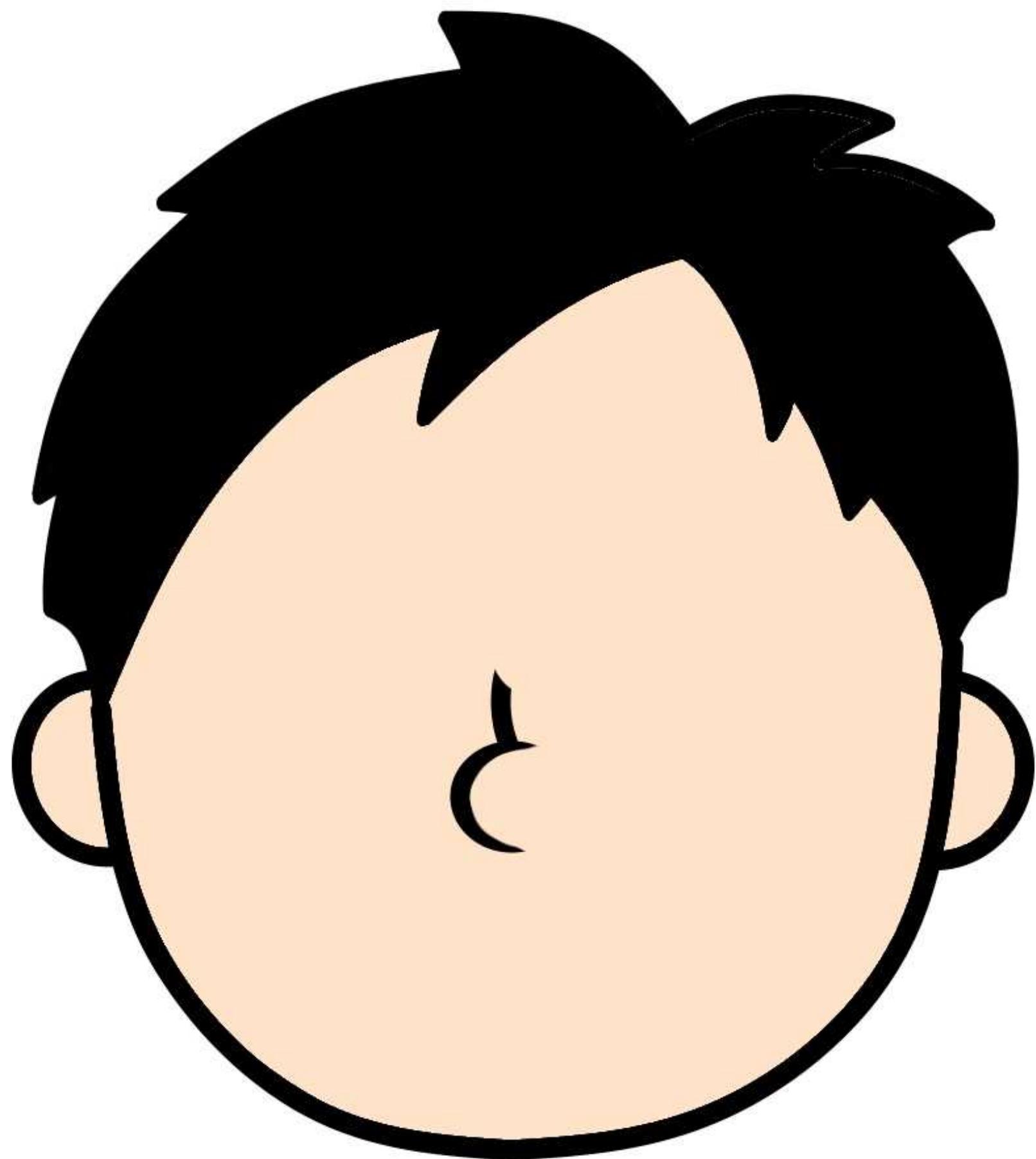
「口が上がっている」という発表だけでは、聞いている児童にとっては理解しづらいので、実物投影機やタブレットPC等を用いて実物を投影したり、拡大した「きもちさん」ボードを使って実際に児童に操作させながら発表させたりするなど、視覚的に理解しやすい環境を整えておくとよい。「そうだね。怒ったときは目がつり上がっているみたいだね。じゃあ、みんなでやってみようか。せーの！」というように、表情ごとにその表情をみんなでやってみるようにして展開していくとよい。可能であれば「ちょっとうれしいとき」「すごくうれしいとき」と強弱をつけて表情を作らせることができると、より深い理解に繋がる。

○「ペアで『きもちクイズ』を行う」について

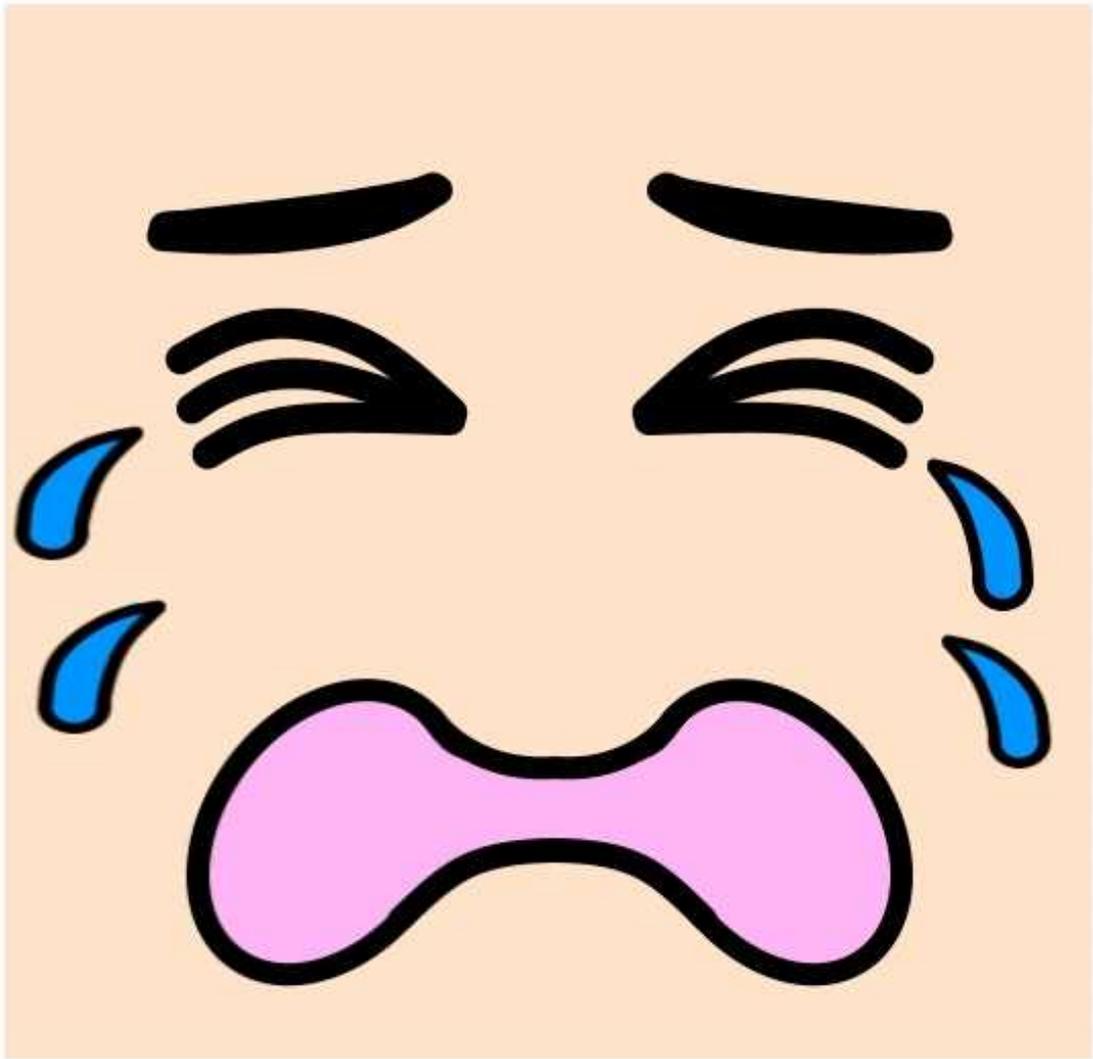
ペアを組み、片方の児童に3つのうちのどれかの表情をさせ、もう片方の児童にその気持ちを当てさせる「きもちクイズ」を行う。ペアで行うことが難しいようなら、教員が出題者になって全員に向けて出題し、児童に正解を発表させてもよい。また、可能ならば、「その表情の子に何て声を掛けてあげればいいのか」と問いかけ、その言葉を実際にペアの相手に言わせることができると更に内容が深まる。

○授業後の展開について

児童が作成した「きもちさん」ボードを教室に掲示するなどして、授業以外の時間でも表情と気持ちへの関心が持続できるような工夫ができるとよい。理解が深まったら、友達が「かなしいとき」、どうすれば「うれしいとき」の表情になるのかについて考えさせたり、表情以外（「しぐさ」「声の大きさ」など）にも相手の気持ちを察するための方法があることを伝えたりするなど、児童の様子や理解度に応じて更に展開していけるとよい。









うまく仲間に入ろう

○目標となる資質・能力

コミュニケーション能力、思いや考えの表現力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

ロールプレイを通じて、仲間づくりをするときに必要な言葉や表情について考えさせ、主体的に仲間をつくろうとする態度や、それを受け入れようとする態度を育む

○準備するもの

○教育課程、実施時期

特別活動、年度初め

○留意点など

安全に行えるように、環境に配慮すること

展開例		学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1	本時の目標を知り、学習の見通しを持つ	・たくさんの友だちをつくりたいという動機を高める
なかまにはいろう！			
展開 30分	2	「クマとあなぐら」ゲームをする	・心と体の安全を守りながら活動するように留意する ・仲間に入れて欲しいと来た友だちは、仲間に入れてあげて伝える
	3	どんな風に言われたら嬉しいかを考える ①相手に近づく ②相手を見る ③聞こえる声で言う ④笑顔で言う	・「クマ」「あなぐら」のそれぞれの立場で児童に考えさせ、発表させる ・意見を左記①～④のようにまとめて、児童に伝える
	4	3①～④を意識させてもう一度「クマとあなぐら」ゲームをする	・意識している児童を褒め、動機を高める
まとめ 10分	5	本時の学習を振り返り、感想を発表する	・主体的に仲間に入れてもらうスキル、それを受け入れる思いやりの態度として日常に繋げられるようにまとめる

参考

○本時のねらいについて

仲間に入りたいと思ったときに、自分から「仲間に入れて」と主体的に声をかけること、声をかけられたら「いいよ」と気持ちよく受け入れてあげることが、ゲームを通じて経験させ、コミュニケーション能力や、思いや考えの表現力、思いやりの心等を育む。

○「クマとあなぐらゲーム」について

3人組になりジャンケンをする。負けた人は、他の2人がつかない手の中に入る。2人が「あなぐら」役、中に入った人が「クマ」役となる。教師が「クマ」とコールしたら、「クマ」の人は他の「あなぐら」に移動する。空いている「あなぐら」を見つけたときに「クマ」役の人は「入れて」と声をかける。声をかけられた「あなぐら」役の人は「いいよ」と答える。今度は、教師が「あなぐら」とコールする。反対に「あなぐら」役の人が「クマ」を探し「入って」と声をかける。「クマ」役の人は「いいよ」と言って中に入る。教師が「嵐が来た」とコールすると、「クマ」役の人も「あなぐら」役の人も全員が入れ替わり3人組になる。

輪の中に入るときに声をかけること、そしてそれに答えることがポイントとなる。教師が「クマ」となって「あなぐら」に入るとコール役が交代できる。

○「どんな風に言われたら嬉しいかを考える」について

「入って」「いいよ」という言葉の言い方を考えさせ発表させる。展開例にある①～④にまとめられるように、援助しながら意見を出させるようにする。中学年以上で行うときは「どんな風に言うと相手が嬉しいと思うか」と、相手の立場に立たせる問いにすると効果が高まると思われる。

○「もう一度『クマとあなぐら』ゲームをする」について

展開例3の①～④を意識させて再度実施する。別の組み合わせとなるように3人組を組み直してもよい。教師はできるだけ多くの児童に近寄り「いい笑顔だね」「しっかり相手を見て言えたね」「大きな声で言えたね」などの声をかけ賞賛し、主体的に声をかけること、それを快く受け入れる行動の動機を高めていく。

○「本時の学習を振り返り、感想を発表する」について

児童に感想を発表させる。「楽しかった」ではなく、展開例3の①～④を加味した声のかけ方をされてどう思ったかを話させるようにする。その後、ゲームで感じた「嬉しさ」や「気持ち良さ」を確認した上で、生活場面に生かせるようにまとめる。ゲームでの体験と日常体験とを児童自身で結びつけることが大きなポイントであり、日常の仲間づくりの場を想起させたり、または簡単なロールプレイを行ったりするなどの工夫をする。

資料

参考文献 「心の健康教育プログラム」

いっしょに遊ぼう

○目標となる資質・能力

思いや考えの表現力、コミュニケーション能力

○指導のねらい

友だちを誘うためのスキルの習得と、実際にだれにでも声をかけられるように練習を行うことで、実践的態度の育成を目指す

○準備するもの

絵カード

○教育課程、実施時期

特別活動、年度当初の関係づくりや落ち着いた生活が難しくなってきた時期

○留意点など

小学校低学年という発達段階を考慮して、ロールプレイで適切に相手の気持ちを理解するための支援として、チームティーチング（TT）で行うことが望ましい

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 10分	<ol style="list-style-type: none"> 絵カード（遊びに入れずに一人ぼっちでいる子）を見て、一人ぼっちの子がどんな気持ちかを考える ひとりぼっちの子に気付いたときどのような言葉をかけたらよいかを考える 	<ul style="list-style-type: none"> 絵カードを参考に、一人ぼっちの子がどんな気持ちか考えさせる 「仲間への誘い方」が集団生活の中で、進んで人と関わるために大切であることに気付かせる
「いっしょにあそぼう」とさそってみよう		
展開 30分	<ol style="list-style-type: none"> どんな誘い方がいいか考える <ul style="list-style-type: none"> T1 が誘う役、T2 が誘われる役となって「いっしょにあそぼう」と誘う どんな誘い方がいいかを考える どんな言葉で誘ったら良いかを考える 友だちに誘いを断られる場合を考える <ul style="list-style-type: none"> 誘いを断られる場面について考える 断られたときの対応について考える いっしょに遊ぼうと誘ってみる <ul style="list-style-type: none"> 休み時間に運動場で縄跳びをして遊んでいるときに、入りたそうな子がいるとき 教室で寂しそうに一人でいる子がいたとき 	<ul style="list-style-type: none"> T1 と T2 で行った実演で出てきた言葉や誘い方を板書で整理し、どんな誘い方がいいかを考えさせる。その際には誘う言葉や近付き方、表情、声の大きさ、仕草等に注目させる 相手の気分が乗らないときや体調が悪いとき、他にしたいことがあるとき等、相手にも都合があることを提示し、断られたときにどう対応したら良いかを考えさせる ロールプレイを行う際には言葉や誘い方の効果を確かめさせる 一人ぼっちの子、声をかける子、遊んでいる子に役割を分け、遊んでいる子が声をかけている子の様子を見てアドバイスをするようにする
まとめ 5分	<ol style="list-style-type: none"> 本時の学習を振り返り、感想を伝え合う 	<ul style="list-style-type: none"> 友だちに誘われたときの気持ち、友だちを誘ったときの気持ちを振り返り、感想を伝え合う

参考

○授業実施時の配慮について

学級の実態を観察し、孤立しがちな児童や友だちと関わるのが苦手な児童に十分配慮しながら授業を行う。低学年という発達段階上、思ったことをすぐに口に出してしまうことがある。もし、特定の児童を中傷する言葉が出た場合、言葉を受けた児童の気持ちを全員で考えさせることで、より効果の高い実践としたい。

○「どんな誘い方がいいかを考える」について

教員の実演の際は、良い誘い方と悪い誘い方の例を提示しやすいため、チームティーチングで行うことが望ましい。ただし、チームティーチングの教員がいない場合は、相手役の児童を選んでおき、リハーサルを実施しておく。その際には、担任が遊びに誘う方を担当するなどの配慮を行う。児童がロールプレイを行う前に、授業者が良い例と悪い例を示し、どこが良くて、どこが悪いのかを児童に考えさせ、全体で共有しながら始める。「遊びに誘う場面」を考える際には、言葉も大事であるが、表情や口調といった非言語的側面にも気を付けさせる。

うれしい誘い方

- ・相手の近くで
- ・相手の目を見て
- ・相手に聞こえる声で
- ・笑顔で、やさしく

うれしくない誘い方

- ・遠く離れたところから
- ・相手から目をそらして
- ・相手に聞こえない小さな声で
- ・怒った顔で、きつく

○児童のロールプレイについて

小学校低学年という発達段階から、与えられた役割でロールプレイをすることが難しく、活動中に困ってしまう児童がいると考えられる。事前にグループで誘う言葉について考えさせたり、最初の言葉をあらかじめ決めておいたりするなど工夫が必要である。ロールプレイを行わせる際には、T2と協力して適切な支援を行うようする。

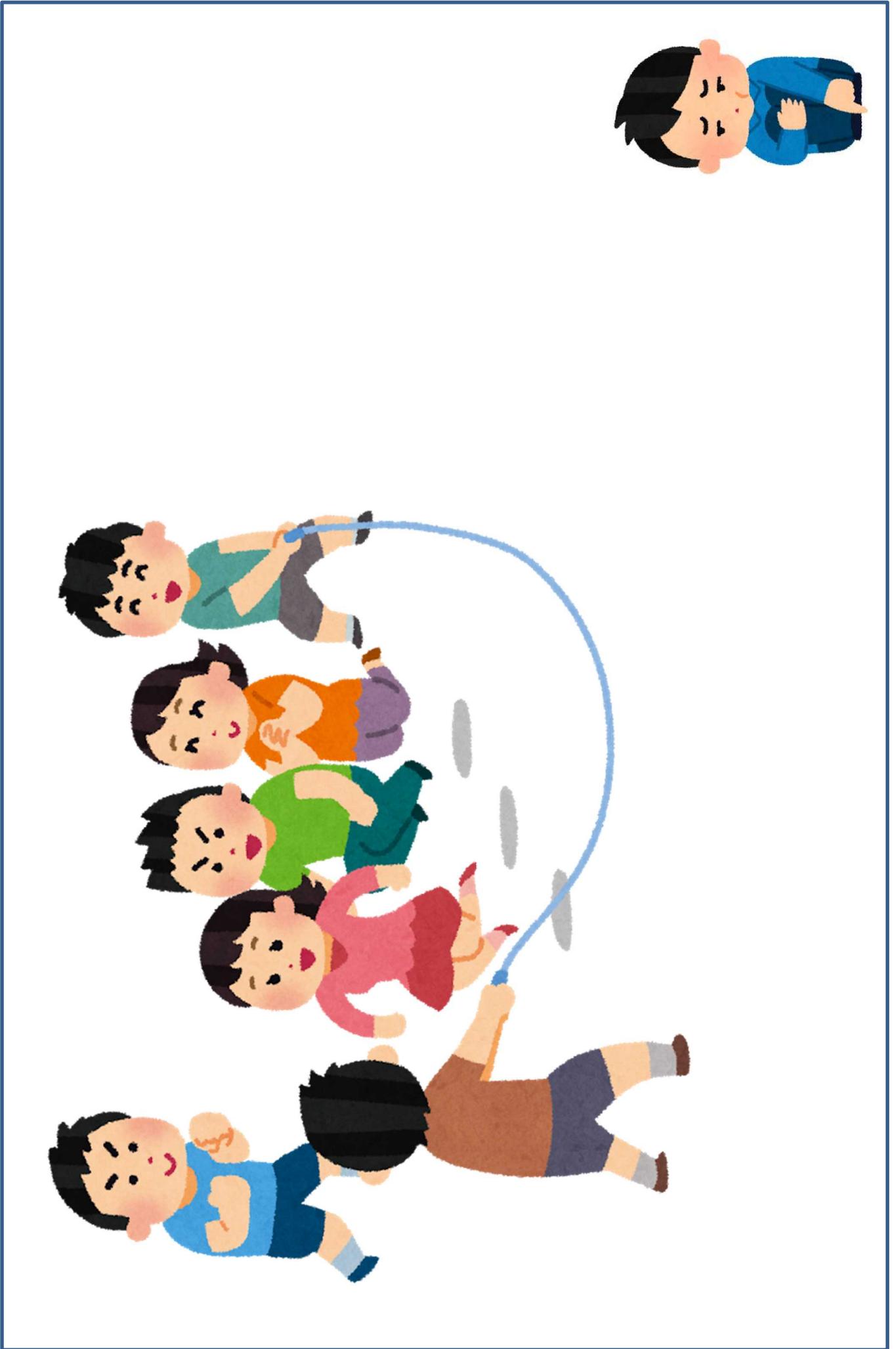
○「友だちの誘いを断る」ことについて

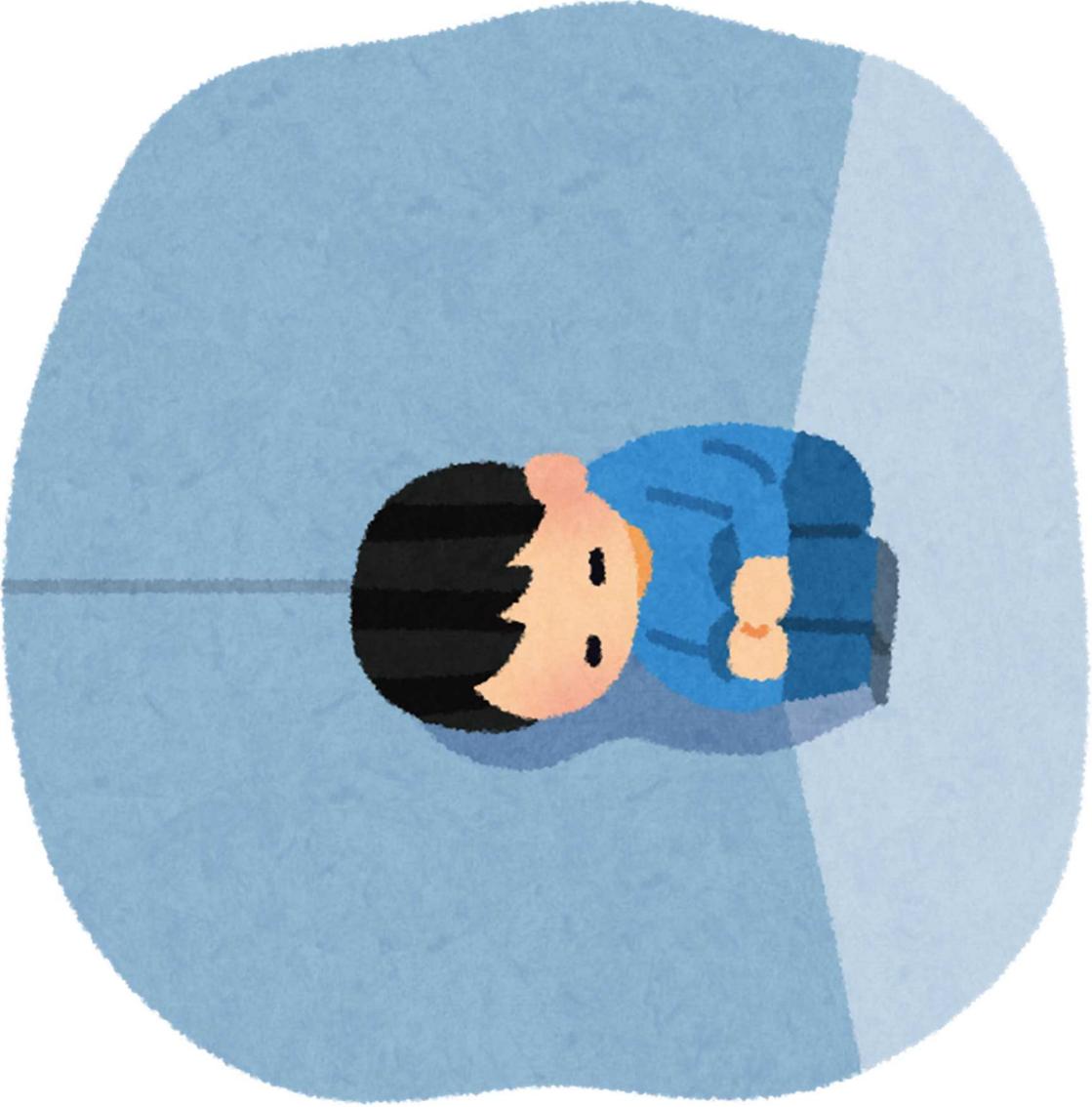
気分が乗らないときや体調が悪いとき、他にしたいことがあるとき、本当に嫌なときには断ることも必要である。誘う方には、適切にお願いしても断られることがあることを理解させる。誘われた方も「ごめんね。」と理由をいって断るとよいことを伝える。

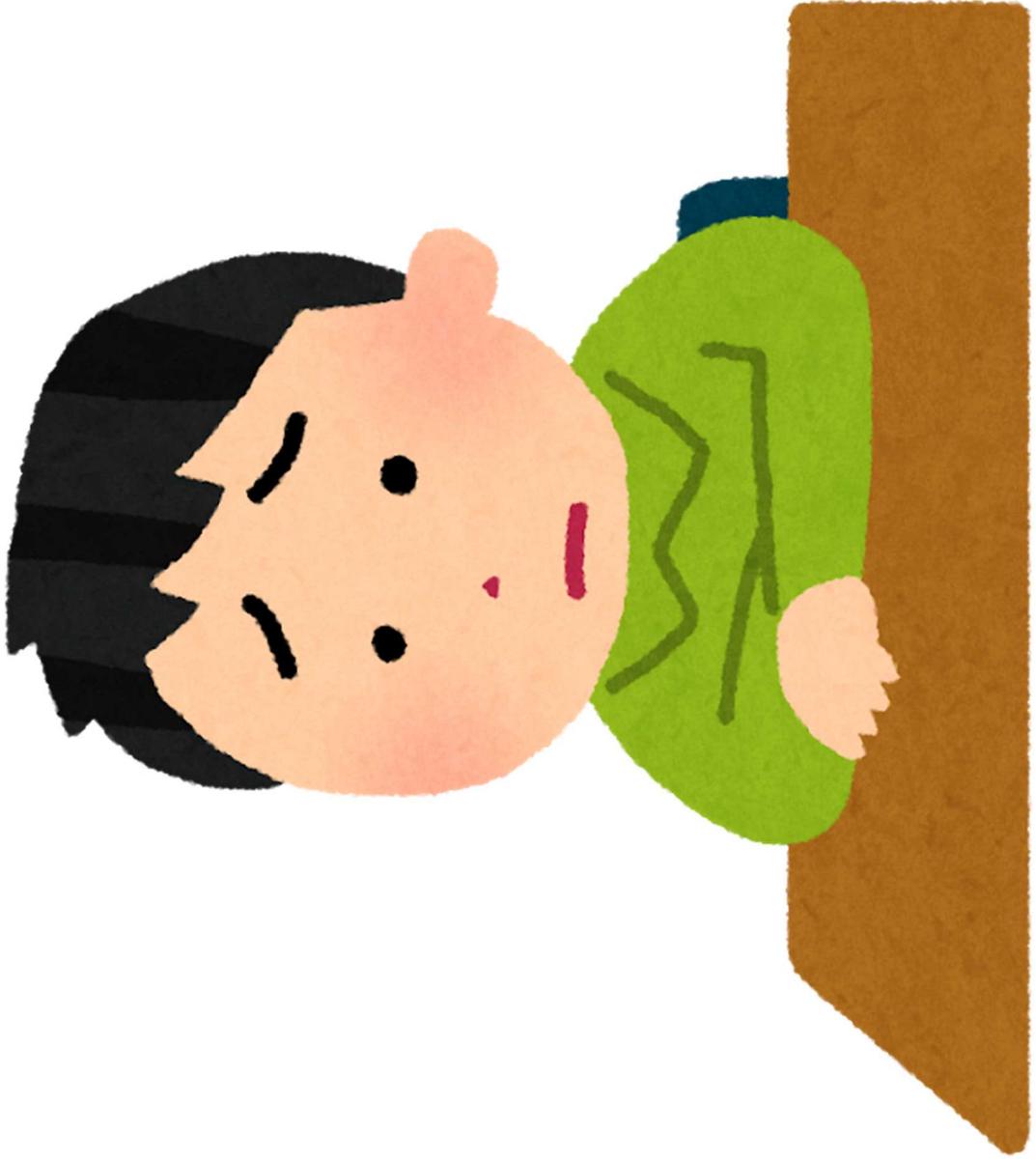
「いっしょに遊ぼう」と誘うロールプレイでは、「誘いを断られる場面」、「誘いを断る場面」を教員が実演して示せると良い。

○授業後の展開について

休み時間に児童が遊んでいる場面や終わりの会の児童の言葉で仲間を誘う言葉ができていた場合は褒め、全体に知らせることでスキルを一般化させていくことが大切になる。







○目標となる資質

自治集団づくりに資する力、仲間づくり・絆づくりに資する力、コミュニケーション能力

○指導のねらい

グループで試行錯誤しながら合意形成を図ろうとする体験をとおして、子どもたちが自らの力で思考・判断・行動できる能力を育もうとする態度を養う

○準備するもの

用紙、ものさし（または長い棒）、ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、学期はじめや行事の前等

○留意点など

問題解決型のグループワークを実施するため、子どもたちが試行錯誤しながら取り組めるよう、教師はファシリテーター役として活動の様子を観察した上で、適切にフィードバックを行うこと

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 本時の学習を知り、見通しを持つ	・「紙を使って、世界一高いタワーを作る」等、児童が主体的に取り組めるよう、活動への興味付けを行う
世界一高いタワーをつくらう		
展開 35分	2 ルールを確認して、個人で挑戦する	・タワーを作る際のルールを確認し、個人で取り組ませる
	3 グループに個人で作成したタワーを見せ、工夫したところと難しかったことを共有する	・グループで個人のタワーを見せ合い、工夫した点や難しかった点を発表させる ・仲間のタワーのすごいところについて感想を伝えさせる
	4 グループで協力してもっと高いタワーを作るための作戦会議をする	・「世界一高いタワーはまだ作られていない」等、場面を設定し、グループでさらに高いタワーを組み立てることを伝える ・作戦会議のルールを伝え、組み立てるタワーのイメージをグループ内で共有させる
	5 グループでタワーを組み立てる	・教師はファシリテーター役として、子どもたちが十分に活動できているかという視点で観察を行う
	6 グループで組み立てたタワーに名前を付け、工夫したところと難しかったところを話し合う	・グループで組み立てたタワーの名前を考えさせ、工夫した点や難しかった点を話し合わせる ・教師は各グループのタワーの高さを計測しながら、話し合いの様子を観察する
	7 全体に発表する	・話し合った内容とタワーの名前を発表させる ・教師は観察したことや発表内容をもとに活動の様子についてコメントする
	まとめ 5分	8 学習を振り返り、感想をワークシートに記入する

○「問題解決型グループワーク」について

問題解決型のグループワークでは、活動そのものではなく、課題発見→合意形成・役割分担→問題解決→振り返り→新たな課題への気付きというプロセスを大切にしたい。そのため、課題となるグループワークは発達段階に応じて、様々な課題が考えられる。例えば、図工等で出た画用紙の端材を用いて、テーマに沿ったもの（「四本足の動物」「見たこともない生き物」等）を作らせる、あるいは〇m飛ぶ紙飛行機を〇機作らせるなど、発達段階や学級の様子、子どもたちの興味・関心に合わせて工夫されたい。いずれの活動についても、子どもたちが主体となって活動を進められるよう、教師がやり方を教えるのではなく、ファシリテーターとして子どもたちの声に耳を傾け、つぶやきを拾いながら活動の雰囲気づくりに徹し、先述したプロセスを主導しながら行うことが大切である。

○「タワーを作る際のルール」について

タワーを作る際のルールは児童の発達段階によって適宜変更する。基本形は、①ノリやテープを使わない、②紙を切ったりちぎったりしない等、必要最低限とするが、子どもたちに試行錯誤させるという視点から、あらかじめ使用する紙の枚数を制限しても良い。また、環境設定として、安全配慮の観点から「椅子の上に立たない」「他の人のタワーに触れない」等、学級の状態によってあらかじめ安全面について確認をし、子どもたちに知らせておく。

○「個人で挑戦する」について

その後の作戦会議で全員が意見を出し合えるよう、個人で試行錯誤する時間を取る。その後、グループでの話し合いをすることから、あらかじめグループの形を取らせておくこと。その際、教師は確認したルールが守られているか等、次の活動に生かすという視点で確認・支援を行う。そのため、積極的に声かけを行うが、個人で工夫したところや難しかったところについて考えられるよう、積み上げ方に対して評価をしたりアドバイスをしたりしないよう留意する。

○「工夫したところ難しかったこと」について

活動の中で実感した試行錯誤した部分について、「相手に伝えたい」ことについて焦点化する。「工夫したところ」は自分が試行錯誤して上手くいった部分、「難しかったこと」は試行錯誤したが上手くいかなかった部分について話すことになる。その際、仲間のタワーの工夫について真似てみたいと思ったところを発言したり、ワークシートに書かせたりして共有させる。

○「作戦会議のルール」について

「より高いタワーを作りたい」という意欲付けを行い、そのための「作戦会議」という位置付けを大切にしたい。作戦会議では、①全員が同じくらい発言をする、②相手の意見を批判しない等、合意形成を図りながら問題解決に当たる経験を積ませることで、自治集団づくりに資する力の育成を促したい。また、タワーを組み立てる上での役割にも注目させ、「指示をする係」「紙を折る係」「積み上げる係」「時間を測る係」など必要な役割や、役割を決めて積み上げる、全員が順番で積み上げるなどの作戦を考えさせたり、あらかじめ例として提示したりすることで、作戦会議をより主体的に取り組ませることができるよう工夫する。その際、ワークシートに話し合いの中で「なるほど」と思ったことを書き留めたり、タワーの完成図を書いたりすることで、タワーの組み立て方や完成イメージをグループ内で共有させることが重要である。

○「グループでタワーを組み立てる」について

話し合いで共有されたタワーの完成イメージを元にグループでタワーを作らせる。その際、教師はファシリテーター役として、時間管理とルールや安全への配慮を行う。また、グループで工夫が見られる点（「〇〇さんがグループのみんなに声をかけている」「役割分担をしてタワーを作っている」「順番を決めて紙を積み上げている」「柱を六角形にしている」「仕切紙を入れて積み上げている」等）について、積極的に声かけを行い、その後のグループでの話し合いで振り返るための視点について適宜グループに知らせていく。ファシリテーター役として振り返るための視点の例としては、「全員が参加できているか」「学級やグループで決めたルールを守っているか」「意見を出し合いながら楽しく活動しているか」「一人一人の役割の必要性を共有できているか」「みんなが楽しめるよう自分の役割を果たそうとしているか」「励まし合ったり注意し合えたりする人間関係ができているか」「安心して活動できたり助け合ったりする活動ができているか」など、学級の様子や発達段階に応じて望ましい活動の姿をあらかじめ教師が設定しておくようにする。

○「グループでタワーに名前を付け、話し合う」について

グループで活動を振り返るとともに、完成したタワーに名前を付けることで達成感を味わわせたい。完成したタワーは教師が計測を行い、話し合いの様子も合わせて観察する。計測については、発達段階に応じて、長い棒に印を付けて高さを確認したり、計測した長さを黒板に書いたりして、子どもたちに知らせる。知らせるタイミングについては、その場で伝える、その後の全体発表で伝える等、工夫されたい。

○「全体に発表する」について

グループで話し合った「工夫したところ」「難しかったところ」「タワーの名前」とその理由について、発表させる。その際、発達段階に応じて、教師が質問する形で発表させる、話型を準備して発表させる等、スムーズに全体に共有できるよう配慮する。教師は子どもの発言を認めながら、グループで工夫した点について補強する。特に自治集団づくりの視点として合意形成のプロセスに有効であった役割や発言については全体に知らせることが重要である。

○「学習を振り返る」について

問題解決型のグループワークを通じて、考えたことや思ったこと、実感したことについて振り返らせたい。その際、「一緒に一つのことに取り組んだけど、一緒にするとき大切なことって何だろう」と子どもたちに投げかけ、「楽しかった」「次もやってみたい」だけでなく、今後の集団活動に役立てられるよう、ワークシートに記述させる。

資料

- 「楽しく豊かな学級・学校生活をつくる特別活動 小学校編」（文部科学省）
- 「コミュニケーションと人間関係づくりのためのグループ体験学習ワーク」（鯖戸善弘）
- 「クラス全員がひとつになる学級ゲーム&アクティビティ 100」（甲斐崎博史）

みんなでちょうせん!

ねん くみ ばん 名まえ

- 1 やってみて「くふうしたところ」と「むずかしかったところ」を書きましょう。

「くふうしたところ」

「むずかしかったところ」

- 2 友だちのタワーの「すごいな」とおもったところを書きましょう。

- 3 「作せん会ぎ」できめたことをことばや絵で書きましょう。

4 グループで「くふうしたところ」と「むずかしかったところ」を書きましょう。

「くふうしたところ」

「むずかしかったところ」

5 グループでタワーに名まえをつけて、りゅうを書きましょう。

「名まえ」

「りゅう」

6 今日の活どうでかんじたことや考えたことを書きましょう。

○目標となる資質

規律性・道徳性、コミュニケーション能力、思いや考えの表現力

○指導のねらい

登場人物の気持ちを体験的に考えることを通して、規律ある集団を守ろうとする意思と態度を育てる

○準備するもの

資料「ブランコ」×児童数、挿絵（ペープサート用、黒板掲示用）

○教育課程、実施時期

特別の教科道徳、ある程度クラスの環境に慣れ、人間関係が固定化され始めた頃

○留意点など

ロールプレイができるような場所を確保し、挿絵などの具体物を用意して、資料の場面をイメージできるように留意する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 本時のめあてを知る ・休み時間で困ったことを思い出す	・休み時間の遊びの中でトラブルになったこと、困ったことについて発表させる
	みんなが気持ちよくすごせるにはどうすればいいだろう	
展開 35分	2 資料「ブランコ」を読む 3 リスさんが「どうぞ」と言った気持ちを考える 4 周りの動物たちはキツネさんに何と言え ばいいかを考える 5 ロールプレイをして登場人物の気持ちを 考える	・教師が範読し、リスさんがブランコで遊ぶことを楽しみにしていることをおさえる ・キツネさんの自分勝手な行動に対して、断ることができなかったリスさんの気持ちを考えさせる ・悲しい気持ちになった他の動物たちは、どうすればいいのかを考えさせる ・自分だったらキツネさんにどう伝えるかを考えるように促す ・どのように伝えればキツネさんに分かってもらえるかを考えさせ、ペアやグループでロールプレイを行わせる
まとめ 5分	6 授業のふりかえりをする	・規律を守りみんなが気持ちよく過ごせるために自分にできることをふりかえらせる

○資料「ブランコ」について

本授業は、みんなが気持ちよくすごせるためにはどうすればいいかを考えることで、より良い集団を作ろうとする態度を養うことを目的としている。本資料のような状況が実施クラスで起こっているような場合も考えられるため、クラスの状況を見て、資料の取り扱いに配慮する。

○「リスさんが『どうぞ』と言った気持ちを考える」について

本当は嫌なのに、「どうぞ」としか言えなかったリスさんの気持ちを考える。いつも休み時間ごとにブランコで遊ぶことを楽しみにしていたこと、無理やり横入りをされて嫌だったことなど、資料に書かれていない部分のリスさんの気持ちを含めて児童に気づかせたい。その後、下を向いて顔が上げられないリスさんの様子に注目させながら、リスさんの気持ちに寄り添わせ、言い返せなくて悔しい気持ちや悲しい気持ちを理解させる。

○「周りの動物がキツネさんに何と云えばいいかを考える」について

理不尽な行動をするキツネさんに対し、一緒に並んでいた動物たちがみんなで楽しむために何と云えばいいかを考えさせる。きまりを破ることやルール違反はダメだということを、どのように伝えればいいかに着目して考えさせる。その際、下を向いて悲しんでいるリスさんのつらい気持ちや、それを見ていた周りの動物の悲しい気持ちに共感させながら、その思いに寄り添わせながら自分なりの言葉で伝えられるよう導くようにする。

○「ロールプレイをして登場人物の気持ちを考える」について

4～5人のグループを作り、キツネさんが横入りする様子を見ていた周りの動物たちが、キツネさんに自分たちの思いを伝える場面をロールプレイする。まず、グループでリスさん役、キツネさん役、クマさん役、ネズミさん役、シカさん役の配役を決める。人数が足りない場合は、教師が入るか、周りの動物の数を減らす等して対応する。

ロールプレイの手順	注意点
①クマさん、シカさん、ネズミさん、リスさんの順に並ぶ	・児童に場面を想起させられるよう、ロールプレイをする前に教師が例を示すなどしておく ・場面が思い浮かばない児童にはあらかじめ言葉かけの例を示しておく、動物たちの思いを伝えられるようにしておく ・同じような言葉になっても構わないが、自分で伝えられるよう口調や表情等にも意識させる
②キツネさん横入りする	
③キツネさん 「いいよな」	
④リスさん 「どうぞ」	
⑤ネズミさん 「 」	
⑥シカさん 「 」	
⑦クマさん 「 」	
⑧キツネさん 「わかったよ。リスさんごめんね。」	
⑨リスさん 「いいよ。わかってくれてありがとう。」	

ロールプレイをした後、リスさん役やキツネさん役をした児童は、周りの動物たちの言葉を聞いて、どのように感じたかをグループ内で交流すると、自分の思いや考えが伝わったかがより実感できる。ロールプレイが一通り終わったら、役割を交代して全員が周りの動物役をできるようにする。キツネさんがみんなのルールを守らないことで、みんなが悲しい思いをしていることに注目させるために、どんな言葉を伝えても否定したり認めようとしなかったりするキツネさん役を教師がしてみるのも良い。クラスの状況によって、ロールプレイの実施が難しい場合にはペープサート等を用意し、発表された言葉で意見を交流することが望ましい。

ブランコ

森の学校には たくさんのゆうぐがあります。休み時間には
みんなが いろいろなゆうぐで あそんでいます。中でも
一番 人気のあるのが、ブランコです。休み時間になると、
みんなが いっせいにあつまり、 いつも ながいれつが
できています。 リスさんも ブランコが大すぎて、
休み時間には いつも ならんでいました。人数が多い時には
時間がなくて ブランコに のれない時もありました。
今日の休み時間は、早く ならぶことが できたので、
ブランコに のれそうでした。

でも、じゅんばんを まつていても、
なかなか 前に すすみません。よく見ると、
一番 はじめに のっていた キツネさんが、
もう10回もこいでいるのに つぎのウサギさんに
なかなか かわろうとしないのです。
しばらくして、 まちきれなくなった ウサギさんが
「キツネさん 10回のつたよ かわって。」



と言うと、しかたなく キツネさんは ブラコを おりました。
そして、ならんでいる れつえしの後ろもろに 歩いてきて、
いきなり リスさんの前まへに 入ってきたのです。

リスさんは おどろいて なにも言いえなかったのですが、

キツネさんに

「いよな。」

と言いわれて

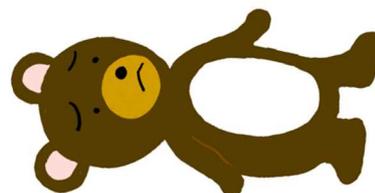
「どうぞ。」

と言いって、下をおいてしまいました。

それから リスさんは 下をおいたまま
かおを上げませんでした。

それを見ていた クマさんや シカさん、
ネズミさんたちも、 かなしい気もちに

なりました。







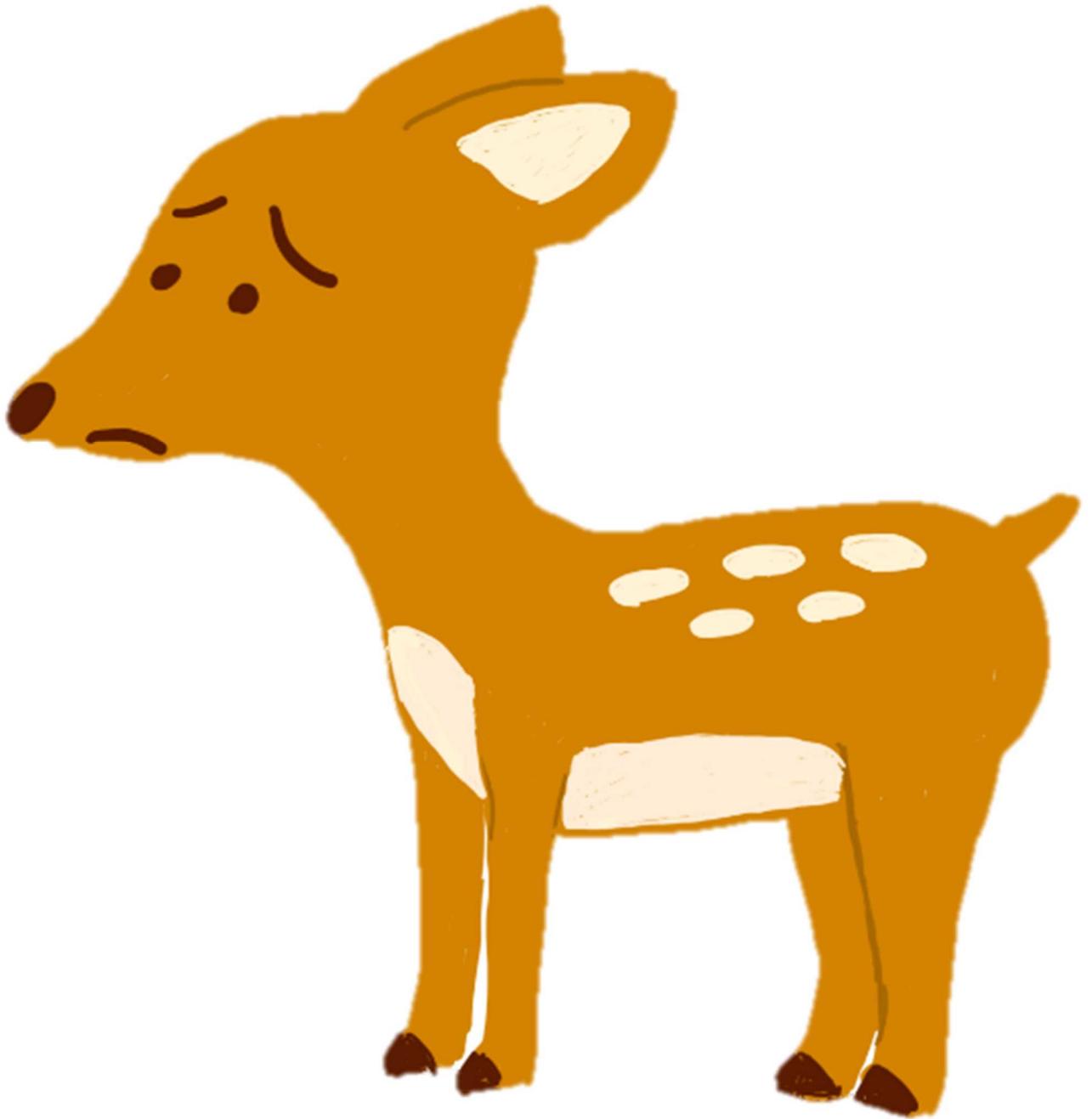


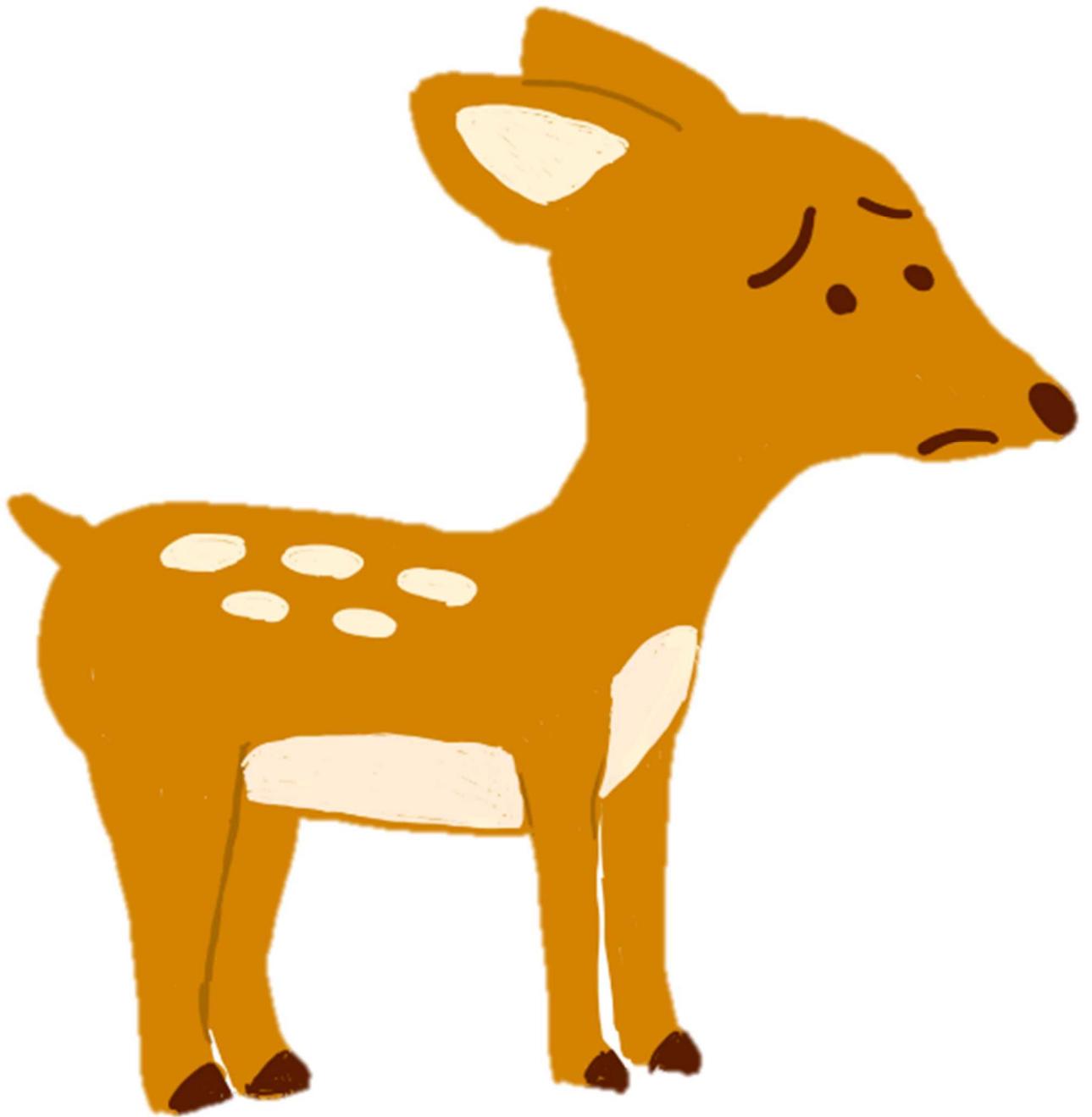




















わたしのまわりには…

○目標となる資質・能力

相談・支援を求める力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

自分を支えてくれている人たちを思い起こすことで、安全・安心な環境を認識し、困ったときに相談や支援を自ら求めようとする態度を育む

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

家族や親戚との関係を扱う際には、事前に了承を得るなど、十分に留意すること

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 自分の周りに多くの人に関わっていることに目を向ける	・例をあげて児童がイメージしやすいように留意する
	わたしをつつんでくれているひとたちをさがそう	
展開 35分	2 ワークシートを用いて、自分のまわりにいる人にかく 3 完成した図を見て、感じたことを書き込む 4 班内で発表会をする	・似顔絵でも文字でもよいが、発達段階等に応じて工夫する ・支えてもらっている、守ってもらっているという視点を持たせる ・実物投影機等を用いて全体に発表させてもよい
まとめ 5分	5 本時の振り返りをする	・困ったときは、相談すればいつでも助けてくれることを実感させる

参考

○「自分の周りに多くの人に関わっていることに目を向ける」について

普段意識しないが、実は、多くの人自分が関わってくれていることを想起させる。黒板にワークシートと同じ絵を描き、例示しながら進めるとイメージしやすくなる。

○「ワークシートを用いて、自分のまわりにいる人をかく」について

主たる目的に応じて、条件をつけた方がよい。無条件で行うと、クラスの友だちだけになってしまうことが予想される。本授業案は「相談・支援を求める力」を目的としているので、クラスの友だち以外でかかせるようにするとよい。まず中心の円に自分の似顔絵をかかせる。その後、外円の内部に関わりのある人をかかせていく。一人ひとり似顔絵をかかせるとういが、確保できる時間の都合や、実施する学年、クラスの状況に応じて、顔の輪郭の中に名前を書かせるなどの工夫を行う。付属のワークシートは最もシンプルなものにしてあるが、発達段階や主たる目的に応じて、下記のような工夫が考えられる。

(ワークシートの工夫例)

・円の中心から縦横に線を引き4等分して、それぞれの領域にかかせる人物を分ける役割で分ける…「大事にしてくれる人」「生活を支えてくれる人」

「相談に乗ってくれる人」「気の合う人」

立場で分ける…「友だち」「家族・親戚」「地域の人」「学校の先生」

・同心円状に円の数を増やし、的のようにして、中心ほど関わりの強い人をかかせる

○「完成した図を見て、感じたことを書き込む」について

一人で生きているのではない、たくさんの人に支えられている、たくさんの人が私を守ってくれているという実感が湧くように展開したい。その実感を基に、困ったときは自ら相談や支援を求めることができる態度を育む。

○「班内で発表会をする」について

完成した図を用いて、班内で発表させる。数コマに分けて実施可能であるならば、実物投影機等の機器を用いて投影させながら、全員にクラスで発表させてもよい。

○今後の展開について

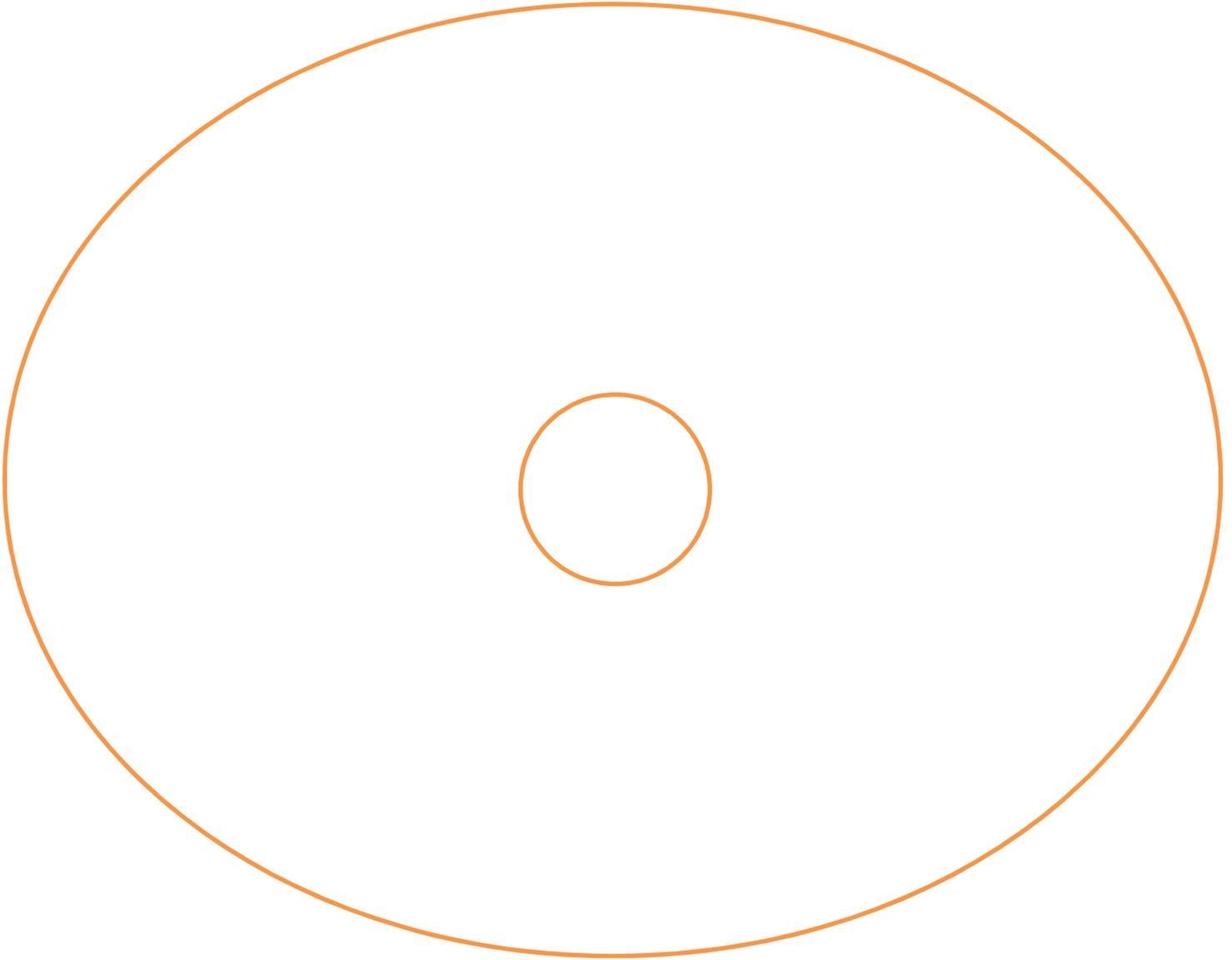
完成したワークシートはクラス掲示等で活用することも可能である。しかし、家族や親戚など、個人的な情報がかかっている際には、事前に了承を得るなどの配慮等を十分に行う必要がある。

資料

参考文献 「心の教育授業実践研究第4号」

わたしをつつんでくれているひと

ねん くみ なまえ：



おもったこと

小学校

10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント

○目標となる資質・能力

ストレスマネジメント能力

○指導のねらい

「10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント」を理解、習得し、体と気持ちの関係を
実感し、自らのストレス対処に活かす。

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

学級活動や保健体育、クラスの落ち着きがなくなってきたとき

○留意点など

体の感じに集中できるように、リラックスした雰囲気をつくる

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 10分	1 緊張したり、プレッシャーを感じたりしたときのことを思い出す	・「どんなときに緊張したり、プレッシャーを感じたりしますか。」と問いかける
	10秒呼吸法をマスターしよう	
展開 30分	2 緊張する場面で、落ち着くために行っている工夫についてワークシートに記入し、グループで話し合う 3 10秒呼吸法について学ぶ 4 みんなと一緒に10秒呼吸法を練習する 5 終了覚醒動作をする 6 授業後の感想を記入する	・話し合いにより、様々な工夫があることを気づかせる ・「○に入る漢字1文字がわかるかな」と問う ・呼吸法はいつでもどこでもできることを伝える ・次の活動を円滑に行うためにも、終了覚醒動作を十分に行うように指示する
まとめ 5分	7 本字の学習を振り返る	・10秒呼吸法が、緊張を抑えるための対処法の一つであることを理解させる

参考

○「緊張したりプレッシャーを感じたりしたときのことを思い出す」について

発表会や試合の前、テストの直前など、児童にできるだけ具体的な体験を語らせながらそのときの緊張感を想起させる。体が固くなっていたり、肩がぐっと上がっていたりするなどの体の変化にも気付かせることができるように工夫する。

○「緊張する場面で落ち着くために行っている工夫」について

ストレッチをする、「大丈夫」と自分に言い聞かせるなど、思いのままにできるだけ多く出させる。話し合いの場面では、人によって色々な方法があることに気付かせる。その際、「どの方法もその子にとっては素晴らしい方法なんだよ」と友だちの方法を否定するような発言をさせないように留意する。また、望ましくない対処法（暴れる、大声でわめくなど）が出された場合は、「それをすると君は落ち着くんだね。でも、それじゃあ周りのお友達が困っちゃうよね。自分もお友達もみんなのイライラが消えていくともっといいよね。今日はその方法を一緒に学ぼうね。」と受容しながら改善を促すようにする。

○「○に入る漢字一文字」について

正解は「息」。『息』という字は“自分の心”と書きます。自分の心と書いて息と読むのってなんだかすごいよね。この漢字のように、実は、心の様子と体の様子は繋がっているんだよ。」というように、体と気持ちの関係を強く意識付けるようにする。

○「みんなと一緒に10秒呼吸法の練習をする」について

①姿勢の説明を聞く、②腹式呼吸の練習をする、③10秒呼吸法の練習をする、の順で実施する。方法については下記資料を参照する。音楽を流したり、肯定的なメッセージを添えたりするなどの工夫をすとなおよい。

資料

○腹式呼吸

横隔膜を上下させて行う呼吸。吸いながらお腹を膨らませ、吐きながらへこませる感じで行うとよい。吸うときは鼻から、吐くときは口をすぼめて、遠くへ、細く長く吐く感じで行う。

○10秒呼吸法

<リラクゼーションを目的とする場合>

①姿勢を整える（椅子の背もたれに軽くもたれ、ひざは鈍角にし、両手は脚の上へのせ、首は軽くうなだれる。）②目を閉じられる人は静かに閉じる、③全部息を吐く、④1・2・3と鼻から息を吸って、⑤4で止めて、⑥5・6・7・8・9・10で口から吐き出す

<集中を目的とする場合>

①姿勢を整える（椅子に深く座り、背筋を伸ばし、ひざは直角にし、両手は脚の上へのせ、首は真っ直ぐ前を向く）、②③は上記と同じ、④1・2・3・4・5・6と鼻から息を吸って、⑤7で止めて、⑥8・9・10で口から吐き出す

○終了覚醒動作

①腕を前に突き出して手を開いたり閉じたりする、②腕を肘から曲げたり伸ばしたりする、③両手を組んで、思いきり背伸びを2～3回する。

きんちょうなんかに負けないぞ

- (1) 発表会や試合の前、すごくきんちょうしたり、胸がドキドキしたりしたとき、あなたのからだは、どんな風になりますか？

- (2) そのとき、あなたはどんなくふうをしていますか？

- (3) ○のなかに入る漢字1文字を考えよう！

○が合う
○をのむ
○がつまる
○を止める

- (4) 10秒呼吸法をやった感想を書いてみましょう

_____ 年 組 名前 _____

おおらかな心をもとう

○目標となる資質・能力

セルフコントロール能力、ストレスマネジメント能力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

おおらかな心を持つことでストレスを軽減できることを理解し、怒りの感情による行動のコントロール能力を養う

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、クラスの雰囲気良くないと感じたとき

○留意点など

怒りの感情は自然な現象であることを踏まえ、感情を否定しないように留意する

展開例		学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1	イライラしたり怒りを感じたりした時、 どうしているかを振り返る	・怒りを小さくする魔法のことばを勉強するんだよと動機付けする
		イライラを小さくするまほうのことばをつかってみよう	
展開 35分	2	イライラした時や嫌な気持ちになった時の 心の中をつぶやきを考える	・ワークシートに書かせて、班内で発表させる ・ここでは、怒りを鎮める言葉にこだわらなくてもよい
	3	絵本「いいからいいから」を聞き、感想 を発表し合う	・ゆっくりと楽しめるように感情を込めて読み聞かせる ・「いいからいいから」という言葉を言ったあとの気持ちに注目させる
	4	ペアになってロールプレイをする	・「いいからいいから」の言い方にも工夫をさせる
	5	「いいからいいから」以外の自分の魔法 の言葉を考え、発表する	・思い浮かばない児童には、「いいからいいから」の力を倍増させる言い方を考えさせる
まとめ 5分	6	本時の学習を振り返り、感想を発表する	・友だちの失敗を責めたり怒ったりせず、許せるおおらかな心を持つことも大切であることを伝える

参考

○「イライラしたり怒りを感じたりしたときどうしているかを振り返る」について

児童の経験を具体的な事例とともに数人に発表させる。教師は受容・共感の姿勢で聞き、「怒りの感情そのものは悪くなく、誰にでも起こる自然なことなんだよ」と伝える。「でも、イライラしているとしんどいし、周りの人たちもしんどいよね。できたら、イライラを小さくできると嬉しいよね。」と伝え、「魔法の言葉」を知りたいと思う動機を高める。

○「心の中のつぶやきを考える」について

イライラしているときに、心の中でつぶやいている言葉を振り返り、ワークシートに書かせて、何名かに発表させる。「ムカツク」「なんでやねん」「くそー」など、ネガティブな言葉や、「しかたないかな」「がまんしよう」というような無理に自分を押し殺すような言葉が出ると予想される。そこで、これらのネガティブな言葉をつぶやいてもイライラがほとんど治まらない、あるいは余計に膨らんでいくことに気づかせる。

○「絵本『いいからいいから』を聞き、感想を発表し合う』について

ゆっくりと楽しめるように感情を込めて読み聞かせて、ワークシートに思ったことを書かせる。主人公が「いいからいいから」と言ったあとの気持ちを考えさせる。「フワフワ」「ほのぼの」などのオノマトペで表現させてもよい。「『いいからいいから』と言うとどんな気持ちになるかを体験してみよう」と言い次に展開するとよい。

○「ペアになってロールプレイする」について

<ロールプレイ>

約束の時間に10分遅れてAさんがやってきました。

Aさん「寝坊して遅れちゃった。ごめんね。」

Bさん「いいからいいから」

ペアで交互に上記のロールプレイを行う。「いいからいいから」と言った時の気持ちと、言ってもらった時の気持ちを感じさせる。1～2度繰り返させたのち、「『いいからいいから』をどんな風に言うともっとフワフワできるかな？」などと指示し、再度繰り返させる。相手に聞こえるように言う、笑顔で言う、ゆっくりと言う、頷きながら言う、相手の目を見ながら言うなどの工夫が出てくるとよい。

○「『いいからいいから』以外の自分の言葉』について

言った後に、言った方も言われた方も気持ちの良くなる言葉を考えさせる。思い浮かばない児童には「いいからいいから」の言い方の工夫をさらに考えさせてもよい。

資料

参考文献 「心の健康教育プログラム」

絵本 長谷川義史『いいからいいから1』絵本館 2006

『いいからいいから2』絵本館 2007

『いいからいいから3』絵本館 2008

おおらかな心をもとう

年 組 名まえ：

1 イライラしたとき、心の中でいっていることばはなに？

2 「いいからいいから」をきいておもったことをかきましょう

3 じぶんだけの“まほうのことば”をかんがえてみましょう

○目標となる資質・能力

自尊感情・自己効力感、思いやり・他者理解

○指導のねらい

人間マップの作成を通して、自他の命の尊さを実感し、自他の存在を大切にしようとする態度を育む

○準備するもの

模造紙×児童数

(各自) 幼少期の写真や家族からの手紙や自己紹介文など、はさみ、のり

○教育課程、実施時期

学級活動、乱暴な言動が見られるときなど

○留意点など

準備物については、クラスの児童やその家庭の実態に十分配慮すること

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 「命」という言葉から連想されることを発表する 人間マップをつくろう	・自由に発表しあう雰囲気をつくる
展開 35分	2 ペアになって生きている証を探す 3 ペアでお互いの姿を模造紙に写し取り合い、人型に切り抜く 4 切り抜いた自分の人型に、用意した手紙や写真などを自由に貼り付け、自分の人間マップを作成する	・相手の脈、呼吸、心臓音、目の動きなどを観察させる ・聴診器があると実感しやすい ・怪我のないように留意する ・自分の成長や、家族等に支えられていることが実感できるようなものを用意しておく
まとめ 5分	5 本時の振り返りをする	・何人かに感想を発表させてもよい

参考

○「『命』という言葉から連想されることを発表する」について

本授業は人間マップづくりを通して、命の大切さを実感させ、自他の存在を大切にす
る心を育むことをねらいとしている。しかし、この時間の多くは工作作業になるため、
導入で必ず命についてイメージさせ、学習のねらいを理解させることが大切である。

○「ペアになって生きている証を探す」について

ペアでお互いの体の音や動きを観察させ合う。必ず同性のペアにすること。心音や呼
吸音、唾を飲み込んだときの音など、体の中から聞こえてくる音や、まばたきや眼球な
どの無意識な動き、脈拍などを観察させる。普段は意識しない体の内部の働きや、無意
識による運動を実感することによって、生物体としての「体」を再認識し、命の存在を
実感できる。かなり接近したり、接触したりするため、十分な配慮を行うこと。また、
接近等に嫌悪感がある児童には強要しないこと。

○「ペアでお互いの姿を模造紙に写し取り合い、人型に切り抜く」について

床に広げた模造紙の上に仰向けに寝た状態で、ペアの相手に鉛筆で型を取ってもらう。
鉛筆の先などで怪我をさせないように十分留意する。

○「自分の人間マップを作成する」について

幼少期の頃の写真や、その頃にした絵、その頃好きだったキャラクターの切り抜き
などの成長を感じられるものや、家族や親戚の写真や家族からの手紙など、周りに支え
られて生きていることが実感できるものを自由に貼らせる。また、受精卵に見立てた
0.2mm の点と、その児童の出生時の等身大の赤ちゃんの絵などを書き込ませると、より
自分の成長を実感できると思われる。

○今後の展開について

次時に「私の人間マップ発表会」等と題して、クラスで発表させたり、掲示して展示
会を開いたりすることが考えられる。また、今後の学習成果（絵、作文、書写作品など）
を、掲示してある人間マップの上に貼っていき、各々の人間マップを過去から未来へと
繋げていくような取組も有効だと思われる。

資料

参考文献 『命の大切さ』を実感させる教育プログラム

私の大切な仲間へ

○目標となる資質・能力

思いやり・他者理解、相談・支援を求める力、仲間づくり・絆づくりに資する力

○指導のねらい

仲間を大切に思う言葉を具体的に表現したり、耳を傾けたりすることによって、思いやりの心を育むとともに、仲間で支え合える安心感を醸成する

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

学級活動

○留意点など

終始、ゆったりと落ち着いた雰囲気の中で行えるように留意する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 自分が以前、悩んだり困ったりしたときに友だちに元気づけられた場面を想起する	・人はお互いに助け合いながら生活していることに気付かせる
	やさしい言葉で助け合おう	
展開 35分	2 心を落ち着けるワークをする 3 元気のない友だちをイメージして絵や文字で表し、かけてあげる言葉を考える 4 かけてあげる言葉を、全員が披露し、心に残った言葉を書き留める 5 書き留めた言葉からどんなことを感じたかを書き、その言葉とともに全員に披露する	・10秒呼吸法などのワークを行う ・ワークシートの1・2を使って、具体的にイメージさせる ・気持ちを込めて発表させる ・特に心に残った言葉を1つだけ発表させる
まとめ 5分	6 本時の振り返りをする	・何人かに感想を発表させてもよい

参考

○「元気づけられた場面を想起する」について

以前に友だちに元気づけられた場面を思い出させて、人はあまり意識せずに助けたり、助けられたりしながら生活していることに気付かせたい。何名かに発表させてもよいが、教師も自身の体験を語ってあげると児童はイメージしやすくなる。

○「心を落ち着けるワークをする」について

ゆったりと落ち着いた雰囲気で行うために、10秒呼吸法などのリラクゼーションのワークを取り入れる。実施方法については小学校用授業プラン「10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント」を参照する。事前に何度か行わせておくと効果的である。

○「元気がない友だちをイメージして…」について

元気がない友だちをイメージさせて、なぜ元気がないのかを絵や文章でワークシートにかかせる。10秒呼吸法を続けた状態で、目を閉じてゆったりとイメージさせると、浮かんできやすい。詳細なイメージでなく「友だちとケンカしちゃった」など、簡単なものでよい。浮かんでこない児童には、最近自分が落ち込んだ場面をかかせてもよい。

次に、イメージした友だちを励ます言葉を書かせる。「辛かったね」と気持ちに寄り添ってあげたり、「どうしたの?」と心配してあげたり、「もう大丈夫だよ」と元気づけてあげたりするなどの言葉が出てくるとよい。

○「かけてあげる言葉を、全員が披露し、心に残った言葉を書き留める」について

3で書いた言葉を児童全員に言わせる。複数書いた児童には1つのみを発表させてもよい。友だちの発表を聞きながら、自分がすごく元気づけられると思った言葉や、癒やされるといった言葉など、気に入った言葉をワークシートにメモを取らせる。

○「書き留めた言葉からどんなことを感じたかを書き…」について

全員が発表し終わったのち、メモした言葉の中から最も気に入った言葉を1つ選んで、その理由を書かせる。最後に、その言葉と理由を全員に発表させる。

本授業は、やさしい言葉かけで救われている自分と、救える友だちがいることを実感することによって、いつもと様子の違う友だちに「どうしたの?」と声をかける主体的な行動を育むとともに、辛いときに相談や支援を求めることへの抵抗感を小さくすることを目的としている。これらの行動や態度が日常生活で生かされるように最後に振り返りを行うこと。

○今後の展開について

児童から1つずつ出された言葉をカードにして教室に掲示したり、全員分を書いたものを縮小して全員に配り、お守りとして携帯させるなどの展開が考えられる。

資料

参考文献 「心の教育授業実践研究第4号」

やさしいことばでたすけあおう！

ねん くみ 名まえ：

- 1 あなたのそばに、げんきのない友だちがいます。

どうしてげんきがないのかな？

- 2 なんて言ってあげますか？

- 3 はっぴょうをきいて、心にのこったことばをかきましょう

- 4 このことばから、どんなことをかんじましたか？

ひょっとしてコーピング

○目標となる資質

コミュニケーション能力、セルフコントロール能力、ストレスマネジメント能力

○指導のねらい

出来事があったときに、「ひょっとして〇〇かも」と一歩立ち止まって相手のことを考え、冷静に話したり聞いたりする態度を育む

○準備するもの

黒板に貼る提示用の短冊

○教育課程、実施時期

特別活動、クラスの落ち着きがなくなってきたとき

○留意点など

スクールカウンセラー(SC)とのティームティーチング(TT)で行うことが望ましい

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 友だちとの関わりで楽しかったことを思い出して、発表する	・「友達ともっと楽しく過ごせる素敵な言葉を勉強する」と展開する
「ひょっとしてコーピング」を身につけよう！		
展開 35分	2 教師とSCとのロールプレイ※を見て考える (1)ムカムカ ①シーン1-1を見てBの心のつぶやきを考え、発表する ②シーン1-2を見てAとBの気持ちを考え、発表する (2)しょんぼり シーン2-1、2-2で(1)と同様に行う (3)さわやか ①シーン3-1を見て、どう考えればムカムカもしょんぼりもしなくて済むかを考えて、発表する ②シーン3-2を見て、AとCの気持ちを考え、発表する 3 事例※を聞いて、「ひょっとして」を使った心のつぶやきを考えて、発表する	・教師とSCによるロールプレイを見せる ・登場人物の表情や態度に注目させて、気持ちを実感させる ・AもBも嫌な気持ちになることを共有させる ・(1)と同様に共有させる ・上記の例は理由を決めつけていることに注目させる ・「ひょっとして」と考えることによって自分も相手も嫌な気持ちにならないことを実感させる ・学習内容を振り返らせながら、イメージを湧かせる
まとめ 5分	4 本時の学習を振り返り、感想を発表する	・ふと立ち止まって「ひょっとして」と考えてみることを、日常生活で実践できるように促す
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> ※ロールプレイの内容、事例については、付属の「シナリオ」を参照 </div>		

参考

○本時のねらいについて

中学年になると、いわゆる「ギャングエイジ」と呼ばれる年代となり、教師や保護者よりも友達との繋がりを大切に始めるようになる。そこで、自分の思いつきや価値観で相手の行動の理由を判断するのではなく、それには色々な可能性があるということを経験的に感じさせ、コミュニケーション能力やセルフコントロール能力などの成長の支援となることをねらいとしている。

○「友だちとの関わりで楽しかったことを思い出す」について

友だちとのトラブルを想起させて、そうならないような方法を身につけようという流れも考えられるが、次のロールプレイでネガティブなシーンから考えさせていくので、ここでは、友だちともっと楽しく過ごしたいというポジティブな思いを膨らませて導入にしたい。

○「教師とSCとのロールプレイ」について

付属のシナリオをもとに行うが、できるだけ自校の児童に共感を得られるようなアレンジを加えて行ってもよい。SCとTTで演じることによって、児童とSCの距離を縮めて、身近な存在にすることもねらいとしているが、複数の学級が合同で実施するなどして、それぞれの担任らで演じてもよい。シーン1は相手に怒りを感じるつぶやき、シーン2は必要以上に自分を責めるつぶやきであり、児童たちに共感させるとともに、これらの感情の原因はその出来事ではなく自分の中の捉え方にあることに気づかせるようにする。決めつけて行動すると自分も相手も不快になることに注目させ、どうすれば良いかをしっかりと考える動機付けを高めるように留意する。また、「ムカムカ」「しょんぼり」「さわやか」「決めつけ」「ひょっとして」といったキーワードとなる言葉や絵の短冊を準備しておくなど、視覚的に整理しやすい工夫をしておくとうい。

○「ひょっとしてコーピング」について

コーピングとはストレスマネジメントでいう対処方法の意であるが、子どもたちの印象に残る適切な語（「ひょっとしての術」、「ひょっとして魔法」など）を当てると良い。ふと立ち止まって自分の心をつぶやきに疑問を抱かせることによって、相手を思いやった言動や、冷静な対応が促進される。この授業時だけでなく、授業後の日常場面でも「ひょっとしてコーピング」を合い言葉のように教師が用いて指導すると効果的である。

○「事例」について

日常場面に生かすために行う。学習内容を整理しながら、「ひょっとして…」に続けてどんな言葉を入れて心でつぶやけばムカムカもしょんぼりもしないかという視点を明確にする。可能であるならば、児童にロールプレイをさせると、より効果が期待できる。

資料

別添「シナリオ」あり

「ひょっとしてコーピング」
ロールプレイのシナリオ

「同じ出来事なのに…」

	<p>シーン1-1</p> <p>AがBの前を通り過ぎる</p> <p>B 「おはよう」</p> <p>A 無視（考え事をしながら歩いている感じ）</p> <p>B 怒っている態度</p> <p>T 「Bはなんだかすごくムカムカしているみたいだね。Bは心の中で何とつぶやいているでしょう？」 児童数名に聞く 出てきた意見を黒板に書く 「そうだよね。挨拶したのに無視されて『なんで挨拶しないんだよ』『無視するなよ』って思ってムカムカしてるんだね。」 「じゃあ、そんな風に考えたBはこのあとどうなっちゃうんだろうね。昼休みの様子を見てみよう。」</p>	<p>A,B,Cは登場人物 Tは教師またはSC</p>
	<p>シーン1-2</p> <p>B 「おい！A！わざと無視するなよ！」</p> <p>A 「はあ？何のこと？無視なんかしてないし」</p> <p>B 「さっき無視したやん！俺が挨拶したのにわざと無視してどっか行ったやん！」</p> <p>A 「はあ？そんなこと知らんし！」</p> <p>B 「とぼけるなや！！」 (こんな感じでアドリブでやりとり。最終的にお互いにムカついた状態で別れる)</p> <p>T 「どうだろう。AとBは気持ち良くなれたかな？」 「そうだね。どちらもストレスたまっちゃったみたいだね。」 「じゃあもう一人、今度はCの様子を見てみようか。」</p>	
	<p>シーン2-1</p> <p>AがCの前を通り過ぎる</p> <p>C 「おはよう」</p> <p>A 無視（考え事をしながら歩いている感じ）</p> <p>C しょんぼりしている態度</p> <p>T 「Cはなんだかしょんぼりしているみたいだね。Cは心の中で何とつぶやいているでしょう？」</p>	

「ひょっとしてコーピング」
ロールプレイのシナリオ

児童数名に聞く
出てきた意見をホワイトボードに書く
「そうだよね。挨拶したのに無視されて『僕のこと嫌いなのかな』『何か悪いことしたかな』って思ってしょんぼりしているんだね。」
「じゃあ、そんな風に考えた C はこのあとどうなっちゃうんだろうね。昼休みの様子を見てみよう。」

シーン 2 - 2

- C 「俺のこと嫌ってるんでしょ？」
A 「はあ？ なんで？」
C 「だって、さっき挨拶したのに無視して行ったから…」
A 「はあ？ そんなこと知らんし」
C 「いや、絶対に俺のこと嫌ってるんだ」
A 「なんでそうなるの！ もういい！」
(こんな感じでアドリブでやりとり。最終的に A はあきれ果てて去って行く)
- T 「わざと無視された」とか「嫌われてるんや」なんて決めつけると、すごくストレスになるね。また、そんな気持ちになると、相手と話しにくくなって、本当の理由も聞きにくくなるし、うまく解決できないよね。
(突然)「じゃあ…スタート！」

シーン 3 - 1

A が C の前を通り過ぎる

- C 「おはよう」
A 無視 (考え事をしながら歩いている感じ)
- T 「さて、このとき、C はどんな風に考えれば、ムカムカもしょんぼりもしなくて済むかな？ このあとお互いに気持ちよく話ができるようになるかな？」
「ちょっと隣同士で話し合ってみてください」
(1～2分待つ)
何名かの児童に発表させる。
「そうだね。ひょっとして『聞こえなかったのかな？』とか、『何か嫌なことでもあったのかな』って考えると、いいかもしれないね。」
「じゃあ、そう考えるとどうなるか、昼休みの様子を見てみよう」

「ひょっとしてコーピング」
ロールプレイのシナリオ

シーン3-2

C	「今朝、Aにおはようって言ったんだけど、ひょっとして気付かなかった？」
A	「え！そうなんだ。全然気付かなかったよ。」
C	「僕の声が小さかったかもしれないね。ごめんね。」
A	「いや、たぶんそのときなら、今日のテストのことを考えながら歩いていたから、僕が気付かなかっただけだと思うよ。こっちこそ無視したみたいになっちゃってごめんね。」 (理由は例です。児童の実感が湧くような理由にしてもらっていいです。)
T	「どうだろう。AもCも気持ち良くなれたかな？」 「そうだね。『わざと無視したに違いない！』とか『僕は嫌われてるんだ』って決めつけると、結果的に自分も相手もしんどくなっちゃうけど、「ひょっとして…」って考えると自分だけじゃなく、相手も気持ち良くなれるよね。」 「このように、『決めつけ』ではなく『ひょっとして…』って思うとしょんぼりもムカムカもしなくて済むね。しかも、ちゃんと「さっき聞こえなかった？ ごめんね。」 「何か思い悩んでた？ 大丈夫？」って素直に聞けるし、聞かれた方も、決めつけられていないから、素直に理由を話せるよね。」 「この『ひょっとしてコーピング』は、すごく効果があります。みんながイライラしたりしょんぼりしたりしちゃうことがすごく減ります。みんなのイライラやしょんぼりが減ると、みんなの笑顔が増えるよね。」 <まとめ> 「今日は『ひょっとしてコーピング』をみんなで学びました。自分の考え方を少し変えるだけで、イライラやしょんぼりという辛い気持ちにならなくて済む素晴らしい方法です。この方法を使って、最高のクラスをみんなで創っていこうね。」

<事例>

- 1 友だちが、遊びの約束の時間になっても来ない
(例) ムカムカ…「寝坊しているに決まっている」「約束を忘れてるに決まっている」
しょんぼり…「本当は僕と遊びたくないのかな…」
さわやか…「ひょっとしたら急用ができたのかも」「ひょっとしたら僕が時間を間違えているのかも」
- 2 隣の子の机の上に、自分の消しゴムが置いてあった
(例) ムカムカ…「隣の子に取られたに決まっている」「勝手に使われたに決まっている」
しょんぼり…「私のことを困らせようとしているのかな…」
さわやか…「ひょっとしたら、落ちていた消しゴムを誰かが拾ってくれて、わからずに隣の席に置いたのかな」

おねがい

○目標となる資質・能力

思いや考えの表現力、コミュニケーション能力、相談・支援を求める力

○指導のねらい

友達にお願いをする場面のロールプレイをとおして、相手のことを思いやった適切な表現力を育むとともに、友達と協力しようとする態度を育む

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

小学校中学年という発達段階であることから、ロールプレイで適切に相手の気持ちを理解するための支援として、ティームティーチング (TT) で行うことが望ましい

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 友達にお願いしたくても、うまくお願いできなかった経験を思い出す	・お願いできなかった経験やその理由を発表させる
	「おねがい」してみよう	
展開 35分	2 お願いの仕方を理解する お願いする時のポイント ① お願いすることを伝える ② お願いする内容と理由を伝える ③ お礼を言う 3 お願いをする練習を行う 4 お願いを断られた場面を考える	・「荷物を運んでほしい」場面を授業者がロールプレイする ・T2 と授業を実施する場合は、T1 とT2 がロールプレイを行い、その様子から適切なお願いの仕方を考えさせる (TT で授業を実施しない場合は、1人の児童とT1で行う) ・ペアで交互に行わせる ・時間があれば、その他の状況を取り上げて練習させる。 ・お願いをした相手の都合を考えさせる。
まとめ 5分	5 本時の学習を振り返り、感想を書く	・困った時、1人で考え、解決することも大切だが、1人で解決できないことに関しては、お願いすることも大切だと理解させる ・良い例と悪い例のロールプレイを行って、それぞれどんな気持ちになったか、振り返らせる

○「友達にお願いしたくても、うまくお願いできなかった経験を思い出す」について

導入では、友達にお願いしたくても「断られたらどうしよう」等と思う結果、うまく頼むことができずに困ってしまった経験を発表させる。「(荷物が重くて持てない) 荷物を一緒に運んでほしい」「(行き先の場所が分からない) 場所を教えてほしい」等、児童の生活上の経験と結びつけながらイメージを引き出すように心掛ける。その際、「恥ずかしかったから」「うまくお願いできないから」等、お願いすることができなかった理由も発表させるようにする。

○『荷物を運んでほしい』場面をロールプレイする』について

小学校中学年という発達段階から、ロールプレイ（役割演技）をとおして気持ちを理解することがうまくできない児童が少なくないと考えられる。そこで、まず授業者が悪い例と良い例を示し、どこが悪くてどこが良いのかについて児童から発表させることから始める。児童に行わせる時には、T2と協力して丁寧に適切な支援を行うようにする。

良い例

A 「おねがいがあるのだけど。」

A 「荷物が重すぎて持てないから、一緒に持ってくれないかなあ。」

B 「いいよ。一緒に持とう。」

A 「ありがとう。助かるよ。」

悪い例

A 「荷物持って。」

B （無言で手伝う）

A （無視）

○「お願いを断られた場面を考える」について

児童がお願いを断られた場合、「あきらめる」や「もう一度頼む」等と考えると思われる。そこで、お願いをした相手には都合があり、適切にお願いしても相手に断られる場合もあることを理解させた上で、他の人に頼む等の次の行動について考えさせる。また、お願いの仕方が悪いと相手は断りたくなることもあることを伝え、ペアで交互に練習を行う際には、お願いをされた児童にどんな気持ちになったかを発表させる等、お互いが気持ちよく協力できるようなお願いの仕方を児童に確認させながら授業を展開する。

○授業後の展開について

友達に適切にお願いしようとする態度を育むことをねらいとしているが、一方で、適切に「断る方法」も人間関係の構築に必要な力である。また、小学校高学年になるにつれて、喫煙、飲酒等の不適切な勧誘をされる可能性が出てくることも考えられる。そこで、お願いされた児童の立場になって、都合が悪い時等の適切な断り方の学習も合わせて実施できるとよい。

○目標となる資質・能力

自治集団づくりに資する力、仲間づくり・絆づくりに資する力、コミュニケーション能力

○指導のねらい

1枚の絵を写し取るという課題解決をとおして、自分たちで話し合ったり、役割分担したりするなど、お互いに協力して実践しようとする態度を養う

○準備するもの

課題となる絵、画用紙・色鉛筆×グループ数、ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、班替え等グループに変化があったとき

○留意点など

グループワークを実施する前に目的を十分に知らせ、教師はファシリテーター役として活動の様子を観察した上で、適切にフィードバックを行うこと

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 本時の学習を知り、見通しを持つ	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで協力して、1枚の元絵を写し取ることをとおして、互いの良いところを探すことを知らせる ・絵を上手に描くことが目的でなく、仲間で協力して課題解決をすることが大切であると知らせておく
グループで協力して、絵を完成させよう		
展開 35分	2 ルールを知り、練習をする	<ul style="list-style-type: none"> ・簡単な図柄を用い、ルールの定着と作戦会議のための練習をさせる
	3 グループで作戦を考え、絵を描く役割や順番を話し合う	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで工夫できることを話し合わせ、作戦会議を持たせる ・個々の適性に配慮して適切に役割分担を行わせる
	4 グループ活動を行う	<ul style="list-style-type: none"> ・教師はファシリテーター役として時間管理を行いながら、絵の完成度でなく子どもが十分に活動できているかという視点で観察を行う
	5 活動を終えて気付いたことをワークシートに記入する	<ul style="list-style-type: none"> ・終了の合図をし、元絵を見せる ・ワークシートに友だちの良かったこと（言葉・行動）を書かせる
	6 ワークシートに記入したことをもとに、グループ内で交流する	<ul style="list-style-type: none"> ・各個人の良かったところを交流し、協力や分担の仕方などに改善点があれば根拠とともに話し合わせる
	7 グループで話し合ったことを全体に発表する	<ul style="list-style-type: none"> ・ファシリテーター役の教師は観察をもとに活動の様子を交えて良さを話す
まとめ 5分	8 学習を通して気付いたこと、考えたことを振り返り、感想をワークシートに記入する	<ul style="list-style-type: none"> ・話し合ったことをもとに友だちと協力する良さや1つの目標に向けて力を合わせる良さを実感させる ・互いの良さを認め合いながら、自分の役割を果たすことで良い学級になっていくような希望を持たせる

参考

○「カラーコピー大作戦」について

1枚の元絵を子どもたちから見えない位置（教卓側・廊下等）に置き、ルールに従って元絵の図柄の位置や色を再現させる活動である。基本的なルールは次のとおりだが、詳細を学級の様子等に合わせて事前に決めておくなど、適切にアレンジすると良い。

- ① グループで役割を決める（元絵を見に行き行って伝える人、絵を描く人など）
- ② 元絵をグループから見に行けるのは1度に1人であり、順番を予め決めておく
- ③ 元絵を見た人は、絵を描く人に言葉で説明する

○「役割」について

役割については、「絵を描く人」「見に行き行って伝える人」と大きくは分けられるが、グループの工夫によっては、さらに紙面を分割して担当を決めたり、図柄の位置を見る人、色を見る人などで分担したりすることも考えられる。他にも、タイムキーパーや色鉛筆を渡す役割、次に見に行く人に何を見に行くべきかを指示する役割など、様々な役割が考えられる。役割をどれくらい子どもたちから引き出せるかが大切であるが、子ども同士の作戦会議で出にくい場合には例として伝えても良い。

○「絵」について

元絵は、活動時間と発達段階に応じて工夫することが望ましい。複雑かつパーツの多い絵は時間内に完成するのが難しく、達成感を得ることが難しくなる。ただし、班替えをする度に本授業を行うことで、徐々に難易度を変化させることは可能である。

○「グループ活動」について

簡単なワークであるが、正しく伝え、正確に絵を描き写したいという気持ちから、子どもたちが活発に活動する姿が期待できる。その際、教師はファシリテーター役として、時間管理と観察を行う。観察は、成果物の完成度ではなく、子どもたちの発言や行動に視点を置くようにする。例えば、グループ活動の中で見られた子どもの発言（「次の人は右上の部分の色を見てきて」「あと〇分だから、ちょっと急ごう」等）を拾い上げ、活動の最中に声かけをすることで意識を持たせても良い。教師はファシリテーター役として、絵を描くことが目的になりがち子どもたちへ新たな視点を与えることも重要となる。このグループ活動では、子ども同士がコミュニケーションを取ることで、グループ単位での雰囲気づくりを行うとともに課題を解決するために仲間と協力して取り組むことの必要性に気づかせたい。

○「ワークシート」について

ワークシートを使い、活動の中で気付いた友だちの良さについて考えさせたい。1つの課題が全員の協力により完成したことをとおして、一人一人の良かった点に着目させる。記述に際しては、「よかったところ・がんばっていたところ」の記述の仕方に留意する。単に「絵を書くのをがんばっていたのでよかった」ではなく、具体的な記述になるように指示をしておく。例えば、「次に見に行くところを教えてくれたのがよかった」、「残りの時間をグループのみんなに伝えていたところがよかった」等、先述の「役割」とあわせて記述できるとなお良い。

○「グループ内で交流」について

ワークシートに記述した内容をもとに、話し合わせる。その際には、一人一人の良かった点を十分に出し合わせ、他者からの評価で「仲間から必要とされていること」や「自分も役に立っている」ことを実感させながら、自己効力感を育ませたい。グループ全体としては「工夫した点」「こうすればもっと良かった点」というように、グループ全体の良かった点と改善点について話し合い、主体的にグループに関わろうとする意識を持たせたい。その際、改善点が個人の責任にならないよう、十分に配慮する必要がある。

○「全体に発表する」について

元絵を全体に見せながら、グループで協議したことを発表させる。グループとして協力できたところ、工夫したところ、こうすればもっと良くなったと思うところなど、発表する内容について予め指示しておき、本授業のねらいに沿った発表になるように工夫する。また、その際、教師からもそれぞれのグループでどのような工夫がされていたかを全体に知らせるようにし、集団づくりを進めていく上での有効な態度について気付かせたい。また、今回の課題は1人ではできない課題であることを踏まえた上で、いろいろな人がいろいろな役割を担う中で活動できたこと、自分も集団の一員として力を尽くしたからこそ課題ができたこと、仲間がそれぞれに役割を担って支え合って活動できたことなど、学級の実態に合わせて集団の役割の在り方について伝えられると良い。なお、グループで作成した絵については、その後、見比べたり掲示したりすることも一つの方法ではあるが、絵を描くこと自体が目的ではないことも踏まえて、より適切な方法を検討してもらいたい。

資料

- 「楽しく豊かな学級・学校生活をつくる特別活動 小学校編」(文部科学省)
- 「学校グループワーク・トレーニング」(日本学校グループワーク・トレーニング研究会)

カラーコピー大作戦^{だいさくせん}

年 組 番 名前

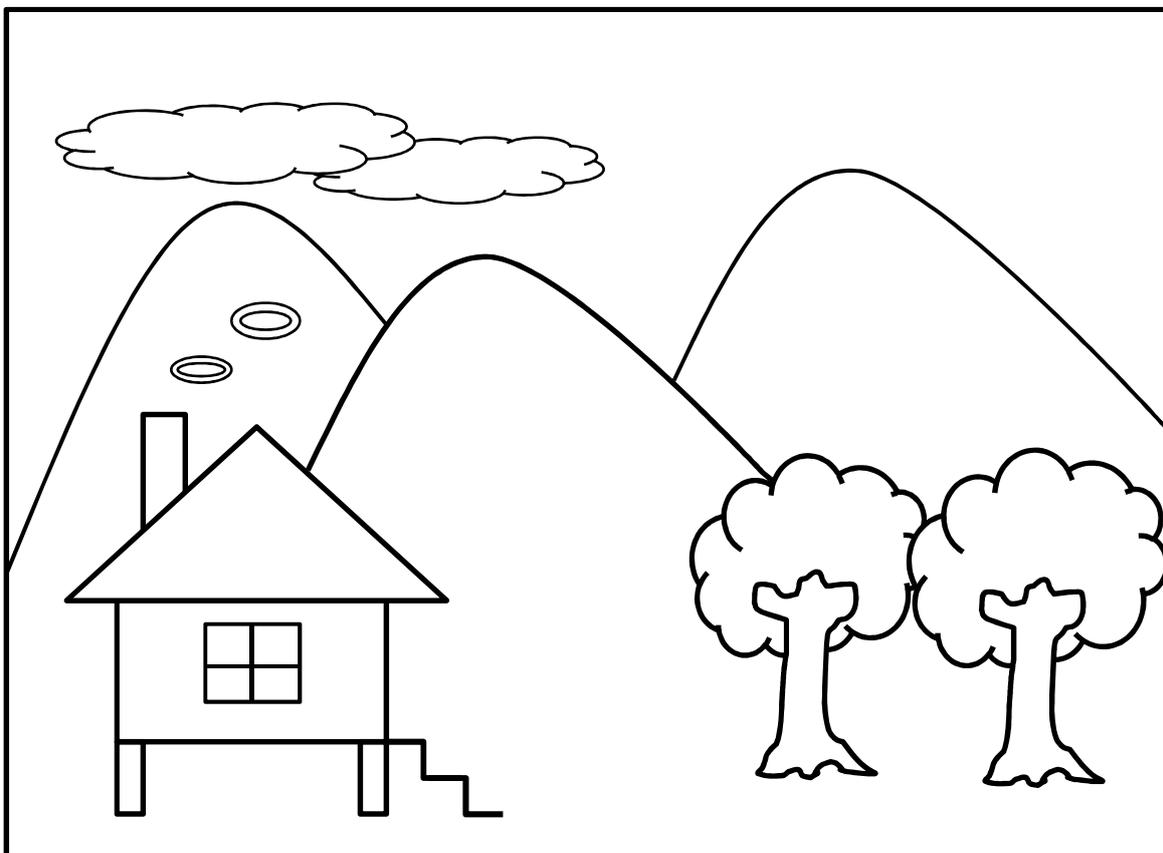
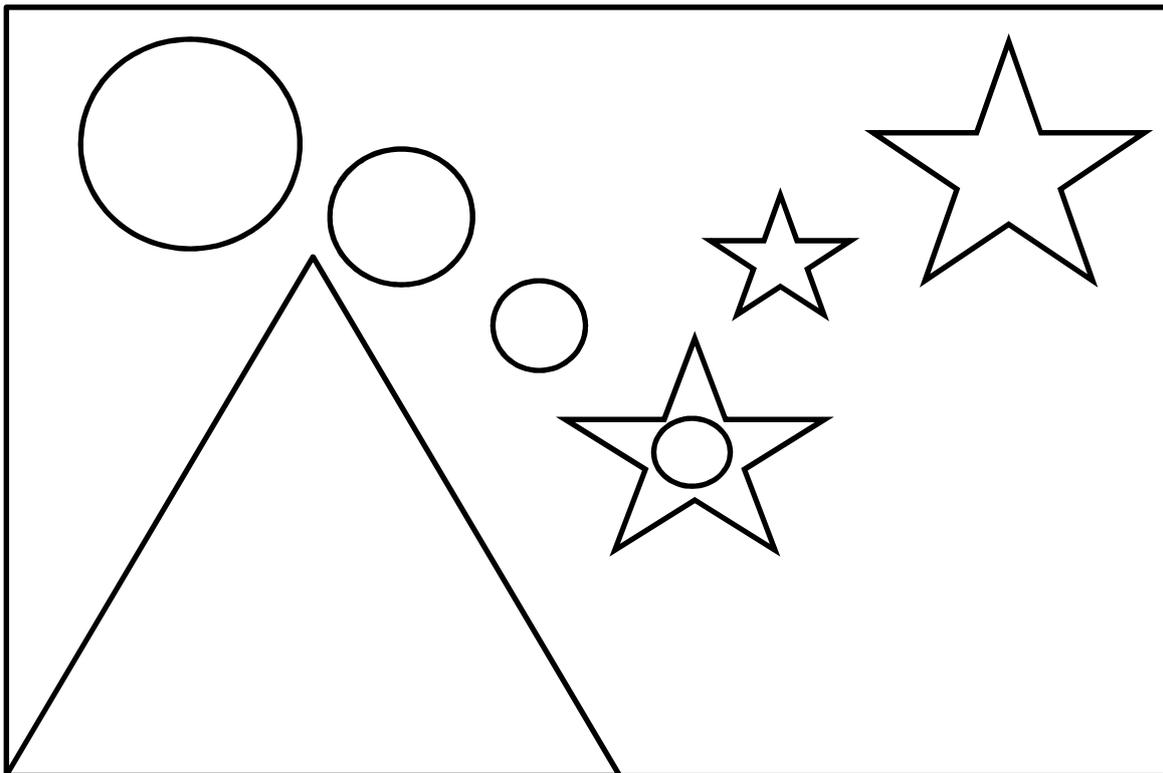
- 1 ^{かつどう}活動の中で自分のグループの^{ようす}様子をふり返ってみましょう。グループの友だちの名前を書き、どのようなところがよかったのかを書きましょう。
(「自分」の^{こうもく}項目は、自分でふり返ってよかったところを書きましょう。)

グループのメンバー	よかったところ・がんばっていたところ
自分	

- 2 今日の^{かつどう}活動で気づいたことや^{ふだん}普段の生活に生かせることを書きましょう。

--

<元絵（練習用・本番用）のサンプル>



※本サンプルを利用する場合は、拡大して、色を塗ってから使用してください
※学級の実態や発達段階等によってアレンジしたり、新規に作成したりしてください

あだな

○目標となる資質・能力

道徳性、思いやり・他者理解

○指導のねらい

いじめを傍観せず、被害者の気持ちになって考えることができる態度を育成する

○準備するもの

資料「あだな」

○教育課程、実施時期

道徳、特別活動

○留意点など

実施クラスに資料中の登場人物と同じ名前の児童がいる場合は人物名を変更する等の配慮を行うこと

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	<p>1 あだ名について考える</p> <ul style="list-style-type: none"> ・呼ばれて嬉しい ・嫌な呼ばれ方をされると腹が立つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・呼ばれて嬉しかったあだ名や、嫌だったあだ名について発表させる
<p>あだなについて、相手の気持ちになって考えよう</p>		
展開 35分	<p>2 資料「あだな」の前半を読む</p> <p>3 資料「あだな」の後半を読む</p> <p>4 わたしは、どうすべきか考える</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケイコの気持ちを確認する ・ケイコの気持ちをクラスの人に伝える ・先生に言う ・先生に、クラス全員に伝えてもらう 	<ul style="list-style-type: none"> ・前半を読み、ケイコさんは嬉しいあだ名だと思っていることを理解させる ・あだ名の由来と、周りの様子を理解させ、複雑に感じているわたしの心境を考えさせる ・「どうしよう」と悩む“わたし”の気持ちをおさえる ・何もしない、何もできないと考える児童には、このままだったらケイコさんはどうなるかを予想させる
まとめ 5分	<p>5 授業の感想を書く</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・いじめを傍観せず、友だちのことを考える行動が大切であることを、自らの生活と照らし合わせながら振り返らせる

○「あだ名について考える」について

導入では、あだ名で呼ばれて嬉しかった気持ちや嫌だった気持ちを児童に考えさせる。勇気を持って嫌だった気持ちを表現してくれたことを十分に労うと同時に、聞いている児童に対しては発表者に体を向けさせるなど、気持ちを受けとめることができるような雰囲気づくりを行うようにする。

○資料「あだな」について

本資料では、前半と後半に教材を分けている。まず前半で、ケイコさんは嬉しいあだ名をつけてもらったと思っていることを理解させてから、後半を読むようにするが、児童の実態に合わせて、前半と後半を続けて提示してもよい。本資料は、あだ名の由来を知った“わたし”の立場から考えさせる教材であるが、児童の実態により加害者や被害者の立場から考えさせても良い。また、小学校の中学年用の資料としているが、あだ名が絡むいじめ等の問題は校種や学年を問わずに起こり得るので、教材に適宜加除修正を加えるなどして他学年等でも活用すると良い。

○「わたしは、どうすべきか考える」について

まずは、下記の内容を整理して伝え、“わたし”やケイコさんの状況を理解させる。

- ① ケイコさんは自分のあだ名がかわいいと思っており、気に入っている。
- ② 木のぼりが得意なケイコさんが猿みたいだということから、ケイコさんと同じクラスの人たちが「モンちゃん」と呼ぶようになった。
- ③ ②のあだ名の由来の事実をケイコさんは知らない。
- ④ あだ名の由来を知っている児童の中には、ケイコさんが「モンちゃん」と呼ばれていることに対して、指をさしながら笑っている児童もいる。

その後、“わたし”はどうすればよいかを児童を交えて協議する。例えば、そのまま様子を見るというような考えについては、導入でおさえた「嫌なあだ名で呼ばれたらどんな気持ちになるか」を思い出させて考えさせると良い。ケイコさんは嫌がっていないからいいのではないかという考えについては、陰で周りから笑われているあだ名だと後から知った時のケイコさんの気持ちを考えさせると良い。また、幼なじみで毎日一緒に帰るくらいの親友である“わたし”が実はあだ名の由来を知っていたのに黙っていたのだと、ケイコさんが後で知ったらどう思うのかを考えさせることも有効な手立てとなる。様々な角度から“わたし”とケイコさんの気持ちに触れさせながら協議ができるように工夫しながら展開する。

○「授業の感想を書く」について

自分の生活を振り返らせながら、友だちの気持ちを考えた行動が大切であることに気づかせるために、書いた感想を発表させる等、児童の心に響かせる工夫を行う。

あだな

(前半)

「ちがうクラスになったね。」

ケイコさんは、わたしのおきななじみの友だちだ。

「さんねんだね。でもこれからもいつしよにかえらうね。」

「うん。」

家も近所のケイコさんとは、三年生まで同じクラスで、いつもいつしよに帰っていた。

「じゃあ、先に帰りの会が終わったら、おたがいむかえに行くことにしよう。」

「わかった。」

六月になり、わたしはケイコさんの教室の前で、帰りの会が終わるのを待っていた。

「じゃあね。モンちゃん。」

「モンちゃん。明日の体育がんばろうね。」

ケイコさんは、クラスの友だちから新しいあだなでよばれている。

「うん。がんばろうね。じゃあ明日。」

ケイコさんも、うれしそうに返事をしていた。

『モンちゃん』つてよばれているんだね。」

「そうなんだよ。『モンちゃん』つてかわいいよね。わたしも気に入っているんだ。」

「へー、よかったね。」

「わたしも『モンちゃん』つてよぼうかな。」

「いいよ。」

(後半)

次の日、いつものようにケイコさんの帰りの会が終わるのを待っていると、横にいたケンジさんが、

「ねえ、いつもいつしよに帰っているケイコさんなんだけど、『モンちゃん』つてよばれているらしいね。」

「うん。かわいいよね。」

「じつは、そのあだななんだけど……」

「どうしたの？」

『モンちゃん』つていうのは、ケイコさんが木のぼりがとくいで、さるみただから『モンちゃん』つてよばれているらしんだ。」

「え？さるつて英語でモンキーだから、モンちゃん？」

「うん……」

ケイコさんは、『モンちゃん』つてよばれてうれしそうだった。しかし、なぜ『モンちゃん』とよばれているかケイコさんは知らない。(ケイコさんが、このことを知ったらどう思っただろう……)

「じゃあね、モンちゃん。」

「モンちゃん、体育の時間かつこよかったよ。」

「ありがとう。」

わたしは、ケイコさんと同じクラスの人たちが、ケイコさんを指さしながら笑っているすがたを見てしまった。

「おまたせ。じゃあ、帰ろうか。」

「うん……」

(ケイコさんは、まだ、なぜ『モンちゃん』というあだながついたのか知らない。どうしよう……)

ねえ聞いて

○目標となる資質

相談・支援を求める力、思いや考えの表現力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

グループワークを通じて困っている人、助けてあげる人の両方の立場から援助の必要性と在り方を体験的に学ばせることによって、相談・支援を自発的に求められる態度と受容的なクラスの雰囲気醸成する

○準備するもの

ワークシート×生徒数、「困ったカード」1セット（4～8枚程度）×グループ数、
例示用「困ったカード」2枚（「困ったカード」から任意に2枚を選んで用いる）

○教育課程、実施時期

特別活動、年度はじめ・行事前・クラスの落ち着きがなくなってきたとき

○留意点など

養護教諭やスクールカウンセラーとティームティーチング(TT)で行うことが望ましい

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 最近あった困ったことを想起し、その時周りがどうしてくれたか、どうして欲しかったかを発表する	・助けてもらうためには、困ったことを周りに伝えることが大切だということ共有する
	困ったことを伝えてみよう	
展開 30分	2 例示用「困ったカード」を見て、(1)何に困っているか、(2)どう言えばいいか、(3)言われた人はどう言えばいいか、(4)どうしてあげればいいのか、の順に全体で考えた後、3のグループワークの方法を知る 3 各グループに1セット配布された「困ったカード」を用いて、ワークシートの手順に従ってロールプレイを行う 4 困ったときには助けてくれる人が周りにたくさんいることを知る	・困っている人、助けてあげる人の両者の視点に立てるように丁寧に支援する ・3のグループワークの手本となるように丁寧に示す
まとめ 10分	5 本時の感想を書き、発表する	・困っているときには「ねえ聞いて」と言って色んな人たちに助けてもらうことが大切であるとまとめる

○授業の目的と実施について

この授業は困った状況下で自発的に援助を求めること、援助を求められたときに適切に対応できること等の体験的な学習を目的としている。「困ったカード」を見て被支援者の立場に立ってその状況を理解し、説明する、支援者の立場に立って適切な（可能な）支援方法を考え、提案するなど様々なスキルが要求されるワークでもあり、発達段階等に応じた適切なアレンジや教員による支援等を施す工夫が望まれる。

○「例示用『困ったカード』を見て、(1)何に困っているか…」について

例示用（付属の「困ったカード」から2枚を選び、全体に示せる大きさに印刷（もしくは機器を用いて拡大表示等）したもの）の「困ったカード」1枚を提示し、展開例2の(1)～(4)を考えさせながら全体で共有する。その際、困っている人、助けてあげる人のそれぞれの立場で考えられるように丁寧に導きながら進めることがポイントとなる。次にもう1枚の例示用「困ったカード」を提示し、次のグループワークと同じ手順でロールプレイをやって見せ、手本として示しながらワークの手順を指示する。

○「ワークシートの手順に従ってロールプレイを行う」について

ワークシートの1の①～⑦の手順に従ってロールプレイを行う。難しい場合は先に⑤⑥の空欄に書かせてからロールプレイをさせてもよい。自発的に援助を求める（助ける）体験という観点では1対1での実施が望ましいため2人グループで行うことを基本とするが、4人グループでAさん1人・Bさん3人として3人で相談しながら支援方法を提案する方法、Aさん2人・Bさん2人で被支援者・支援者とも2人ずつで相談しながら進める方法など、クラスの状況や児童の発達段階等によって適切な方法で行うとよい。ただし、相談させて進める場合、特定の児童のみが活動していることのないように留意する。

このワークを順番に役割交代させて行わせる。一巡したところで一度ワークを止め、「助け方がわからなかった人はいますか」等と問いかけ、「そんな時はどうすればいいかな」と考えさせワークシートの2に書かせる。それを発表させながら「そんなときは『一緒に先生の所へ行こう』と言えるといいね」と伝え、もう一巡ワークを実施する。

○「困ったときには助けてくれる人が…」について

担任以外にも保護者はもちろんのこと、学校にも養護教諭やスクールカウンセラーという存在がいることに触れ、できれば養護教諭やスクールカウンセラー本人から自己紹介や利用の仕方等の説明をしてもらうようにする。また、本授業の最初に自己紹介してもらい養護教諭やスクールカウンセラーと手分けして本授業をTTで実施することで児童との距離が更に縮まり、本授業の効果がより高まることが期待できる。

○本授業のアレンジの例

- ・ 例示の場面で全ての「困ったカード」を順番に示し全体でそれぞれの状況や支援方法等を確認してからワークを実施させる方法。
- ・ Aさんに「困ったカード」を裏向けて1枚引かせることでゲーム性を高める方法や、逆に表向けで自分がわかりそうなものを選択させて難易度を下げる方法。

ねえ聞いて

年 組 ばん 名前:

1 グループでやってみましょう。

- ① Aさんがこまったカードをしまいえらぶ
- ② Aさん「ねえ聞いて。」
- ③ Bさん「どうしたの。」
- ④ AさんがこまったカードをBさんに見せる
- ⑤ Aさん「_____でこまっているの。」
- ⑥ Bさん「_____してあげるよ。」
- ⑦ Aさん「ありがとう。」

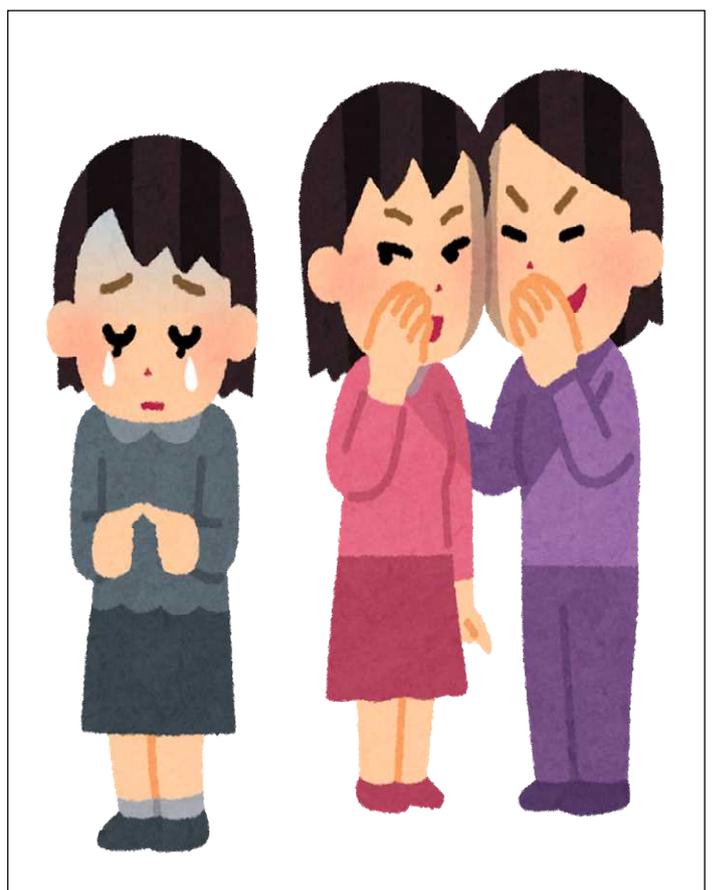
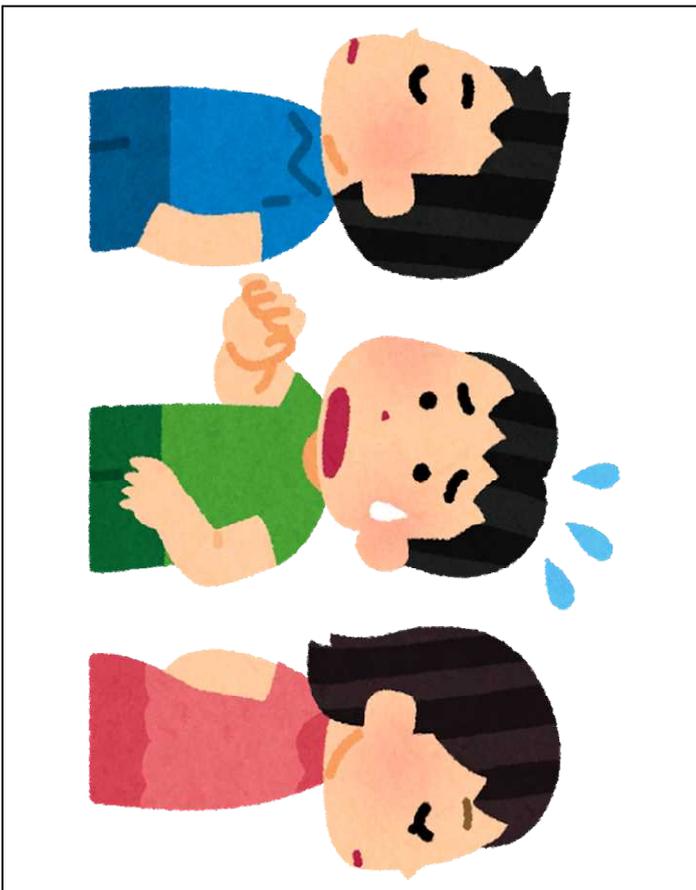
2 たすけ方がわからないときはどうすればいいでしょうか。

3 かんそうを書きましょう。

「困ったカード」



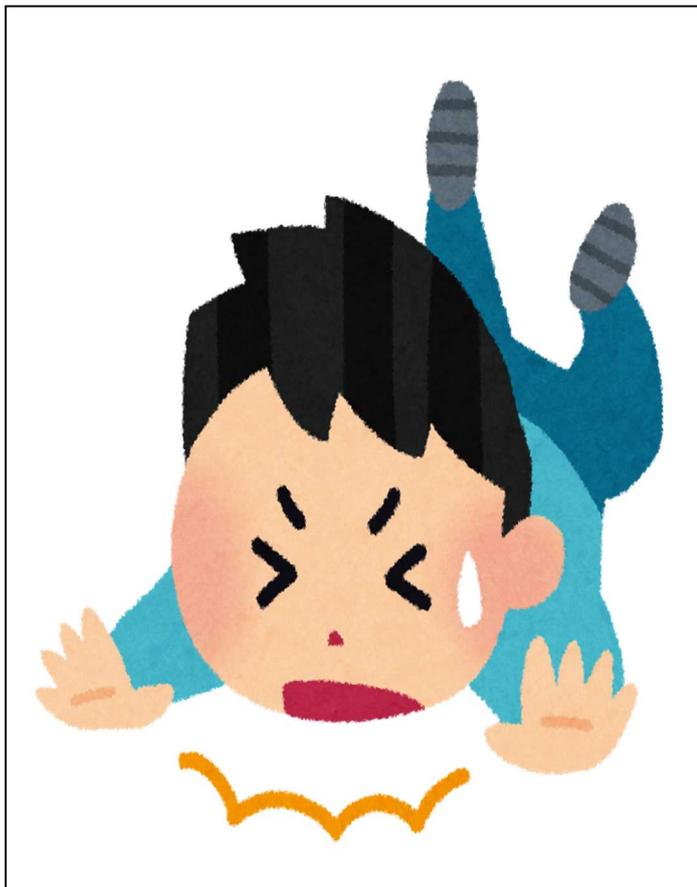
(どのカードを使うか、1セット何種類にするかなど、児童の状況等に応じて使用ください)

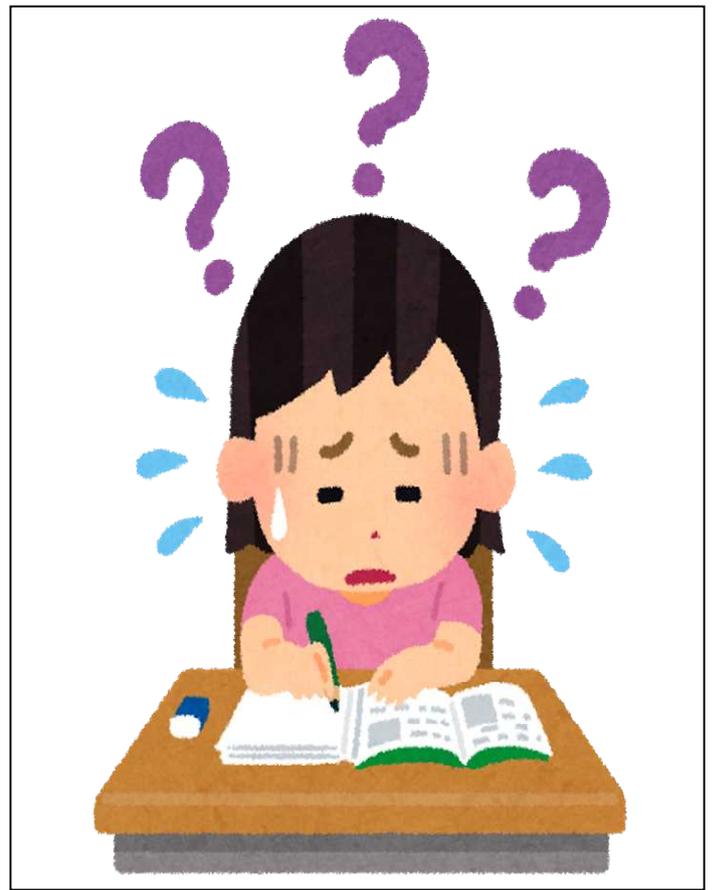


「困ったカード」

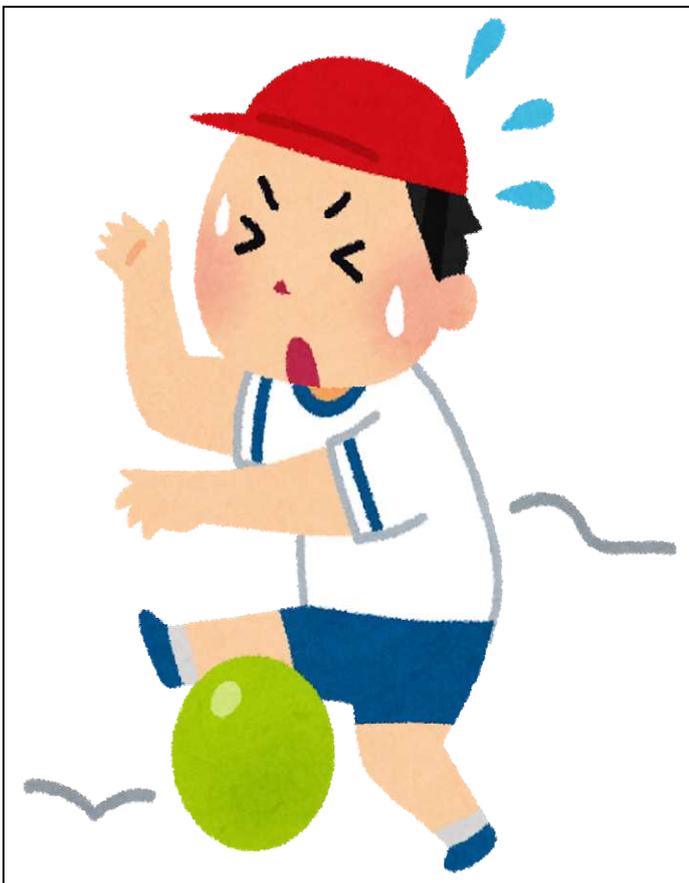


(どのカードを使うか、1セット何種類にするかなど、児童の状況等に応じて使用ください)

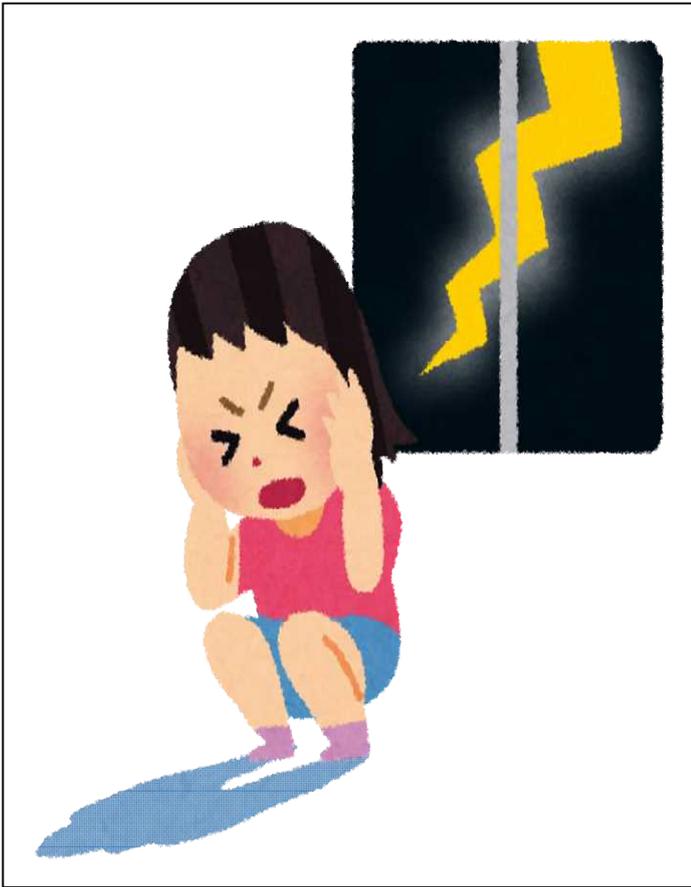




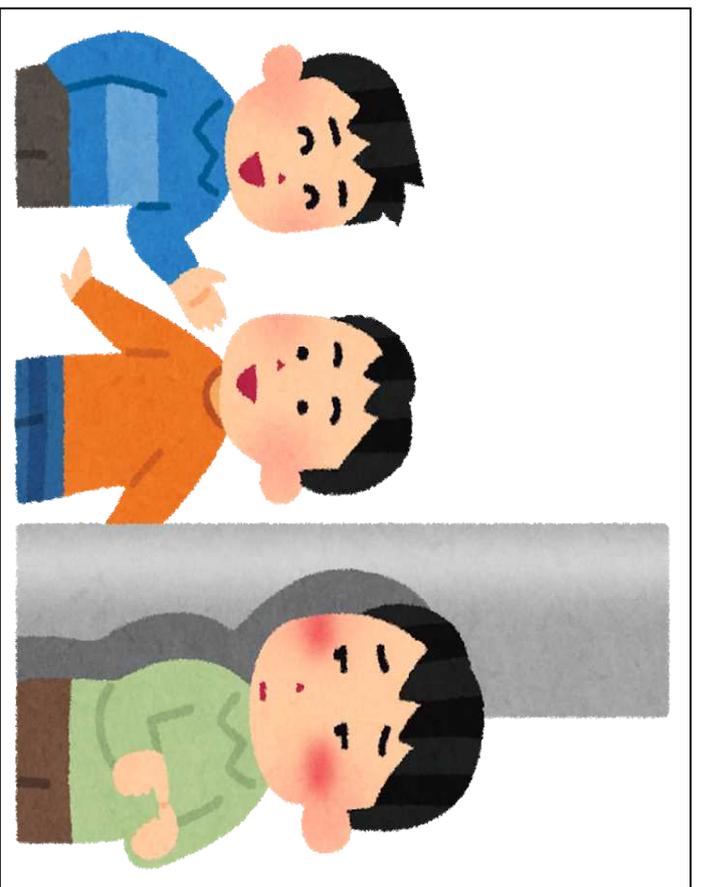
(どのカードを使うか、1セット何種類にするかなど、児童の状況等に応じて使用ください)



「困ったカード」



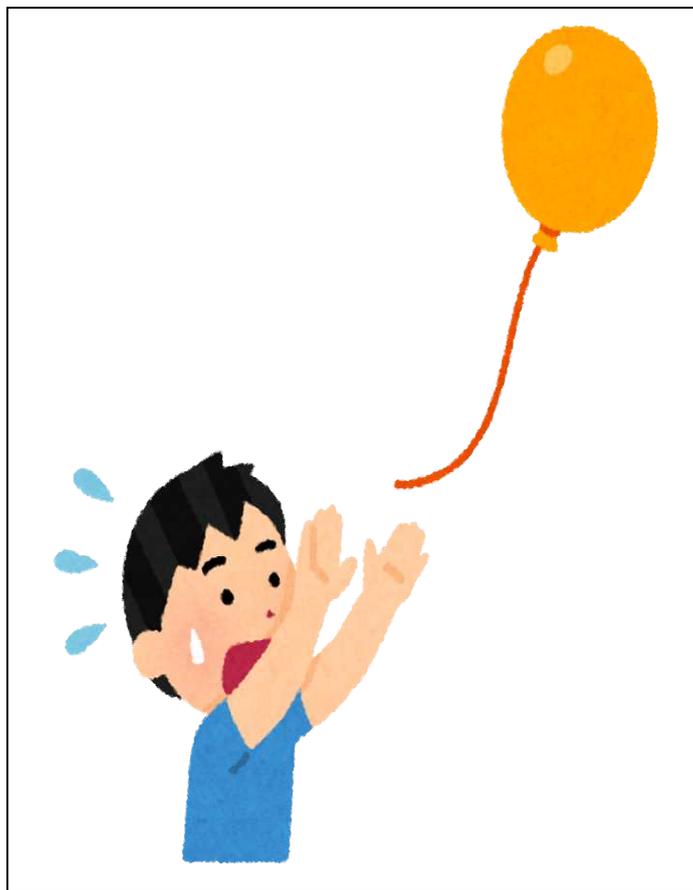
(どのカードを使うか、1セット何種類にするかなど、児童の状況等に応じて使用ください)



「困ったカード」



(どのカードを使うか、1セット何種類にするかなど、児童の状況等に応じて使用ください)



ご機嫌に過ごすための工夫

○目標となる資質・能力

ストレスマネジメント能力、相談・支援を求める力

○指導のねらい

ストレスを上手に対処することで、気持ち良く過ごせることを知る
 スクールカウンセラーをより身近な存在にし、相談しやすい環境をつくる

○準備するもの

付箋 10枚程度×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、年度初めやクラスの落ち着きがなくなってきたとき

○留意点など

スクールカウンセラーとのチームティーチング（TT）で行うことが望ましい

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 本時の目標を知り、学習の見通しを持つ	・S心の健康を維持することの大切さを説明する
	ご機嫌に過ごすための工夫を考えよう	
展開 30分	2 自分の経験を振り返り、「イライラした時」や「落ち込んだ時」の工夫や対処方法を記入する	・T付箋に書かせる 「イライラ」は赤の付箋 「落ち込んだ時」は青の付箋
	3 班内で発表し合い、新たに気付いた対処方法を付箋に記入する	・STできるだけ多くの対処方法を考えさせる
	4 共通する対処方法をグルーピングし、見出しを付ける	・ST自由な発想でグルーピングさせる
	5 班ごとにグルーピングの結果を発表する	・S発表に対して専門的な知見からコメントする
	6 様々な対処方法があること、「やっては×」「やりすぎては×」の方法があることを知る	・S身体に表れる反応についても考えさせる
まとめ 10分	7 対処方法を増やすこと、相談することは効果的な対処法であることを知る	・Sスクールカウンセラーの役割を説明する
	8 本時の学習を振り返り、感想を書く	※Sはスクールカウンセラー、Tは教師を示している

参考

○「心の健康を維持することの大切さ」について

イライラしたときや落ち込んだ時のようすを振り返らせて、具体的なイメージを持たせたり、体の健康と比較させて考えさせたりするとよい。

(発問例)

- ・ 「みんなはイライラしたり落ち込んだりしたとき、どんな風になるかな。」
- ・ 「体が健康でないと元気がでないよね。じゃあ心が健康でないとどうなるかな。」

○「できるだけ多くの対処方法を考えさせる」について

他の児童の意見を聞くことでイメージを広げ、様々な対処法を出させる。その際、望ましくない対処法（やっては×、やりすぎては×）が出されることを躊躇しないこと。出された対処法について、望ましくないものがあることに気付かせることも、この授業の目的だからである。

○「自由な発想でグルーピングさせる」について

発達段階によっては「自由に分けましょう」と指示すると、どうしていいかわからない場合も多い。その場合は、具体的に、分ける方法や、分類例などを指示するとよい。

(指示例)

- ・ 「よく似ているとか、同じ部分があるというもので、仲間を作っていきましょう」
- ・ 「例えば、それを行う場所で分けたり、それを行ったあとの気持ちで分けたり、体を動かすかどうかとか、一人でできるかどうかとか、他にも色々あるよね。」

○スクールカウンセラーとの TT について

スクールカウンセラーと TT で実施することで、専門的な知見から学習させることが可能となる。また、この授業をきっかけにスクールカウンセラーが児童にとってより身近な存在となり、相談に訪れやすくなるなどの効果も期待できる。しかし、すべてのスクールカウンセラーがストレスマネジメントに精通しているとは限らないので、事前の打ち合わせを綿密に行うこと。また、教師のみで行う場合等は、資料を参考に実施する。

資料

○ストレス対処法は個人によって違うため、万人に好ましいとされる対処法はない。自分にあった対処法のレパートリーを増やすことが大切である。

○ストレス対処法には、次のようなものがあり、最も効果があるのは「問題焦点型」の対処である。しかし、それだけでは心身ともに疲労するため、「情動焦点型」の対処法も行うことが必要となる。

「問題焦点型」…テスト前のストレスには「勉強する」、大会前のストレスには「練習する」、ケンカしてしまったときのストレスには「謝る」など

「情動焦点型」…スポーツ、趣味、音楽を聴く、読書、入浴など

※やりすぎは×…ゲームをする、寝る、買い物をする、食べる、インターネットなど

※やっては×……暴れる、物を壊す、八つ当たりをする、人を叩くなど

頭にきたときのより良い対応

○目標となる資質・能力

セルフコントロール能力

○指導のねらい

怒りの感情を表す行動のあり方によって、結果が変わることを理解し、冷静に行動しようとする態度を育む

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

学級活動、クラスの落ち着きがなくなってきたとき

○留意点など

怒りの感情そのものを否定しないように留意する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 些細な出来事で頭にきたことを振り返り、発表する	・怒りをどんな風に表現して、そのあとどうなったかを共感的に聞く
	頭にきたとき、どうすればいいのか考えよう	
展開 35分	2 頭にきたときの対応をワークシートに記入し、班で話し合う 3 頭にきたときの対応からその後どうなるかについて考えワークシートに記入する 4 頭にきたときのより良い対応について学ぶ 5 ロールプレイを行う	・人によって様々な対応をすることに気付かせる ・同じものを何回使ってもいいことを伝えておく ・理由をつけてお願いすることが、適切な行動の例であることを理解させる ・まず教師が見せる ・できるだけ多くの児童にアドバイスする
まとめ 5分	6 ワークシートを使って本時の振り返りをする	・何人かに感想を発表させてもよい

参考

○「些細な出来事で頭にきたことを振り返る」について

児童がこれまでに怒りを経験した場面を想起させる。発表は、怒りの感情に至った経緯よりも、その怒りをどう表現して、その後どうなったかを中心に聞き出すようにする。その後どうなったかについては、その後の状況だけでなく、自分の気持ちの変化（イライラが収まったか、もっと膨らんだか）や、相手との関係の変化（気まずさを感じたか、仲直りできたかなど）にも注目させるようにする。このやりとりをもとに、ワークシートの1に進んでいくとよい。

○「頭にきたときの対応からその後どうなるかについて考える」について

ワークシートの2を児童に行わせるが、例えば「貸した消しゴムを友だちが返してくれなかったとき」や「友だちから嫌なあだ名で呼ばれたとき」など、具体的な場面を設定してあげる方が児童は考えやすいと思われる。

○「頭にきたときのより良い対応」について

ワークシートをもとに『理由をつけてお願いする』ことが最善である」という結論になるように、教師が児童の発表をまとめていく。その際、「自分もスッキリ、相手もスッキリ、周りの人や物もスッキリになれる方法はどれだろう」というような問いかけを行うとよい。「攻撃」や「八つ当たり」などの人や物を傷つける行為は否定すべきだが、「がまん」については「がまんが必要なときもあるよね。でも、いつもがまんばかりだと心がしんどくなっちゃうよね。」というように、頑張って「がまん」をしている児童の気持ちを需要するように心がける。

○「ロールプレイ」について

まず教師が見本を見せる。その際、「攻撃」「やつあたり」「がまん」でもロールプレイをして見せ、「自分もスッキリ、相手もスッキリ、周りの人や物もスッキリ」について再確認するとよい。児童にも「攻撃」「やつあたり」「がまん」を行わせてみるのもよいが、意図をうまく伝えて、ふざけてやらせないように留意する。

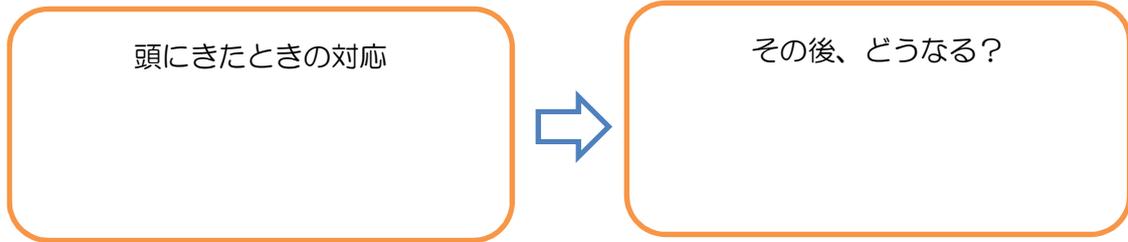
資料

参考文献 「心の健康教育プログラム」

頭にきたときのよりよい対応

年 組 名前：

1 頭にきたとき、どんな対応をしていますか



2 次のそれぞれの対応をすると、その後どうなると思いますか。下の①～⑮から選んで番号を書きましょう（いくつ書いてもよい）。

攻げき (ぼう力、悪口)	やつあたり (物や人にあたる)	がまん (だまってたえる)	お願い (自分の気持ちを言う)
↓	↓	↓	↓

- ①物がこわれる ②けんかになる ③幸せになる ④けがをする ⑤仲直りする
⑥話し合いをする ⑦スッキリする ⑧元気がなくなる ⑨ストレスがたまる
⑩学校が楽しくなくなる ⑪先生にしかられる ⑫家の人がつらくなる
⑬友だちがへる ⑭友だちがふえる ⑮友だちが自分の気持ちをわかってくれる

3 次の場面でロールプレイをしよう

身体そくていでならんでいる時、Aさんがしつこく背中をつついたり、後ろから押しつけてきます。一度注意したのにやめません。

あなた「押されたり、つつかれたりされたらいややから、やめてくれへんかなあ。」

Aさん「いやなことしてたんやね。ごめんな。」

あなた「わかってくれたらええよ。」

4 ロールプレイをして感じたことを書きましょう

私ってどんな人？

○目標となる資質

自尊感情・自己効力感、思いやり・他者理解、仲間づくり・絆づくりに資する力

○指導のねらい

自己を理解しようとする態度を育て、自分を肯定的に見ることができるようにする

○準備するもの

ワークシート3枚

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

活動にあたって、教師も受容的、肯定的な態度で接する姿勢を大切にする

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 「あなたはどんな人ですか」と聞かれたらどのように説明するか考えさせる	・自分自身を見つめる時間であることを伝える
展開 30分	2 「私ってどんな人？」と自分に問いかけ思いつくままにワークシート1に記入する	・記入のための時間は2～3分程度とし、多くの時間をとらない
	3 自分が書いた文章を見て、自分のことをうまく伝えられる内容であるかを考える	・自分のことはわかっているようでわかっていないことが多いことに気付かせる
友だちから見た自分について知る		
まとめ 10分	4 ワークシート2を使い、「私から見た私」にあてはまると思うものを3～5つ○をつける	・自分自身の良い面は照れくさいが遠慮せず○をつけるよう促す
	5 4人グループになり、ワークシート3にグループの友だちの名前を記入し、それぞれにあてはまると思うものを3～5つ○をつける	・日頃の友だちの様子などをイメージさせて考えさせる
	6 4人グループでお互いに○をつけたものを相手に伝え合う	・相手に伝える時は、ゆっくりていねいに伝えるよう指示する
まとめ 10分	7 伝えてもらった感想をグループで述べ合う	・自分が思っていた自分と同じイメージであっても、自分をうまく表現できていることにつながるので、マイナスのイメージをもたせないように話す
	8 ワークシート1「私は…」に伝えられて嬉しかったイメージを1つ記入し、本時の感想を書く	

参考

○導入について

この活動を学年初めの特別活動で行う場合、導入に「私（担任）はどんな人だと思いますか」というような問いかけをして活動させると、担任の自己紹介等にも活用できる。生徒からの意見が出にくいようであれば、「優しそう」、「厳しそう」、「力持ち」、「面白そう」等あらかじめ選択肢を用意して考えさせるとよい。私はどんな人かと普段はあまり深く考えないことについて向き合う時間であることをイメージさせる。

○ワークシート1について

これは、アメリカの Manford H. Kuhn 氏と T. S. Macpartland 氏によって作成された T. S. T. (20 答法) という心理検査法を応用したものである。児童に「私は…」から始まる文章を自由に書かせる。「私は5年生です」というような外面的な事実だけでなく、「私は明るいです」「私は友だちが大好きです」など内面的な自己評価が出てくるようにし、あまり深く考えずに短い文章で多く書かせるように促すが、強制はせずに、児童の自由な記述を評価するようにする。

○ワークシート2について

「私から見た私」の欄に○を付けさせる。肯定的な言葉を自分に当てはめることが苦手な児童など、なかなか記入できない児童に対しては、あまり深く考え込まないで直感的に選ぶよう助言をしたり、ぴったりとあてはまる項目ではなくても、「こんな感じだなあ」と思うもので構わないことを伝えるようにする。

○ワークシート3について

グループ内で他の3人の良いところを考えさせ、1人につき3～5つ○を付けさせる。学年初めに行う場合、その人の印象でも構わないと告げ、あまり深く考え込まないように配慮する。記入ができたならお互いに発表させ、ワークシート2の「○○さんから見た私」の欄に各自で○を付けさせる。このとき○をつけた項目だけを言わせるのではなく、例えば「私は、○○さんは、さわやかで、礼儀正しくて、思いやりのある人だと思います。」のように相手への自分の思いとして語らせるようにするとよい。

○「本時の感想を書く」について

グループ内での共有の後、ワークシート1の♥の欄に他の人から言われて最も嬉しかった自分のイメージを1つ記入させる。これによって、新たな自己発見を自覚させ、自尊感情を高める効果に繋げる。その後、児童の感想などを発表させながら本時の振り返りを行い、「自分でも気付いていない自分の良いところを、友だちはちゃんと見てくれています」「良いところを素直に相手に伝えたり、伝えられたりすることは、とても素晴らしいことです」のようにまとめるとよい。

資料

平成26年度 不登校対策研究推進員研究実践

http://www.hyogo-c.ed.jp/~kenshusho/04kiyou/kenshusei/H26_nitta.pdf

私ってどんな人？ ワークシート①

★「私ってどんな人？」と自分自身に問いかけてみましょう。

そして、その答えを_____に書いて、文章を完成させましょう。

1. 私は、_____

2. 私は、_____

3. 私は、_____

4. 私は、_____

5. 私は、_____

6. 私は、_____

7. 私は、_____

8. 私は、_____

♥ 私は、_____

★今日の活動の感想を書いてみましょう

.....

.....

.....

.....

私ってどんな人？ ワークシート③

友だちの名前を書き、1～50の項目から友だちにあてはまると思うものを3～5つ選び○をつけましょう。

	私からみた				私からみた		
	さん	さん	さん		さん	さん	さん
1 何でもできそうな				26 意志の強い			
2 頭のよさそうな				27 味のある			
3 物わかりがいい				28 シャープな感性の			
4 知的な				29 静かな			
5 しっかりしている				30 穏やかな			
6 頼りになる				31 てきぱきとした			
7 信念のある				32 誠実な			
8 責任感のある				33 親しみやすい			
9 堂々とした				34 思いやりのある			
10 心くばりのある				35 きたえられた			
11 公平な				36 親切的な			
12 礼儀正しい				37 落ち着いている			
13 決断力のある				38 優しい			
14 勇気がある				39 愛想のよい			
15 エネルギッシュな				40 率直な			
16 強い				41 素朴な			
17 陽気な				42 気取らない			
18 無邪気な				43 温かい			
19 人なつっこい				44 お兄さんのような			
20 活発な				45 お姉さんのような			
21 ユーモアのある				46 さわやかな			
22 好奇心が強い				47 おおらかな			
23 ひかえめな				48 粘り強い			
24 物知りな				49 人情のある			
25 がまん強い				50 正直な			

私ってどんな人？ ワークシート②

1～50の項目の中から自分にあてはまると思うものを3～5つ選び○をつけましょう。

	私から みた私	さん	さん	さん		私から みた私	さん	さん	さん
		からみた私					からみた私		
1	何でもできそうな				26	意志の強い			
2	頭のよさそうな				27	味のある			
3	物わかりがいい				28	シャープな感性の			
4	知的な				29	静かな			
5	しっかりしている				30	穏やかな			
6	頼りになる				31	てきぱきとした			
7	信念のある				32	誠実な			
8	責任感のある				33	親しみやすい			
9	堂々とした				34	思いやりのある			
10	心くばりのある				35	きたえられた			
11	公平な				36	親切な			
12	礼儀正しい				37	落ち着いている			
13	決断力のある				38	優しい			
14	勇気がある				39	愛想のよい			
15	エネルギッシュな				40	率直な			
16	強い				41	素朴な			
17	陽気な				42	気取らない			
18	無邪気な				43	温かい			
19	人なつっこい				44	お兄さんのような			
20	活発な				45	お姉さんのような			
21	ユーモアのある				46	さわやかな			
22	好奇心が強い				47	おおらかな			
23	ひかえめな				48	粘り強い			
24	物知りな				49	人情のある			
25	がまん強い				50	正直な			

小学校

友だちの良いところ探し

○目標となる資質・能力

思いやり・他者理解、自尊感情・自己効力感

○指導のねらい

友だちの良いところを探し伝え合う活動を通して、他者を敬い、自己理解を深め、互いに認め合える集団づくりを目指す

○準備するもの

ワークシート×児童数、良いところカード×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、2学期以降

○留意点など

活動を取り入れる時期についてはクラスの状況等を十分に考慮する

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 本時の目標を知り、学習の見通しを持つ	・自分の良いところを人に見つけてもらう活動をすることを伝える
	友だちの良いところを見つけよう	
展開 35分	2 自分の好きなアニメキャラクターの良いところを探す 3 代表的なキャラクターをいくつか取り上げ、みんなで良いところを考える 4 「良いところカード」に友だちの良いところを記入する 5 相手に「良いところカード」の内容を読みあげ、感想を書く	・ワークシートに書かせて、班内で発表させる ・良いところを探すときの視点を身につけさせる ・相手の選び方には十分考慮する ・箇条書きで書かせ、書く数を指定した方がよい ・相手の名前を言ってから読むように指示する ・言われた方は「良いところを見てくれてありがとう」と言う
まとめ 5分	6 本時の学習を振り返り、感想を発表する	・自分の良いところ、友だちの良いところを見つけられると楽しいことを共有させる

参考

○「自分の好きなアニメキャラクターの良いところを探す」について

自分の好きなアニメのキャラクターを1人選ばせて、そのキャラクターの良いところを書かせる。良いところ探しの導入として行う。キャラクターを選ぶのに時間がかかったりしないよう、予め決めておくように前日に指示しておくなどの工夫をする。

○「代表的なキャラクターをいくつか取り上げ、みんなで良いところを考える」について

展開例の2で出されたキャラクターから選んでもよいが、みんなが知っていて、性格がわかりやすいキャラクターを指定するとよい。いつも優しさであふれているようなキャラクターだけでなく、普段は乱暴だが実はとても優しいというようなキャラクターなども出して、普段見えにくい部分を探る視点を意識させるとよい。

○「『良いところカード』に友だちの良いところを記入する」について

ペアになって相手の良いところをカードに記入させる。ペアの作り方は、クラスの雰囲気や状況などによって十分に配慮する必要がある。隣同士、同性同士、仲の良い者同士、くじで決める、先生が指定して決めるなど、最も適した方法を選択すること。カードは箇条書きで書かせ、「必ず3つ書きましょう」というように、記入する数を指定しておく、言われた児童が数の差で一喜一憂することを防止できる。また、悪意の有無に関わらず、相手が悲しむ内容が書かれていないかを、教師は十分に机間指導等でチェックすることが大切である。

○「相手に『良いところカード』の内容を読みあげ、感想を書く」について

完成したカードの内容を、相手に直接読み上げさせる。教師が手本を見せるなどして、相手の顔を見て気持ちを込めて読み上げさせるように指示する。「〇〇さんの良いところは～～なところですよ」と必ず最初に相手の名前を言わせるようにする。すべて言い終わった後に、言われた方は必ず「私の良いところを見てくれてありがとうございます」と言わせるようにする。お互いが言い終わったら、カードを交換し、ワークシートの感想欄を書かせるが、時間があるようなら、同じことを班の仲間に向かって言わせて他己紹介させてもよい。カードについては、書かれた内容を確認するために、教師が一度回収して点検する。その後、封筒に入れて本人に渡したり、クラス掲示したりするなど、状況に応じた適切な方法で扱うようにする。

資料

参考文献 「心の健康教育プログラム」

友だちの良いところをさがそう

年 組 名前：

1 アニメキャラクターの良いところをさがそう

アニメキャラクター・・・

良いところ・・・

2 じぶんの良いところを聞いて、思ったことを書きましょう

良いところカード

さんの良いところ

より

良いところカード

さんの良いところ

より

文字と言葉のちがい ワークシート1

年 組 名前：

あるところに、仲良しの6年1組のクラスがありました。
いつも仲良くおしゃべりをしています。そんなある日…



<場面①>

今日はハナコちゃんの誕生日です。

同じクラスのアヤカちゃんは、ハナコちゃんにプレゼントとして、かわいいクマのぬいぐるみをあげました。

アヤカ「誕生日おめでとう！これあげる！」

ハナコ「わーめっちゃかわいい！ありがとう！」

プレゼントをもらってうれしかったハナコちゃんは他の友達にその気持ちを伝えようとしています。

ハナコ「アヤカちゃんから誕生日プレゼントもらったー！ このぬいぐるみ、かわくない？」

☆続きのセリフを考えて、班で実際に会話してみよう

文字と言葉のちがい ワークシート2

年 組 名前：

一週間後。
今日はクラスのお楽しみ会です。
同じクラスのヒロユキくんはお楽しみ会でとってもおもしろい
一発ギャグをしました。
クラスみんなは大爆笑です。



<場面②>

放課後もみんなはヒロユキくんのことで盛り上がっていました。

タカユキ「今日のヒロユキめっちゃおもしろ!」

ヒロユキ「あの一発ギャグ?」

ナミ 「ばり最高!!」

ヒロユキ「もっとほめて~」

ハナコ 「ヒロユキほんま調子乗りすぎ」

文字で会話する時に、どんな事に気をつけなければいけないでしょうか？

今日の授業の感想を書きましょう

○目標となる資質

コミュニケーション能力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

ロールプレイを通じて、スマートフォン（スマホ）等を利用した文字によるコミュニケーションの特徴を知り、相手の状況や気持ちを考えて送受信する態度を育む

○準備するもの

パソコン、モニター（プロジェクター等）、ワークシート2枚×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

教員が事前にコミュニケーションアプリ（SNS）を体験しておくことが望ましい

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 スマホ等を利用したコミュニケーションの難しさについて学ぶことを知る	・スマホのできることや、便利さ、困ったこと想起させる
	文字によるコミュニケーションの難しさを知ろう	
展開 35分	2 グループでワークシート1のロールプレイをしながら、場面1の続きの会話を話し合う	・ハナコの台詞を言った後に、自然と出てくる会話を自由に出させる ・ハナコに肯定的な内容で話が進むことを感じさせる
	3 場面1と同じ会話がSNS上で行われた様子を見て、なぜトラブルになったかを話し合う	・理由を具体的に考えさせ、いくつかのグループに発表させる ・同じ言葉なのに、うまく真意が伝わっていないことを確認する
	4 SNS上での場面2を見て、なぜトラブルになったかを話し合う	・ハナコの発言に注目させ、ヒロユキや他の児童の立場に立たせる
	5 ハナコの真意を知り、どうすればトラブルにならずに済むかを考える	・場面2の口頭での会話を演示したり、ロールプレイさせたりして、ハナコの真意を気付かせる
まとめ 10分	6 文字によるコミュニケーションでは、表情やイントネーション等の伝達が難しいことを知る	・誤解を生まないようにすること、すぐに誤解してしまわないこと、伝わっていないと感じたときや大切なことは、必ず顔を見て口頭で話すことなど、対応のポイントをまとめる
	7 本時の振り返りをする	

参考

○本授業の内容と導入について

本授業では、スマホのコミュニケーションアプリにある LINE、Twitter、Facebook などの SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）に焦点を当て、口頭と文字での伝わり方の違いを体験させる。導入では、スマホの所持の有無や、どんなアプリを利用しているかなどを児童に聞きながら、スマホの便利さや楽しさ、困った経験などを想起させるようにする。

○場面 1 のロールプレイについて

ワークシート 1 を用いて、グループで場面 1 のロールプレイをさせながら会話の続きを考えさせる。予めグループ数のぬいぐるみを用意しておき、実際にぬいぐるみを持たせるとイメージが湧きやすい。具体的にどのように会話が進んでいくかよりも、ハナコの発言やぬいぐるみ、アヤカについて肯定的に話が進んでいくことを感じさせる。何グループかに発表させ、「どのグループも楽しそうに会話が進んでいるね」とまとめるとこの後の展開が深まる。

○「場面 1 と同じ会話が SNS 上で行われた様子…」について

付属のパワーポイント (ppt) 資料を提示して行うと良い。コミュニケーションアプリを知らない児童もいるので、どんなものを簡単に説明してから行う。場面 1 のスライドでは「このあと、どうなったでしょう？」と表記してあるが、「実は、このあと誰からも返信が来ませんでした。どうしてでしょう？」と思考の焦点を明確にしてもよい。正解は『『かわいくない』のあとに『?』がなかったため、ハナコがアヤカからもらったぬいぐるみを『かわいくない!』と言ったとみんなに誤解されたため』である。ロールプレイでは楽しく会話が進んだ言葉が、文字ではトラブルになっていることに気付かせる。

○場面 2 とまとめについて

場面 2 では、文字でのトラブルから考えさせる。ハナコの発言を見た時のヒロユキや他の児童の気持ちを話し合わせ、何グループかに発表させ、ハナコに対するネガティブな意見をまとめる。次に、同じ場面を、教師がハナコ役、代表 3 名の児童がヒロユキ等の役となって、口頭場面の演示をする。その際、笑顔で「調子乗りすぎ〜」とヒロユキを賞賛するような言い方で演じて見せて、ハナコの真意を考えさせ、発表させる。同じ言葉だが、文字にはなくて、口頭にあるものは何かを考えさせるなどして、文字では「表情」や「イントネーション」が伝わりにくいことを感じさせる。その上で、「誤解を生まない工夫が必要（絵文字等にも限界がある）」「すぐに誤解してしまわないこと」「おかしいな？って思ったら、口頭で聞くこと」など、対応の仕方についてまとめる。時間があるようなら、児童の似たような経験談を聞いてみんなで共有するのも良い。

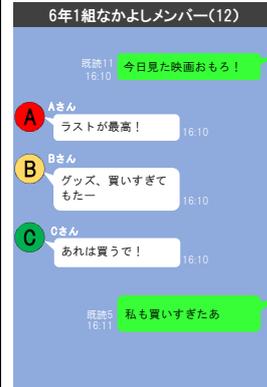
備考

監修：兵庫県立大学 竹内 和雄 准教授

作成協力：兵庫県立大学ソーシャルメディア研究会 奥野 朝陽・渡邊 彩夏・新屋 奈美

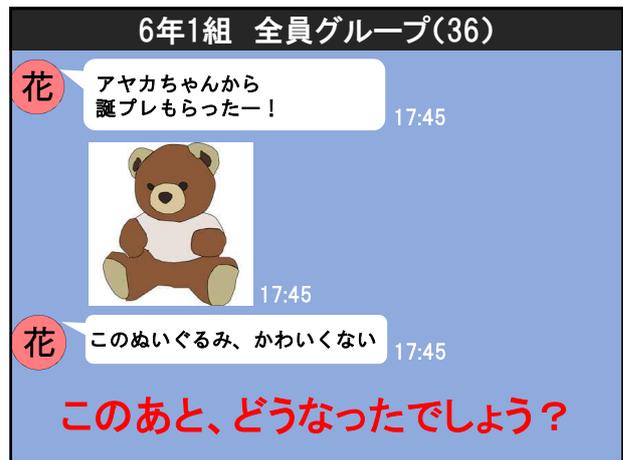
文字と言葉のちがい

コミュニケーションアプリとは？

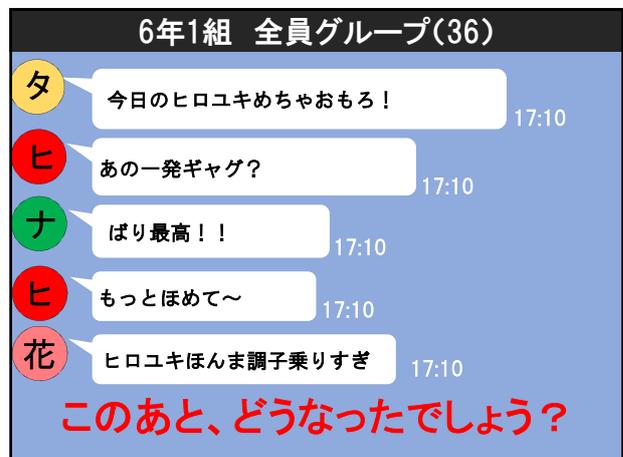


- ・既読がつく(既読＝読んだ)
- ・たくさんの人と同時に会話できる(ここでは12人)
- ・メッセージ、スタンプ、写真、動画、音声などを送ることができる。

場面①



場面②



適切な表現方法

○目標となる資質・能力

思いや考えの表現力、コミュニケーション能力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

ロールプレイを通じて、相手の思いを理解した上で自分の思いを伝える体験をし、冷静に意見を言い合える態度を育成する

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

本授業案は中学校用授業プラン「様々な自己表現を知ろう」を小学生用にアレンジしたものである

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 言いたいことが言えなかったり、逆に言いすぎて後悔したりした体験を思い出す	<ul style="list-style-type: none"> ・何名かの児童に発表させる ・うまく伝えたいという動機を高める
<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 自分の思いをうまく相手に伝えよう！ </div>		
展開 35分	2 例1について「イライラさん」「モゾモゾさん」「さわやかさん」の答え方を考える 3 例2で3種の言い方を考え、3人組で役割交代しながらロールプレイを行う 4 3種の言い方のうち、自分も相手も気持ちの良い言い方はどれかを考える 5 例3の「さわやかさん」で答えるロールプレイを3と同様に行う	<ul style="list-style-type: none"> ・教師が実際に3人のキャラクターで実演する ・アニメキャラクターに例えてもよい ・それぞれの特徴を表現させるように、楽しい雰囲気をつくる ・「イライラさん」「モゾモゾさん」の問題点に注目させる ・言い方や態度にも注目させる
まとめ 5分	6 本時の学習を振り返り、感想を書く	<ul style="list-style-type: none"> ・日常場面において、自分の思いを適切に伝え、相手も傷つけない表現を使っていけるようにまとめる

参考

○「体験を思い出す」について

言いたいことがうまく言えなかったり、逆に、言い過ぎて後悔してしまったりした経験を何名かに発表させる。最初に教師が自身の経験を話すと児童はイメージしやすい。児童の話をもとめる中で、自分の思いを相手に言わないと自分は辛く、逆に言い過ぎると自分は一時スッキリした気分になれるが、相手は辛くなることに気付かせ、自分も相手も気持ち良くなれる話し方を学ぼうという動機を高める。

○3種の言い方について

自分の考えを相手に伝える話し方として下記のように「攻撃的（アグレッシブ）」「主張的（アサーティブ）」「非主張的（ノンアサーティブ）」の3種があるが、一般的に日本人は「主張的」が苦手とされる。そこで本授業では「主張的」な話し方を身につけることを目的としているが、どんな場面でも「主張的」が良いということではなく、3種の言い方を自分の意思で使い分けられることが大切である。

「攻撃的」…相手の気持ちや立場を考えずに、自分の思いや考えを押し付ける

「主張的」…相手の気持ちや立場を受け止めた上で、自分の思いや考えを伝える

「非主張的」…自分の思いや考えを主張せず我慢し、相手の主張を受け入れる

※「主張的」は「アサーティブ」を和訳したものであるが、日本語としては少し押し強い印象を与えるため「(さわやかな)自己主張」とする場合もある。

○ロールプレイについて

例1は児童とのやりとりから、教師が実演し、3種の言い方のイメージ化と、ロールプレイに向けた雰囲気作りを行う。例2は「イライラさん」「モゾモゾさん」「さわやかさん」のそれぞれの言い方を児童に考えさせたものでロールプレイさせる。3人組でAさん役、答える役、観察者に分かれ、役割を交代しながら行う。ここでは「イライラさん」「モゾモゾさん」「さわやかさん」のそれぞれの特徴を掴み、それぞれの言い方をしたときのお互いの気持ちの違いを感じさせることが目的であるので、やや大げさな感じで行わせる方がよい。

○「自分も相手も気持ちの良い言い方はどれかを考える」について

例2でどんな気持ちかをしたかを児童に発表させる。「イライラさん」「モゾモゾさん」の問題点に焦点を当て、「さわやかさん」の利点に気付かせる。

○「例3を『さわやかさん』で答えるロールプレイを3と同様に行う」について

各問いに「さわやかさん」で答える。児童の習得度によってはワークシートに書かせず、直接行わせてもよい。一見アサーティブな言葉でも、言い方や態度や表情によっては意図が伝わらないことに触れ、それらも考慮してロールプレイさせる。

資料

参考文献 「暴力防止プログラム」

適切な表現方法

年 組 名前：

1 3種類の話し方

イライラさん …自分のことを中心に、相手の気持ちなどは無視して、とにかく自分の意見や思いを一方向的に言う

モゾモゾさん …相手のことを優先させて、自分の気持ちを抑えてしまう

さわやかさん …自分の気持ちも相手の気持ちも大事にする

2 ロールプレイをしましょう

例1 友だちのAさんが、約束の時間に10分遅れて来ました。

Aさん「おそくなってごめん」

イライラさんの場合「 」

モゾモゾさんの場合「 」

さわやかさんの場合「 」

例2 ろうかを走って遊んでいたAさんとぶつかってしまいました。

Aさん「ごめんね」

イライラさんの場合「 」

モゾモゾさんの場合「 」

さわやかさんの場合「 」

例3 (次の①～③に、さわやかさんで答えてみましょう)

①散髪をした翌日、Aさんに「そのかみ型は変だよ」と笑われました。

さわやかさん「 」

②友だちから、言われたくないあだ名で呼ばれました。

さわやかさん「 」

③今日は家の用事で遊べないと言っていたAさんが公園でCさんと遊んでいました。

Aさん「用事がなくなったから、Cさんと遊んでる」

さわやかさん「 」

3 感想を書きましょう

思いを形に！自分たちの目標

○目標となる資質・能力

自治集団づくりに資する力、仲間づくり・絆づくりに資する力、コミュニケーション能力

○指導のねらい

学級目標や行事へのクラス目標づくりの際に、一人一人が主体的に参加するための目標決定を行うことで、クラスの一員としての責任を果たそうとする態度を養う

○準備するもの

目標を書いた模造紙等、画用紙等×児童数、ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動、年度はじめや行事の前等

○留意点など

成果物は一定期間目に見える場所に掲示し、活用方法を工夫すること

※展開例では行事に向けた目標づくりを例に挙げる

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 5分	1 本時の学習を知り、見通しを持つ	・決定した目標を発表し、自分たちの目標にしていくことを伝える
行事に向けて自分ができることを考えよう		
展開 35分	2 目標を実現するために、自分ができることを考える	・目標を実現するために、一人一人ができることについて考えさせる ・具体的な言葉で、プラスの表現になるよう留意する
	3 目標を実現するために、自分がみんなにしてほしいことを考える	・目標を実現するために、みんなにしてほしいことを考えさせる ・具体的な言葉で、プラスの表現になるよう留意する
	4 自分ができること、みんなにしてほしいことをグループ内で話し合う	・自分ができることを理由とともに発表し、より具体的な表現にブラッシュアップさせる ・みんなにしてほしいことを話し合わせ、グループとしての意見をまとめさせる
	5 みんなにしてほしいことを全体で交流し、クラス全体ですることにする	・理由を説明しながら発表し、似たような表現はまとめさせ、合意形成をはかる
	6 自分ができることを小さい画用紙に書き、目標の周りに貼る	・自分ができることを用意した小さい画用紙等に記入させ、目標の周りに貼らせる
まとめ 5分	7 学習を通して気づいたこと、考えたことを振り返り、感想をワークシートに記入する	・一つの目標に向けて力を合わせるためには各自が力を尽くすことが大切だと知らせ、行事に向けて全員が当事者となる必要があると伝える

参考

○「決定した目標」について

目標決定時に、子どもたちがどのような思いで行事等に臨みたいのかを聞き出しながら、教員は行事等を通してどうなってもらいたいのかを具体的な姿を示し、目標を設定していく。目標については、おそらくスタート時の子どもたちの思いは漠然としている。「協力したい」「最高の思い出にしたい」等、新しい学級や行事への期待を抱きながらも具体的なイメージにはつながっていない。そこで、学級全体としての目標は、行動目標としてはっきりさせ、それができたかできなかったかの振り返りができるよう留意する。ただし、ここでいう行動目標は結果（「優勝する」「金賞を取る」等）を指すものではなく、行事や生活を通して身に付けたい力や過程を大切にしたい。

○「自分ができていることを考える」について

活動を一部の子どもだけの活動にしないために、他の児童に積極的な参加を促すことが必要となる。自治集団づくりにおいては、集団の中での個人の在り方を指導することが必要となる。集団は目的があることで、形を維持することができる。その形づくりは一部の子どものリーダーシップだけに任せるものではない。子どもたち一人一人が考えて動いているか、集団のために自分は何ができるかを問うことで、一人一人の帰属意識は高くなり、達成感を得ることができる。ここでは、目標に合わせて掲示することを念頭に、肯定表現にするという条件を設ける。それは、否定的な表現が視覚化された場合、前向きに実践していくことが難しくなるためである。例としては、「練習が始まる前に準備を率先して行う」「表情を良くして大きな口を開けて歌う」等のように、具体的かつ肯定的な表現で行動目標となるよう留意する。

○「みんなにしてほしいことを考える」について

この活動は、目標達成のためのルールづくりにもなる。「学級をもっと良い集団にするためには、みんながどういうことができれば良いのか」を問いかける。そして、子ども一人一人が仲間にしてもらいたいことを言語化させ、理由とともに共有し合う。例としては、「失敗しても優しい言葉をかけてほしい」「練習をどのクラスよりも1番に始められるようにしてほしい」等のように、具体的かつ肯定的な表現になるようにする。決定に際しては、話し合いを通して、学級全体で合意形成をはかることが大切である。なお、学級全体で決められた「みんなにしてもらいたいこと」は「学級の約束〇カ条」等のタイトルを付けて、学級目標とともに掲示することが望ましい。

○「目標の周りに貼る」について

子どもたち一人一人の学級のために自分がすることを画用紙や色紙等に清書させる。この活動は、自分自身の目標を視覚化するとともに、目標を支えるための一員であるという自覚を促すのに有効である。画用紙は手型や風船等、目標に合うように工夫してもよい。個人で書かせた目標は学級全体の目標に各自で貼らせることで、学級目標への積極参加を促したい。

○「振り返り」について

完成した学級目標を示しながら、これからの活動に希望を持たせて終えるようにする。なお、作成された目標はつくっただけで終わらないよう、日常生活の中で、行事で、トラブルが起きたとき等、まずは教員から注目させるような言葉かけをし、子どもたちに意識させるよう留意する。目標やルールは、子どもたち自身が自分たちに必要だと思うことを自分たちの言葉で書いたものである。活動の際に「今、クラスはどんな雰囲気か」「先生から見ると〇〇のように見えるけど、みんなはどう思うか」等、問いかけをすることで、子どもたちに考えさせ、振り返らせることが重要である。

資料

- 「楽しく豊かな学級・学校生活をつくる特別活動 小学校編」（文部科学省）
- 「学級・学校文化を創る特別活動 中学校編」（文部科学省）
- 「クラスのちからを生かす」（プロジェクトアドベンチャージャパン）

思いを形に！自分たちの目標

年 組 番 名前

- 1 目標を達成するために「私」ができることを考えよう。
 - 目標達成に向けて「何が」できるかを具体的に書こう（学級のためにできること）。
 - 「～しない」ではなく「～する」という書き方で書くこと。

「私」の目標

理由

- 2 目標を達成するため「私」がみんなにしてほしいことを書こう。
 - 「～しないでほしい」ではなく「～してほしい」という書き方で書くこと。

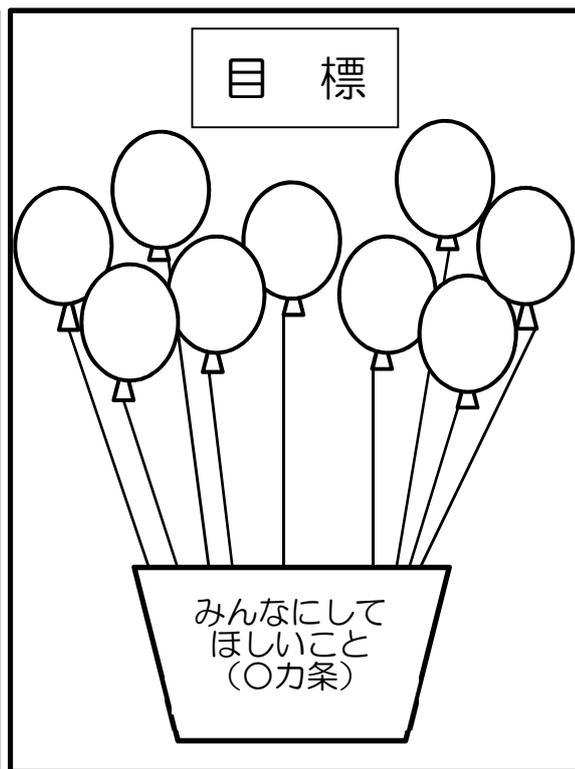
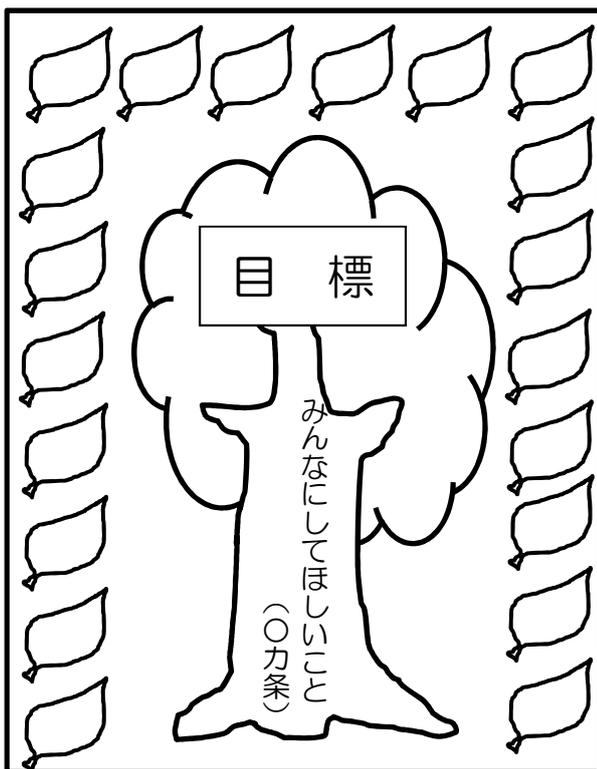
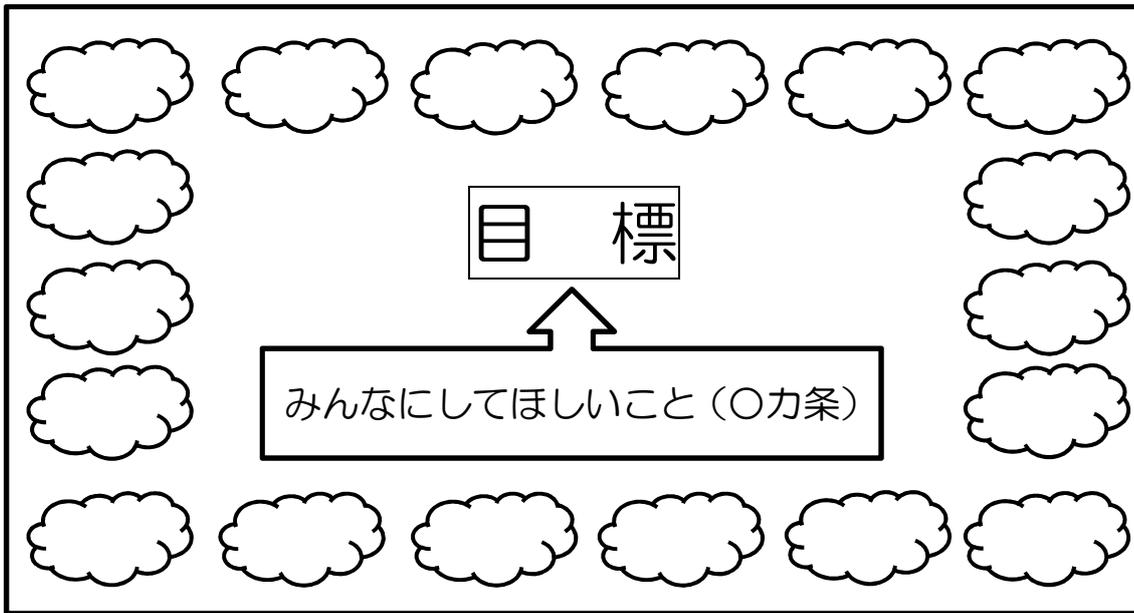
みんなにしてほしいこと

理由

- 3 今日の活動で感じたことやこれからの思いを書こう。

参考

参考に目標のレイアウトを示す。学級や掲示場所によって工夫されたい。



もしもの世界は良い世界？

○目標となる資質・能力

規律性・道徳性、自治集団づくりに資する力、思いやり・他者理解

○指導のねらい

決まりを守らなくてもいい世界の様子を考えさせることをとおして、みんなが安全で安心な生活を送れるために決まりを守ろうとする態度を育成する

○準備するもの

ワークシート1・2（A3に拡大）×グループ数、ワークシート3×生徒数

○教育課程、実施時期

特別活動、年度はじめ・落ち着いた生活が難しくなってきた時期

○留意点など

ねらいに沿った展開になるように、実態に合わせて例示を変えるなどの工夫をする

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入 10分	1 練習として「信号無視をしてもいい世界」の様子を下記の①～④の順にみんなで考え、本時のねらいと活動の方法を知る	・もしもの世界の住人になりきるように十分にイメージを膨らませながら、活動への動機づけを行う
「もしもの世界」の住人になって考えてみよう		
展開 25分	2 「もしもの世界」の例をもとに、グループごとに担当する「もしもの世界」を決める 3 ワークシート1を使ってグループごとに「もしもの世界」の様子について話し合う ①嬉しかったり楽になったりすること ②辛かったり困ったりすること ③どんなことが起こっているか ④私たちの世界へのメッセージ 4 ワークシート2を使って発表の準備をした後、グループごとに発表する	・例の中から選択させてもよいし、自分たちで考えさせてもよいが、選択に時間が取られないようにする ・その世界の住人となったイメージを膨らませ、自由な発想を喚起するように支援する ・メンバー全員が意見を出し合えるように支援する ・その世界の様子が伝わるように工夫をさせる
まとめ 10分	5 全体で「もしもの世界」の共通点を見つけ、私たちの現実の世界をより暮らしやすくするために必要なことを考える 6 ワークシート3に、みんなの安全・安心のために自分が気をつけようと思うことを書く	・安全・安心のために決まりがあること、機能させるためには少しずつの我慢が必要なことを認識させる ・何名かに発表させてもよい

○導入について

本授業は、決まりを守らなくてもいい世界（「もしもの世界」）の住人の視点から私たちの世界を顧みること、決まりの意味、守る大切さを実感させることをねらいとしている。そのためには、「もしもの世界」のイメージを十分に膨らませ、その世界の住人目線による思考を引き出す必要がある。導入では、練習課題として信号機の例を用い、その世界のイメージを膨らませるように誘導しながら、①嬉しかったり楽になったりすること（例：信号待ちしなくていい、渡りたいときに渡れる）、②辛かったり困ったりすること（例：車が止まらないから危ない、いつまでも渡れないかもしれない）、③どんなことが起こっているか（例：どの交差点も大渋滞、事故が多発）、④私たちの世界へのメッセージ（例：信号待ちは少し嫌だけど、みんなが守ることで安全に渡れるんだよ）の順に意見を出させる。この導入を通して本時のねらいと活動方法の理解を促すとともに、他の「もしもの世界」も考えてみたいという気持ちを高めていくことが重要である。

○「グループごとに担当する『もしもの世界』の様子について話し合う」について

各グループが担当する「もしもの世界」を決める。右図はその際に示す世界の例であるが、クラスの実態に即した例を考えて示すようにする。例示されたものではなく自分たちで考えた「もしもの世界」で行うことができればなお良い。

<学校生活>

- ・廊下を走ってもいい世界
- ・学校にゲーム機を持ってきてもいい世界
- ・授業中に関係ない話を自由にしてもいい世界
- ・教室でボール遊びをしてもいい世界
- ・人の嫌がることを言ったりしたりしてもいい世界

<日常生活>

- ・夜に出歩いてもいい世界
- ・スマホやゲームをずっとしてもいい世界
- ・暴力を振るってもいい世界

○「発表の準備をした後、グループごとに発表する」について

ワークシート2の発表シートを用いて発表の準備をさせる。可能であればこの発表シートを使わずにより独創的な発表（実況中継や寸劇で表現するなど）ができるとなお良い。グループの全員が話し合いや発表に加わるように配慮する。発表の際、ポイントとなる発言を教員が黒板に書き出しておくこと次の展開がスムーズになる。

○「『もしもの世界』の共通点を見つけ…」について

全グループの発表後、「もしもの世界の共通点はどんなことだろう」と投げかけ、「全員が幸せではない」「困ったことが起きている」のような発言を引き出す。そして、現実の世界で安全・安心に暮らすために必要なこと、そのために自分が気をつけるべきことをワークシート3を用いるなどして考えさせる。最後に、みんなが安全・安心に暮らせるために決まりがあること、そのためには、その決まりをみんなが守ることが必要だということを全員で確認するようにする。

「もしもの世界は良い世界？」

グループ：

このグループが担当する世界の名前は…

世界

(1) うれしかったり楽になったりすること

(2) つらかったり困ったりすること

(3) どんなことが起こっているか

(4) 現実の世界の人たちへのメッセージ

「もしもの世界は良い世界？」発表シート

グループ：

①私たちのグループは、

「

世界」を考えてみました。

②具体的に言うと、この世界は、

「

」世界です。

③この世界でのうれしいことや楽なことは、

「

」です。

④逆に、この世界でのつらかったり困ったりすることは、

「

」です。

⑤この世界では、

「

」が起こっています。

⑥現実の世界に住んでいるみなさんに伝えたいことがあります。それは、

「

」です。

⑦現実の世界が、安全で安心して暮らせる世界であるためには、

「

」が必要だと思います。

みんなで、現実の世界を楽しい世界にしていきましょう！

「もしもの世界は良い世界？」

年 組 番 名前：

(1) 安全・安心に暮らせる世界にするためには、何が必要だと思いますか。

(2) 安全・安心でみんなが楽しく過ごせるクラスにするために、あなたはどんなことに気をつけていこうと思いますか。

(3) この授業の感想を書きましょう。

自らの課題や問題を解決する

○目標となる資質

相談・支援を求める力、思いや考えの表現力、コミュニケーション能力、

○指導のねらい

自分の悩みや課題を、友だちからのアドバイスを参考に解決する過程によって、相談・支援を求める動機を高めるとともに、アドバイスを素直に言い合える表現力やコミュニケーション能力を育む

○準備するもの

ワークシート×児童数

○教育課程、実施時期

特別活動

○留意点など

本授業案は2週続きで行う2コマ分の展開例となっている

展開例

	学習活動	指導上の留意点
導入	1 本時の目標を知り、学習の見通しを持つ	・自分の悩みや課題を解決する方法を学ぶことを伝える
	友だちからのアドバイスを生かそう	
展開1	2 自分の課題について、ワークシートの1・2に記入する 3 班で自分の悩みや課題を話し、解決に向けたアドバイスを班員から受ける 4 アドバイスを参考に自分で解決法を見つけ、ワークシートの3に記入し、班内で発表する	・個人に関わる重大な悩みや課題については扱わないようにさせる ・発表者に適した解決へのアドバイスを心がけさせる ・お互いに応援し合うように指示する
展開2	5 1週間後、班で話し合う ①ワークシートの4を記入し、自分の気持ちの変化を見る ②1週間の取組状況の発表 ③班員からの評価	・肯定的な評価をするように促す
まとめ	6 本時の学習を振り返り、感想を発表する	・一人で苦しまず、悩みを打ち明けることで解決していくことに気付かせる

参考

○「本時の目標を知り、学習の見通しを持つ」について

悩みや課題を解決するために、普段行っていることについて何名かに発表させ、状況をイメージさせる。その上で、先生や保護者はもちろん、友だちに打ち明けてアドバイスをもらおうと解決しやすいことを伝え、本時の学習の見通しを持たせる。その際、「自分で何とかする」という意見を否定するような言い方にならないように留意する。

○「自分の課題について、ワークシートに記入する」について

悩みや課題と言ってもすぐにはピンと来ない児童がいる場合は、「今度の算数のテストで良い点を取れるかが心配だ」「いつも寝坊してしまうのが課題だ」「逆上がりがうまくできないのが悩みだ」などの例を示してあげるようにする。人に言える程度のもとし、家庭の問題などの重大な課題は扱わないように指示しておくこと。ワークシートの2については、その悩みの心配度を10段階で評価し○を付けさせる。

○「班で自分の悩みや課題を話し、解決に向けたアドバイスを班員から受ける」について

ワークシートに書いた悩みや課題を班員に話し、班員から解決に向けたアドバイスを受ける。同様に班員全員行う。自分にとっては大した問題でないと感じて、その人にとっては深刻であり、決して茶化したり、笑ったりしないことを事前に約束させる。

○「アドバイスを参考に自分で解決法を見つける」について

ポイントとなるのは「自分で解決法を見つける」である。必ずアドバイスにそのまま従うのではなく、それを参考にして最後は自分で決めるという体験である。「○○さんの言うとおりにしたらうまくいかなかった」などと悪い結果を友だちのせいにしたり、逆に、うまくいったことを自分の努力の成果と思えなかったりすることを防ぐことが重要である。アドバイスする方にも、これを理解させ「自分のアドバイスが無視された」と感じさせないようにする。自分で考えた解決法を班員に宣言させ、志気を高める。宣言したら、班員に拍手をさせたり、「頑張っただね」と声を掛けさせたりして、自己効力感を高めるように工夫する。

○「1週間後、班で話し合う」について

ワークシートの2と4を比較して、効果を実感する。少しでも良くなった場面を自己評価させるなど、自分の取組に肯定的な気持ちで数値化するように促す。その後、班員に1週間の取組状況と自己評価を伝える。このとき、班員に拍手をさせたり、「よく頑張ったね」と声をかけさせたりして、自尊感情を高めるように工夫する。班員からの評価は頑張ったと思った部分を褒めてあげるようにさせる。自己評価が低下した場合も、取組を頑張ったことを労わせ、別の取組と一緒に考えさせるようにする。

資料

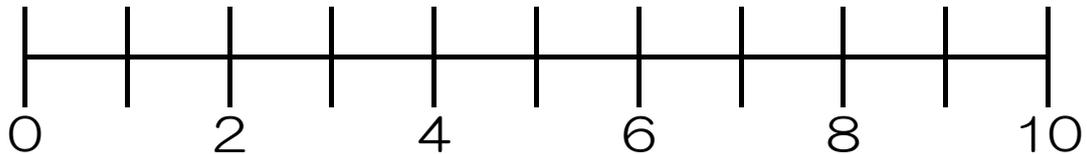
参考文献 「心の健康教育プログラム」

自分のなやみや課題を解決しよう

年 組 名前：

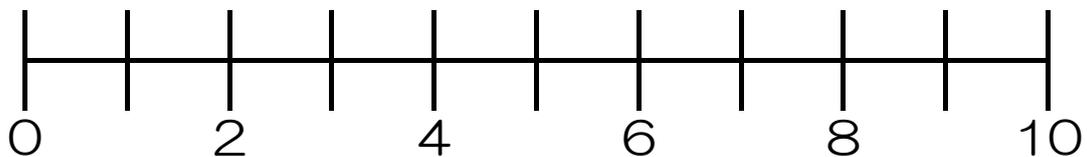
- 1 今、気になること、心配していることを書いてみましょう

- 2 「すごく心配している」を10点としたら、今は何点くらいですか



- 3 友だちからのアドバイスを聞いて、あなたが考えた解決法は？

- 4 「すごく心配している」を10点としたら、今は何点くらいですか



- 5 感想を書きましょう

第3章

特別活動プラン

仲間とのつながりを深める取組を柱とした活動プラン

時期	形態	主題	内容	備考
4月当初の児童が不安を感じているとき	＜新しいクラスに対する児童の不安を軽減させるために、1学期当初に自己紹介と【授業1】を実施する＞			
	年度当初	自己紹介	・自己紹介による仲間づくり	自己紹介を通して不安を軽減するとともに、1年間の学級生活に希望が持てるよう意識させる
	授業1	うまく仲間に入ろう (全学年)	・児童同士をつなぐ仲間づくり ・主体的に仲間に入るスキルや思いやりの態度を育む (コミュニケーション能力、思いやりの表現力)	自分はこのクラスの一員であるという意識を児童が持てるようにする 中学年以上で行うときは「どんな風に言うと相手が嬉しいと思うか」など、相手の立場に立って考えさせる問いかけを行うことで効果を高める
	＜【授業1】で自分がこのクラスの一員であるという感覚・意識を持たせた上で、【授業2】を実施する＞			
授業2	自分の木 (全学年)	・自然とのふれあいの中で、自分を見つめ直す経験をすることで、自尊感情を高める ・友だちと語り合い、共有する体験を通して、思いやりの心を育む (自尊感情・自己効力感、思いやり・他者理解)	活動を通して、児童が語り合う場を設定する 児童同士の関わりを増やすことで、風通しのよい学級づくりを心掛ける 屋外で行うことが望ましいが、屋内で実施する場合は、「自分の木」の代わりに教室内の「自分の好きなもの」に変更することも可能である	
学活	個人目標の設定 学級目標の決定 係活動の決定	・個人目標の設定と学級目標の設定 ・一人一人の役割を明確にし、自分のやるべきことが分かる係活動の設定	【授業1・2】を振り返りながら、明確な個人目標・学級目標や一人一人の係活動の目標を設定させることで、学級集団として全員を同じベクトルに向かわせ、クラスとしての意識を高めることにつなげていく	
	学校生活(教室・授業)のルールの確認	・児童が「安心・安全」に過ごせるルールの確認	児童が「安心・安全」に学校生活を送るために、分かりやすいルールを設定し確認する	
大型連休明けでクラスの落ち着きがなくなったり感じるとき	＜大型連休明けで児童が落ち着かないときに学級活動や【授業3】を実施する＞			
	学活	席替え	・様々な友だちと関わる機会を通して、一人一人の居場所づくりを行う	学級の実態に応じて席替えの方法を考える
	授業3	ねえ聞いて (低学年・中学年)	・あるがままの自分や友だちを受容するクラスづくり ・援助の必要性を体験的に学び、信頼関係を築く (相談・支援を求める力、思いやり・他者理解)	大型連休後、児童は不安な気持ちで登校することが予想されるため、ゆったりと落ち着いた雰囲気の中で行うように留意する ロールプレイをすることで、「困ったときには、いつでも助けてくれる人がいる」という感覚、意識を持たせ、信頼関係を築く
授業3	私の大切な仲間へ (中学年・高学年)	・幅広い友人関係の形成 ・思いやりの心を育てるとともに、仲間を支え合える安心感を醸成する (思いやり・他者理解)	元気がない友だちに声をかける経験を通して、自身が辛いときにも相談や支援を求めることへの抵抗感を小さくさせることをねらいとしている 児童一人一人がクラスの友だちを信頼し、安心感を実感できるよう促す	

(授業の概要)

番号	授業名	授業の概要	主な資料等
授業1	うまく仲間に入ろう	①「クマとあなぐら」ゲームをする ②言われたら嬉しい言葉を考える ③②を意識させてもう一度「クマとあなぐら」ゲームをする ④クラス内で発表し合う	
授業2	自分の木	①「自分の木」を見つける活動を行う ②ペアで「自分の木」を紹介し合う ③ペアの「自分の木」を探しに行く ④クラス内で発表し合う	<ワークシート> じぶんの木をさがそう
授業3	ねえ聞いて	①最近あった困ったことを想起し、その時周りがどうしてくれたか、どうして欲しかったかを発表する ②「困ったカード」を用いて、ロールプレイを行う ③困ったときに助けてくれる人が周りを知り、クラス内で発表し合う	<ワークシート> ①ねえ聞いて ②困ったカード
授業3	私の大切な仲間へ	①自分が悩んだり困ったりしたときに友だちに元気づけられた場面を想起する ②元気がない友だちをイメージして絵や文字で表し、かけてあげる言葉を考える ③友だちにかける言葉を発表し合い、印象に残った言葉を交流する	<ワークシート> やさしいことばでたすけあおう!

時期	形態	主題	内容	備考
事前	学活	宿泊行事に向けた話し合い	・行事目標の決定・確認	<p>宿泊行事に対して、児童がどのような思いで臨みたいのかについて具体的な言葉で表現することで、行事目標を決めただけで終わらないような積極的な参加を促す</p> <p>完成した行事目標や自分の目標を示しながら、これからの宿泊行事に期待を持たせて終える</p> <p>全員が気持ちよく過ごすためのルールを意識させ、決まりを守る意味や大切さを実感させることで自然にルールを守る雰囲気を醸成する</p> <p>「もしもの世界」の共通点について考え、みんなが安全・安心に宿泊行事を過ごすために自分ができることを考えさせる</p> <p>授業1、授業2を振り返らせながら、宿泊行事の目標やそれに対する自分の目標、学級で決めたルールを意識させる</p> <p>宿泊行事で校外の人にお世話になったり、他校の児童と一緒に活動したりするために自分の思いを適切に伝える伝え方について学ぶ</p> <p>ロールプレイの内容を授業2「もしもの世界」で起こり得る場面を想定し、場面に即した主張的な言い方を考える</p>
	授業1	思いを形に！自分たちの目標	<p>・目標を達成するために自分がやることを考える</p> <p>・みんなにしてほしいことを考えることで、みんなが楽しむためのルールをつくる</p> <p>(自治集団、仲間づくり・絆づくり、コミュニケーション能力)</p>	
	授業2	もしもの世界は良い世界？	<p>・ルールを守らなくても良い世界を考える</p> <p>・みんなが安全で安心に宿泊行事を成功させるために決まりを守る意識</p> <p>・宿泊行事を「もしもの世界」にしないために、自分が気をつけることを考えさせる</p> <p>(規律性・道徳性、自治集団、思いやり・他者理解)</p>	
	学活	宿泊行事に向けた話し合い (バス座席、グループ、係など)	・話し合いで決める実践	
	授業3	適切な表現方法	<p>・アサーションの理解と体験</p> <p>・相手の思いを理解した上で、自分の思いを適切に伝える大切さ</p> <p>(思いや考えの表現力、コミュニケーション能力、思いやり・他者理解)</p>	
当日	宿泊行事	(個別・集団指導)	<p>・これまでの授業の目的を引用して指導に当たる</p> <p>(例)今の皆さんは「もしもの世界」の住人になっていないか？</p>	<p>みんなが安全・安心に過ごすためのルールを意識させ、思いを適切に伝える方法を用いながら目標の達成への声かけをする</p>
	授業4	自分の木	<p>・ペアになり自分の木を紹介し合う</p> <p>(自尊感情・自己効力感、思いやり・他者理解)</p>	<p>自分をより深く知ってもらい、相手をより深く知るために自己紹介をする</p>
事後	授業5	友だちの良いところ探し	<p>・宿泊行事で発見した自他の良いところを話す</p> <p>・お互いの頑張りを認め合う</p> <p>(思いやり・他者理解、自尊感情・自己効力感)</p>	<p>宿泊行事の目標や自分の目標に対する自己の振り返りを十分にさせる</p> <p>宿泊行事という場に限定することで具体的に良いところを書かせる</p>

(授業の概要)

番号	授業名	授業の概要	主な資料等
授業1	思いを形に！自分たちの目標	<p>①目標を達成するために自分ができることを考える</p> <p>②目標実現のためにみんなにしてほしいことを考える</p> <p>③みんなにしてほしいことを話し合い、ルールを決める</p> <p>④自分の目標を掲示する</p>	<p><ワークシート></p> <p>①自分の目標</p> <p>②みんなで守るルール</p>
授業2	もしもの世界は良い世界？	<p>①宿泊行事を成功するために決めたルールを確認する</p> <p>②確認したルールと真逆の世界をイメージする</p> <p>③ルールを守らない「もしもの世界」を話し合う</p> <p>④クラス内で発表し合う</p>	<p><ワークシート></p> <p>①嬉しかったり楽になったりすること</p> <p>②つらかったり困ったりすること</p> <p>③どんなことが起こるか</p>
授業3	適切な表現方法	<p>①「イライラさん」「モゾモゾさん」「さわやかさん」の言い方を学ぶ</p> <p>②3つの言い方でロールプレイを行う</p> <p>③お互いが気持ちの良い表現方法を考える</p>	<p><ワークシート></p> <p>①3つの話し方</p> <p>②ロールプレイ1</p> <p>③ロールプレイ2</p>
授業4	自分の木	<p>①五感を研ぎ澄まし気持ちを落ち着かせる</p> <p>②「自分の木」を見つけ、ワークシートに記入する</p> <p>③ペアになりお互いの「自分の木」を紹介する</p>	<p><ワークシート></p> <p>①「自分の木」だと思った理由</p> <p>②「自分の木」はどんな木か</p>
授業5	友だちの良いところ探し	<p>①「良いところカード」に友だちの良いところを記入する</p> <p>②相手に「良いところカード」の内容を伝える</p> <p>③相手や自分の良いところを踏まえて宿泊行事の感想を書く</p>	<p><良いところカード></p> <p>テーマ「宿泊行事で実感した友だちの良いところ」</p>

時期	形態	主題	内容	備考
事前	学活	運動会に向けた話し合い	<ul style="list-style-type: none"> 運動会は何のために行うのか考える（例：最後までやりきる力、一人ではできない演技をみんなで作り上げる協力する力、会を成功させるために運営する力、等） 行事目標の決定・確認 	<p>行事を受け身ではなく主体的に行事に取り組むことができるよう、何のためにするのかを考えさせる</p> <p>行事を成功させるには子どもたちで運営し、盛り上げていかなければならないが、そのためにできることは一人一人違っても良いことを知り、目標を考えさせる</p> <p>目標が勝敗だけにならないよう意識させ、勝ちを目指すことは良いことだが、負ければやってきたことが間違っていたとは言えないことを念頭に置いておく</p>
	授業1	思いを形に！自分たちの目標	<ul style="list-style-type: none"> 目標を達成するために自分がやることを考える みんなにしてほしいことを考えることで、みんなで楽しむためのルールをつくる（自治集団、仲間づくり・絆づくり、コミュニケーション能力） 	<p>リレーのメンバーに任せてしまわないで、練習に付き合ったり、走らなくともタイムを計って応援したり、運動は得意でなくとも、応援旗を作って盛り上げたりするなど各自でチャレンジできる姿勢を育成したい</p> <p>やってみたいだけでなく、みんなにしてほしいことを考えることで、苦手なことを避けずに行事の成功のために自分ができることを探っていく</p>
<p><行事をやらされるのではなく、自分たちのものとして捉えるために目標を立てる。その目標を理解した上で、【授業1】では個別で具体的な目標を立てていく></p>				
授業2	おねがい	<ul style="list-style-type: none"> 友だちにお願いをする場面のロールプレイを通して適切なお願いの仕方を考える お願いをする練習を行う お願いを断られた場面を考える <p>（思いや考えの表現力、コミュニケーション能力、相談・支援を求める力）</p>	<p>行事を成功に導くには子どもたちだけでなく、他学年の協力も不可欠であるため、相手の立場に立って、お願いすることを通して協力する力を身に付けさせたい</p> <p>授業プラン「おねがい」資料の「荷物を運んでほしい」場面をロールプレイする</p> <p>ロールプレイ場を「応援合戦の協力のおねがい」等に活用して実施する</p>	
学活	運動会に向けた練習	<ul style="list-style-type: none"> みんなで協力すること、みんなで目標に向かうこと 目標（大切なもの）の確認 	<p>係活動や演技の練習、リレーの練習などの授業時間外での活動も積極的に良いところを評価する</p>	
<p><【授業1】で一人一人の自分の目標があることを理解させた上で【授業2】を実施する。【授業2】では相手の立場を考えながら協力をお願いする方法を学んでいく></p>				
当日	運動会	（個別・集団指導）	<ul style="list-style-type: none"> 本番前に目標（大切なもの）の確認 	<p>運動会で大切なものは何か</p> <p>【授業1】を振り返る</p>
<p><行事の勝敗にこだわりすぎないように注意し、最初に立てた目標を振り返らせる。一人では行うことができなかったことや学校のリーダーとしてできたことを意識させ【授業3】を実施する></p>				
事後	授業3	友だちの良いところ探し	<ul style="list-style-type: none"> 運動会で発見した自他の良いところを話す お互いの頑張りを認め合う <p>（思いやり・他者理解、自尊感情・自己効力感）</p>	<p>運動会の目標や自分の目標に対する自己の振り返りを十分にさせる</p> <p>勝敗へのこだわりを引きずられないように注意し、「〇〇のせいで勝った、負けた」ではなく、行事までの過程をどう価値づけるかを意識する</p> <p>目標の振り返りを今後の生活につなげるよう意識させる</p> <p>友だちから頑張りを認められることで自尊感情を高めていく</p>

（授業の概要）

番号	授業名	授業の概要	主な資料等
授業1	思いを形に！自分たちの目標	<ol style="list-style-type: none"> ①目標を達成するために自分ができることを考える ②目標実現のためにみんなにしてほしいことを考える ③みんなにしてほしいことを話し合い、ルールを決める ④自分の目標を掲示する 	<p><ワークシート></p> <ol style="list-style-type: none"> ①自分の目標 ②みんなで守るルール
授業2	おねがい	<ol style="list-style-type: none"> ①うまくお願いできなかった経験を思い出す ②ロールプレイから適切なお願いの仕方を考える 例えば応援合戦の取組説明を行うとき、表現演技、競争競技などで意欲の乗らない仲間を誘うような場合が考えられる ③ペアでお願いの練習を行う ④お願いを断られた場面を考える 	<p><ワークシート></p> <ol style="list-style-type: none"> ①うまくお願いできなかった経験 ②良かったところ、悪かったところの理由 ③なぜ断られたのだろうか
授業3	友だちの良いところ探し	<ol style="list-style-type: none"> ①「良いところカード」に友だちの良いところを記入する ②相手に「良いところカード」の内容を伝える ③相手や自分の良いところを踏まえて運動会の感想を書く 勝敗にこだわりすぎないように気をつける （～のせいで勝った、負けたにならないように、取組の過程に注目させる） 	<p><良いところカード></p> <p>テーマ「運動会を通して実感した友だちの良いところ」</p>

時期	形態	主題	内容	備考
クラスの落ち着きがなくなってきたと感じたとき	授業 1	ご機嫌に過ごすための工夫	<ul style="list-style-type: none"> ・ ストレスの対処の仕方 	スクールカウンセラーとのTT (スクールカウンセラーを身近な存在に)
	学級会	よりよいクラスにしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ クラスの問題点を話し合う ・ みんなが楽しく過ごせるクラスにしよう 	まとめて授業 1 を振り返らせる
	授業 2	10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント	<ul style="list-style-type: none"> ・ ストレスマネジメント技法の習得 	授業 1 を振り返らせる
	授業 3	頭にきたときのよりよい対応	<ul style="list-style-type: none"> ・ 怒りを適切に表現する 	授業 1、授業 2 を振り返らせる
			(ストレスマネジメント能力) (セルフコントロール能力)	緊張やプレッシャーへの対処も

(授業の概要)

番号	授業名	授業の概要	主な資料等
授業 1	ご機嫌に過ごすための工夫	① イライラしたときの対処方法を付箋に書く ② 班内で発表し、付箋を模造紙に貼る ③ 似た内容の付箋をグループにして、タイトルを付ける ④ 班ごとに発表する	
授業 2	10秒呼吸法を使ったストレスマネジメント	① 緊張したりプレッシャーを感じたときのことを思い出す ② 緊張する場面での工夫についてワークシートに記入 ③ 10秒呼吸法を学ぶ ④ みんなと一緒に練習をする	<ワークシート> (1) 緊張したときの体の変化 (2) そのときに行っている工夫 (3) クイズ (「息」は自分の心と書く) (4) 感想を書きましょう
授業 3	頭にきたときのよりよい対応	① 頭にきたときの対応をワークシートに記入、話し合い ② その対応をしたあとどうなるかをワークシートに記入 ③ よりよい対応方法について学ぶ ④ ロールプレイを行う	<ワークシート> (1) どんな対応をして、どうなるか (2) 「攻撃」「がまん」等の対応でどうなるか (3) ロールプレイの場面 (4) 感想を書きましょう

時期	形態	主題	内容	備考
事前	(上級児童) 授業1	大切なからだ	<ul style="list-style-type: none"> 心とからだの大切さ 一人ひとりがかかけがえのない存在 (自尊感情・自己効力感、思いやり・他者理解) 	下級児童への思いやり
	(下級児童) 授業2	うまく仲間に入ろう	<ul style="list-style-type: none"> 自分から仲間に入ろうとする態度 積極的に関わることへの肯定感 (コミュニケーション能力) 	異学年交流への効力感
当日	異学年交流		(例) <ul style="list-style-type: none"> スポーツ、遊び 学校探検 一緒に食べよう 共同制作、合奏 など 	上級児童が主体的に行えるような取組 (上級児童…自尊感情・自己効力感) (下級児童…コミュニケーション能力)
事後	(上級児童) 授業3	私の大切な仲間へ	<ul style="list-style-type: none"> 困っている他者へ積極的に支援する態度 相手の気持ちを考えた言葉かけ (思いやり・他者理解) 	異学年交流をきっかけとして
	(下級児童) 授業4	私のまわりには・・・	<ul style="list-style-type: none"> 自分はたくさんの人に守られている実感 相談すれば助けてもらえるという実感 (相談・支援を求める力、思いやり・他者理解) 	異学年交流をきっかけとして

(授業の概要)

番号	授業名	授業の概要	主な資料等
授業1	大切なからだ	①「命」という言葉から連想されるものを発表する ②ペアになって生きている証を探す ③人間マップを作成する	<人間マップ> 模造紙を人型に切り取り、自分の成長を振り返られる写真や文章などを貼り付ける。
授業2	うまく仲間に入ろう	①仲間への入り方について考える ②クマとあなぐらゲームをする ③言い方について工夫する ④仲間に入れたときの気持ちを発表する	<クマとあなぐらゲーム> 2人の児童が両手を繋いで輪を作り、クマ役の児童が「入れて」と言ったら「いいよ」と言って輪の中に入り座る。これを繰り返す。
授業3	私の大切な仲間へ	①自分が困ったときに友人に助けられたことを思い出す ②元気のない友だちにかけてあげる言葉を考える ③考えた言葉を発表し合う ④どうしてその言葉が心にしみるかを考える	
授業4	私のまわりには・・・	①自分のまわりにいるたくさんの人を想起する ②ワークシートに記入する ③完成した図を見て感じたことを書く ④グループで発表し合う	<ワークシート> 中心に自分の顔を描き、その周りに「大事にしてくれる」「相談に乗ってくれる」「気の合う」などの人を書き込んでいく

第4章

アンケートツール

「CoCoLo-34」について

「CoCoLo-J」について

「いじめ未然防止プログラム」の活用にかけるアンケート

「CoCoLo-34」の利用について

「CoCoLo-34」は「いじめ未然防止プログラム」の活用時に生かせる実態アンケートです。取組の前後に児童生徒を対象に実施することによって、児童生徒の資質・能力の様子を分析しやすくなり、分析の結果をもとに、授業プランの選択や、取組内容の検討、取組の評価等に生かすことができます。

「CoCoLo-34」の特徴

<アンケート用紙>

- 34 項目の質問に○をつけて答えるだけの簡単なアンケート
- 児童生徒自身がいじめをしない、させない、見逃さないために育みたい 11 の資質・能力がどの程度身についているかを測定
- 所要時間は 5 ～10 分程度
- 小学校 5 年生から高校 3 年生までの児童生徒に実施可能

<分析ツール>

- 結果を入力するだけで分析用の資料を自動で作成
- 自校の児童生徒の 11 の資質・能力の様子をグラフ等で視覚的に表示
- 推奨される授業プランが自動で選択され、授業案の表示も可能

利用手順

- 1 <アンケート用紙>をダウンロードし、児童生徒数印刷する
※両面印刷すると見開き 1 枚になります
- 2 教員が、表紙に記載されている注意点を読み上げた後、児童生徒に回答させる
※正直な思いを記入しやすくするために無記名で実施することを想定していますが、学校の判断で、余白等に氏名や出席番号等の記入をさせても構いません
- 3 回収した<アンケート用紙>の表紙に、通し番号を記入する
※出席番号等を記入させている場合は、その番号で代用することも可能です
- 4 <分析ツール>に、学校名等の基本情報を入力後、アンケートを実施した児童生徒の回答（0～3の数値）等を入力する
- 5 入力が終われば、「結果シート①」「結果シート②」が自動で作成されているので、それぞれのシートを印刷し、学年会議等の資料にする

結果シートについて

「結果シート」はアンケートの集計結果をグラフ等で視覚的に示しています。学年会議等で、この資料を参考にしながら児童生徒の様子を分析することで、実施する授業プランの選択や、今後の取組内容の検討等が行えます。また、取組の事後に再度「CoCoLo-34」を実施すれば、取組の評価や再検討に活用することもできます。

1 「結果シート①」について

(1)「全体の様子」

11の資質・能力がどの程度身についているかを、基準値を0としたレーダーチャートで示しています。

- ・11角形の大きさ…大きいほどよく身につけている
- ・11角形の形………正11角形に近いほどバランスがよい

(2)「分布の様子」

11の資質・能力それぞれについて、児童生徒一人一人の回答を「低い」「やや低い」「標準」「やや高い」「高い」の5段階で評定し、評定ごとの人数を棒グラフで示しています。カテゴリ別においても同様に表示しています。

- ・「低い」と判定された人数が多い資質・能力に対しては、集団及び個別に向けた取組の内容等、その対応の在り方について十分な協議を行ってください
- ・児童生徒一人一人の結果は「(参考)個人別評定」のシートで確認できます

(3)「強みとして伸ばしたい資質・能力」「課題となる資質・能力」

「全体の様子」において得点の高かった、または低かったカテゴリ1つと資質・能力2つを表示しています。また、「分布の様子」において「高い」または「低い」と判定された児童生徒の多い資質・能力を2つ表示しています。

- ・「全体の様子」は全体の平均的な傾向、「分布の様子」はその人数分布が示されているので、結果が一致するとは限りません
- ・教員が日ごろの観察から感じている様子と、この結果を合わせて考察することで、より適切な分析が行えます

(4)「参考となる授業プラン」

「課題となる資質・能力」で示された資質・能力の向上が期待できる授業プランを表示しています。パソコンの画面上では、表示されている授業プラン名をクリックすると、それぞれの授業案のPDFファイルが表示され、印刷することができます。

- ・授業プランの実施だけでなく、児童生徒会活動や様々な行事等と関連付けた組織的な取組を行うことで、より効果が期待できます
- ・「いじめ未然防止プログラム」の中の「特別活動プラン」に、授業プランを柱とした組織的な取組の例を紹介していますので活用してください

2 「結果シート②」について

各質問項目における回答ごとの人数を、男女別に示しています。「いじめに関連する項目」は11の資質・能力に関するものではなく、いじめの「加害」「被害」「個人の傍観」「集団の傍観」の行動に関する項目です。いじめ関連行動の実態把握等に活用できます。

アンケート調査へのご協力のお願い

- ❀ このアンケート調査は、みなさんの学校生活に関する調査です。
- ❀ この調査は、学校の成績とは全く関係ありません。また、それぞれの質問には、正しい答えや間違っただけの答えというものはありません。ですから、現在のあなたのことを正直に答えてください。
- ❀ この調査への回答は強制的なものではありません。答えたくない時には途中でやめてもかまいません。
- ❀ プライベートなことなので他の人のアンケートを見てはいけません。
- ❀ 回答後に記入漏れがないか必ず確認をしてください。



はじめに記入してください。

ねんせい <u> </u> 年生	くみ <u> </u> 組	せいべつ 性別 : <u> </u>	おとこ 男	おんな 女
---	--	--------------------------------	----------	----------

(どちらかに○)



【Q1】下の1番から27番の内容は、普段のあなたにどれくらい当てはまりますか。「全然当てはまらない」ものを0、「すごく当てはまるもの」を3として、一番近いと思う数字に0を書いてください。

		当 全 然 は ま ら な い	当 あ ま り は ま ら な い	当 だ い は ま り る	当 す こ く は ま る
1	いやなことがあったときには、それを繰り返さないよう工夫をしている	0	1	2	3
2	ちょっとしたことで、怒ったりすねたりしない	0	1	2	3
3	今の自分にだいたい満足している	0	1	2	3
4	友だちが悪いことをしようとしているときには止めようとする	0	1	2	3
5	困っている人がいたら、助けている	0	1	2	3
6	相手に迷惑をかけたときには、素直に謝る	0	1	2	3
7	友だちのいやがることをしたり言ったりする	0	1	2	3
8	友だちから何かを頼まれたり、誘われたりすると、断りたくてもうまく断れない	0	1	2	3
9	ひとりで解決できないときは、誰かに相談する	0	1	2	3
10	いやなことがあったときには、何が原因かを考えるようにしている	0	1	2	3
11	人から注意や批判をされたとき、怒ったりすねたりしない	0	1	2	3
12	自分には良いところが、いくつかある	0	1	2	3
13	友だちのしていることを良くないと思ったときには、注意する	0	1	2	3
14	友だちにいやなことをされたり言われたりする	0	1	2	3
15	ひとりぼっちの子がいたら、声をかけている	0	1	2	3
16	自分が間違っていたときには、素直に認める	0	1	2	3
17	いやなことをされても相手に「やめて」と言えない	0	1	2	3
18	つらいことや困ったことがあったときには、誰かに助けをもらう	0	1	2	3

19	いやなことがあったときには、どうすれば良いか考えるようにしている	0	1	2	3
20	友だちからいやなことを言われたとき、すぐにカッとなったりしない	0	1	2	3
21	いじめがあるとわかっていても関わらない	0	1	2	3
22	自分には人にじまんでできることが、いくつかある	0	1	2	3
23	人に対する暴力や暴言を見たとき、やめさせようとする	0	1	2	3
24	落ち込んでいる人がいたら、励ましている	0	1	2	3
25	人に助けてもらったとき、素直に「ありがとう」と言う	0	1	2	3
26	自分の考えが相手と違っているかも知れないときには、自分の考えを言えない	0	1	2	3
27	どうすればいいか迷ったとき、誰かに相談する	0	1	2	3

【Q2】下の1番から7番の内容は、普段のあなたクラスのようにすにどれくらい当てはまるとお思いますか。「全然当てはまらない」ものを0、「すごく当てはまるもの」を3として、一番近いと思う数字に0を書いてください。

		全然 当ては まら ない	あ ま り は ま ら ない	だ い た い は ま い る	す こ く は ま る
1	私のクラスはみんな仲がいい	0	1	2	3
2	私のクラスは、学級や班での活動にみんな協力している	0	1	2	3
3	私のクラスは、決められたことを守っている	0	1	2	3
4	私のクラスは、とても居心地がよい	0	1	2	3
5	私のクラスは、お互いに注意しあえる	0	1	2	3
6	私のクラスは、授業中と休み時間のけじめがある	0	1	2	3
7	私のクラスは、いじめがあれば知らんぷりをしない	0	1	2	3

アンケートはこれで終わりです。記入もれがないか、確かめてくださいね。

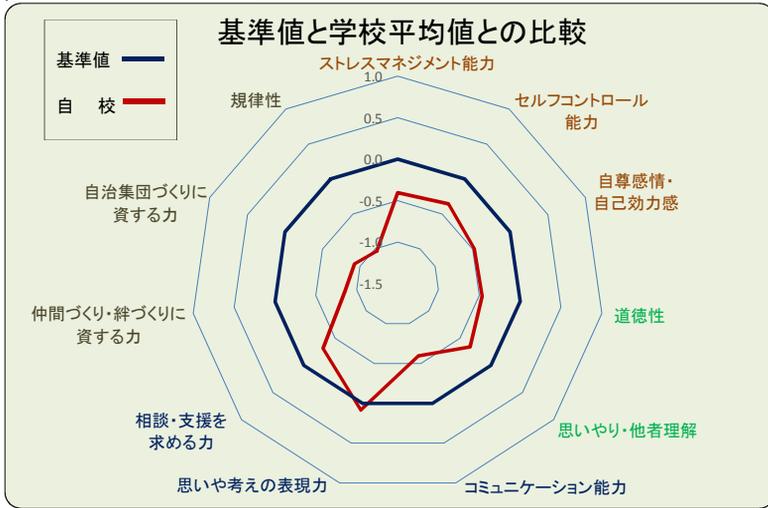




きょうりょく
ご協力ありがとうございました。



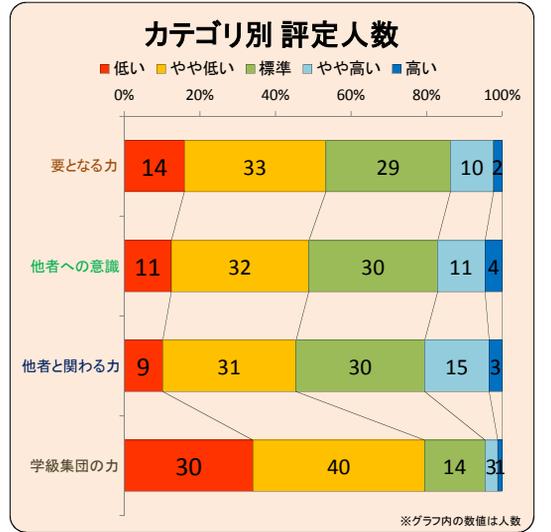
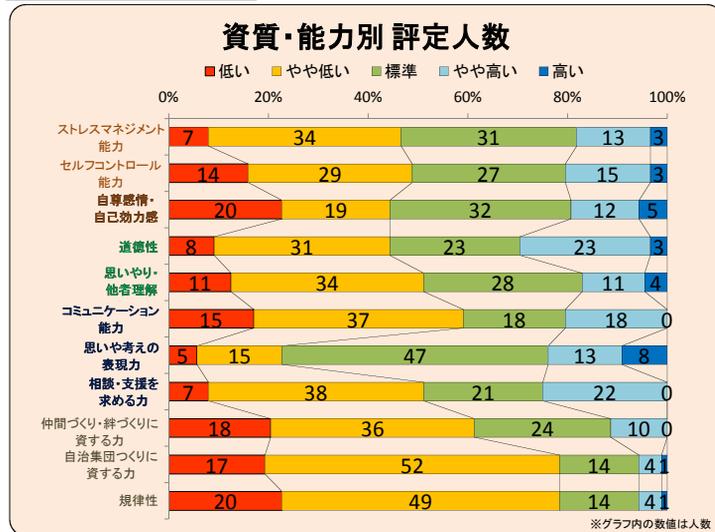
全体の様子



カテゴリと資質・能力について

(カテゴリ)	(資質・能力)	(内容)
要となる力	ストレスマネジメント能力	自分のストレスとうまくつきあっている能力
	セルフコントロール能力	自分の感情の高まりやそれによる行動を自己制御できる能力
	自尊感情・自己効力感	自分の存在価値を認識し、自分に自信が持てる感覚
他者への意識	道徳性	道徳的価値感に基づいた実践力
	思いやり・他者理解	他者への気遣いや優しさを持って行動する力
他者と関わる力	コミュニケーション能力	人間関係を良好に保とうとすることができる能力
	思いや考えの表現力	自分の思いや考えを、うまく表現できる力
	相談・支援を求める力	自ら他者に相談や支援を求められる力
学級集団の力	仲間づくり・絆づくりに資する力	心通い合う集団を主体的に目指せる力
	自治集団づくりに資する力	児童生徒同士で良い集団となろうとする力
	規律性	集団生活を乱さない行動力

分布の様子



強みとして伸ばしたい資質・能力

全体の様子より	カテゴリ別 … 他者と関わる力	「全体の様子」で得点が高いカテゴリを1つ表示しています。自校の強みとして更に伸ばしていきたい特徴と考えられます。
分布の様子より	資質・能力別 … 思いや考えの表現力 相談・支援を求める力	「分布の様子」で得点が高い資質・能力を2つ表示しています。自校の強みとして更に伸ばしていきたい特徴と考えられます。
分布の様子より	資質・能力別 … 思いや考えの表現力 自尊感情・自己効力感	「分布の様子」で「高い」と判定された児童生徒が多い資質・能力を2つ表示しています。資質・能力が特に高い児童生徒の傾向と考えられます。

課題となる資質・能力

全体の様子より	カテゴリ別 … 学級集団の力	「全体の様子」で得点も最も低いカテゴリを1つ表示しています。基準値と比較したときの自校の課題と考えられます。
分布の様子より	資質・能力別 … 規律性 自治集団づくりに資する力	「分布の様子」で得点が高い資質・能力を2つ表示しています。自校の課題として積極的に育んでいきたい資質・能力だと考えられます。
分布の様子より	資質・能力別 … 自尊感情・自己効力感 規律性	「分布の様子」で「低い」と判定された児童生徒が多い資質・能力を2つ表示しています。資質・能力が特に低い児童生徒の課題の傾向と考えられます。

参考となる授業プラン

※「課題となる資質・能力」を対象とした授業プランを示しています

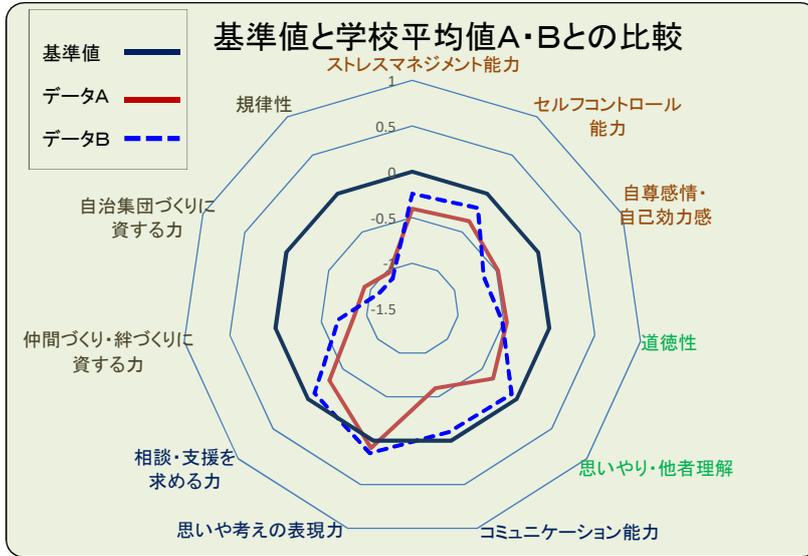
規律性	自治集団づくりに資する力	自尊感情・自己効力感
「オリジナルボールゲームを登録しよう」	「マナーブックづくり」	「私は私が好きです。なぜなら…」
「救える自分になろう」	「自分らしさとその人らしさ」	「私ってどんな人？」
		「役割交換てがみ」

「CoCoLo-34」結果比較シート

研修市立こころ中学校 2年生 1組

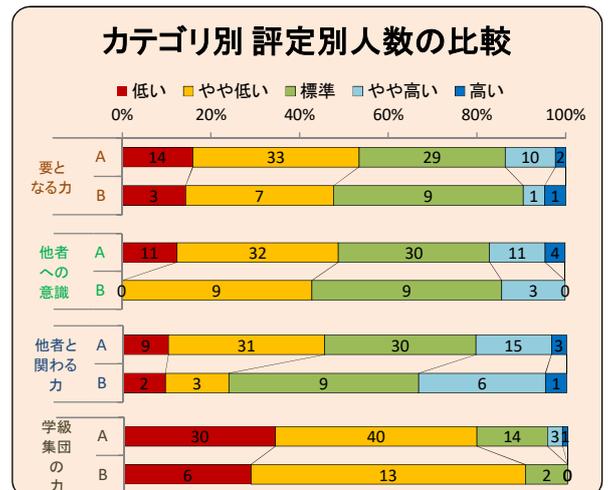
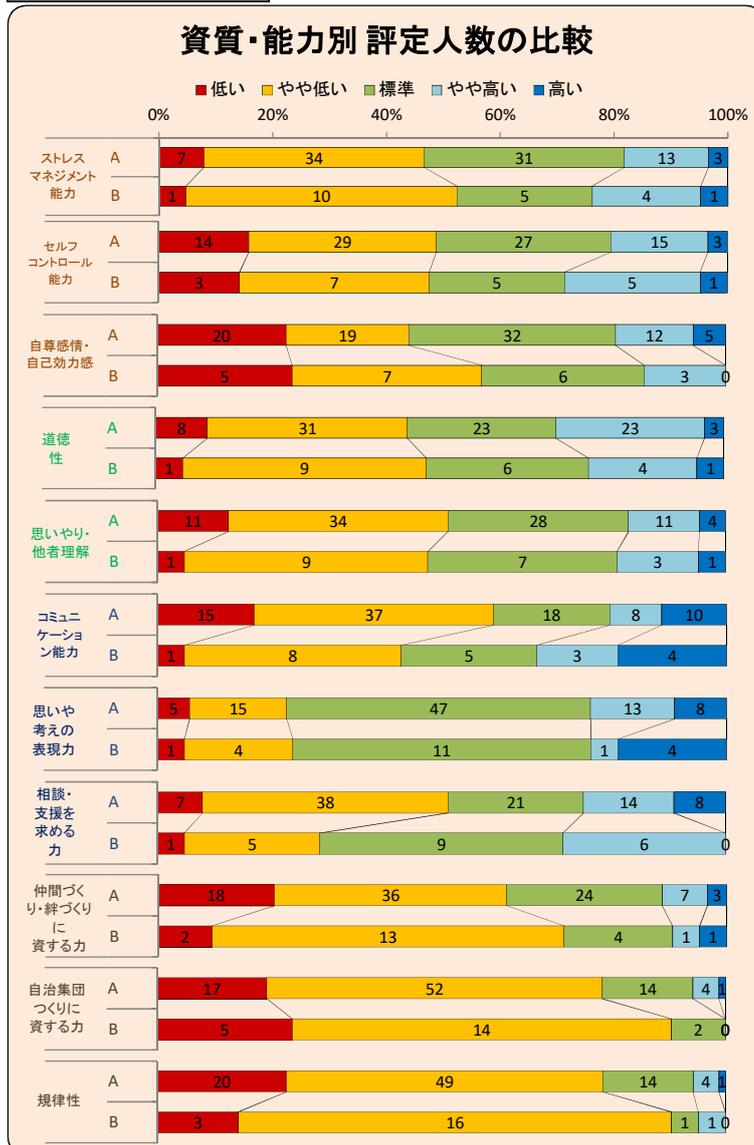
A	4月
B	11月

全体の様子



カテゴリと資質・能力について		
(カテゴリ)	(資質・能力)	(内容)
要となる力	ストレスマネジメント能力	自分のストレスとうまくつきあっている能力
	セルフコントロール能力	自分の感情の高まりやそれによる行動を自己制御できる能力
	自尊感情・自己効力感	自分の存在価値を認識し、自分に自信が持てる感覚
他者への意識	道徳性	道徳的価値感に基づいた実践力
	思いやり・他者理解	他者への気遣いや優しさを持って行動する力
他者と関わる力	コミュニケーション能力	人間関係を良好に保とうとすることができる能力
	思いや考えの表現力	自分の思いや考えを、うまく表現できる力
	相談・支援を求める力	自ら他者に相談や支援を求められる力
学級集団の力	仲間づくり・絆づくりに資する力	心通い合う集団を主体的に目指せる力
	自治集団づくりに資する力	児童生徒同士で良い集団となろうとする力
	規律性	集団生活を乱さない行動力

分布の様子



(平均値の高い方が網掛け)				
資質・能力	Aの平均値	Bの平均値	差(B-A)	
要となる力	ストレスマネジメント能力	1.61	1.71	0.10
	セルフコントロール能力	1.55	1.67	0.12
	自尊感情・自己効力感	1.17	1.05	-0.12
他者への意識	道徳性	1.33	1.30	-0.03
	思いやり・他者理解	1.54	1.71	0.17
他者と関わる力	コミュニケーション能力	2.02	2.29	0.27
	思いや考えの表現力	1.75	1.79	0.04
	相談・支援を求める力	1.56	1.73	0.17
学級集団の力	仲間づくり・絆づくりに資する力	1.43	1.55	0.12
	自治集団づくりに資する力	1.28	1.17	-0.11
	規律性	0.79	0.74	-0.05
カテゴリ別	要の力	1.44	1.48	0.04
	他者への意識	1.44	1.51	0.07
	他者と関わる力	1.78	1.94	0.16
	学級集団の力	1.17	1.15	-0.02

※平均値の欄は質問1項目あたりの平均得点(3点満点)を示しています。

「いじめ未然防止プログラム」の活用にかけるアンケート

「CoCoLo-J」の利用について

「CoCoLo-J」は「いじめ未然防止プログラム」の活用にかける小学校低・中学年用のアンケートです。取組の前に教員が回答することによって、児童の資質・能力の様子を分析しやすくなり、分析の結果をもとに、授業プランの選択や、取組内容の検討、取組の評価等にかかすことができます。

「CoCoLo-J」の特徴

<アンケート用紙>

- 質問は30項目で、2名の教員で回答、所要時間は5～10分程度
- 児童自身がいじめをしない、させない、見逃さないために育みたいIIの資質・能力に関する言動の様子を示した質問項目
- 小学校1年生から4年生までの児童を対象として実施可能

<分析ツール>

- 結果を入力するだけで分析用の資料を自動で作成
- 対象児童のIIの資質・能力に対する教員の理解をグラフ等で視覚的に表示
- 推奨される授業プランが自動で選択され、授業案の表示も可能

利用手順

- 1 <アンケート用紙>をダウンロードし、2部印刷する
※「担任」用と「そのクラスによく関わっている先生」用の2部
- 2 「担任」と「そのクラスによく関わっている先生」の2名の教員が回答する
※1クラスにつき必ず2名で回答してください
※同じクラスについて回答する2名の先生は、お互いに相談したり見せ合ったりせずに、御自身の考えで、別々の用紙に回答してください
- 3 <分析ツール>に、学校名等の基本情報を入力後、アンケートを実施した2名分の回答(数値等)を入力する
- 4 入力が終われば、「インベントリーシート」が自動で作成されているので、そのシートを印刷し、回答した2名の先生で「インベントリーシート」を見ながらそのクラスの状況や課題、今後の取組の在り方等を協議し、実践にかかす
※回答した2名によるこの協議を十分に充実させることが大変重要となります
※別紙「インベントリーシートの見方と活用」をよく読んでから協議してください

<回答の際の注意>

- このアンケートは、1クラスにつき、「担任の先生」と「隣のクラスの担任や専科等、このクラスによく関わっている先生」の**2名で回答**してください。
- 同じクラスについて回答する2名の先生は、**お互いに相談したり見せ合ったりせずに、御自身の考えで、別々の用紙に回答**してください。

設問1 ①このクラスに次のような児童はどれくらいいますか。右の①の欄の5~1から当てはまる数字を1つ選んで○を記入してください。

②また、これらの様子が現在、そのクラスの強みとなっていると感じるものであれば「○」を、課題となっていると感じるものであれば「×」を右の②の欄に記入してください(いくつでも構いません)。

質問番号	児童の様子	①このような児童が…					②そのクラスの… 強み○ 課題× (どちらでもないは空欄)
		多い 5	やや多い 4	半数ほど 3	やや少ない 2	少ない 1	
1	嫌なことがあっても、気持ちを切り替えることができる	5	4	3	2	1	
2	ちょっとしたことで、怒ったりすねたりしない	5	4	3	2	1	
3	「どうせ自分なんて」「どうせ無理だ」など自分を否定するような発言をしない	5	4	3	2	1	
4	困っている人がいたら、助けている	5	4	3	2	1	
5	友だちが悪いことをしようとしているときに、止めようとする	5	4	3	2	1	
6	相手に迷惑をかけたときに、素直に謝る	5	4	3	2	1	
7	友だちから何かを頼まれたり、誘われたりしたときに、うまく断ることができる	5	4	3	2	1	
8	ひとりで解決できないときに、大人に相談する	5	4	3	2	1	
9	嫌なことがあっても、どうすればよいかを考えることができる	5	4	3	2	1	
10	人から注意や批判をされたときに、怒ったりすねたりしない	5	4	3	2	1	
11	好きなことに自信をもって取り組むことができる	5	4	3	2	1	
12	ひとりぼっちの子がいたら、声をかけている	5	4	3	2	1	
13	友だちのしていることを良くないと思ったときに、注意する	5	4	3	2	1	
14	自分が間違っていたときに、素直に認める	5	4	3	2	1	
15	嫌なことをされたときに、相手に「やめて」と言える	5	4	3	2	1	
16	つらいことや困ったことがあったときに、誰かに助けをもらおうとする	5	4	3	2	1	
17	嫌な気持ちを押し込めたり爆発させたりせずに、うまく発散できる	5	4	3	2	1	
18	友だちから嫌なことを言われたときに、すぐにカッとなったりしない	5	4	3	2	1	
19	自分の良いところを言える	5	4	3	2	1	
20	困っている子に対して声掛けなどの援助を行っている	5	4	3	2	1	

次のページへ続く

質問 番号	児童の様子	①このような児童が…					②そのクラスの… 強み○ 課題× (どちらでもないは空欄)
		多い 5	やや多い 4	半数ほど 3	やや少ない 2	少ない 1	
21	人に対する暴力や暴言を見たときに、やめさせようとする	5	4	3	2	1	
22	人に助けもらったときに、素直に「ありがとう」と言う	5	4	3	2	1	
23	自分の考えが相手と違っているかもしれないときに、自分の考えを言える	5	4	3	2	1	
24	どうすればいいか迷ったときに、大人に相談する	5	4	3	2	1	
25	嫌なことがあっても、前向きに行動することができる	5	4	3	2	1	

設問2 ①このクラスについて、あなたは次のような様子をどの程度に感じていますか。右の①の欄の4～1から当てはまる数字を1つ選んで○を記入してください。
②また、これらの様子が現在、そのクラスの強みとなっていると感じるものであれば「○」を、課題となっていると感じるものであれば「×」を右の②の欄に記入してください(いくつでも構いません)。

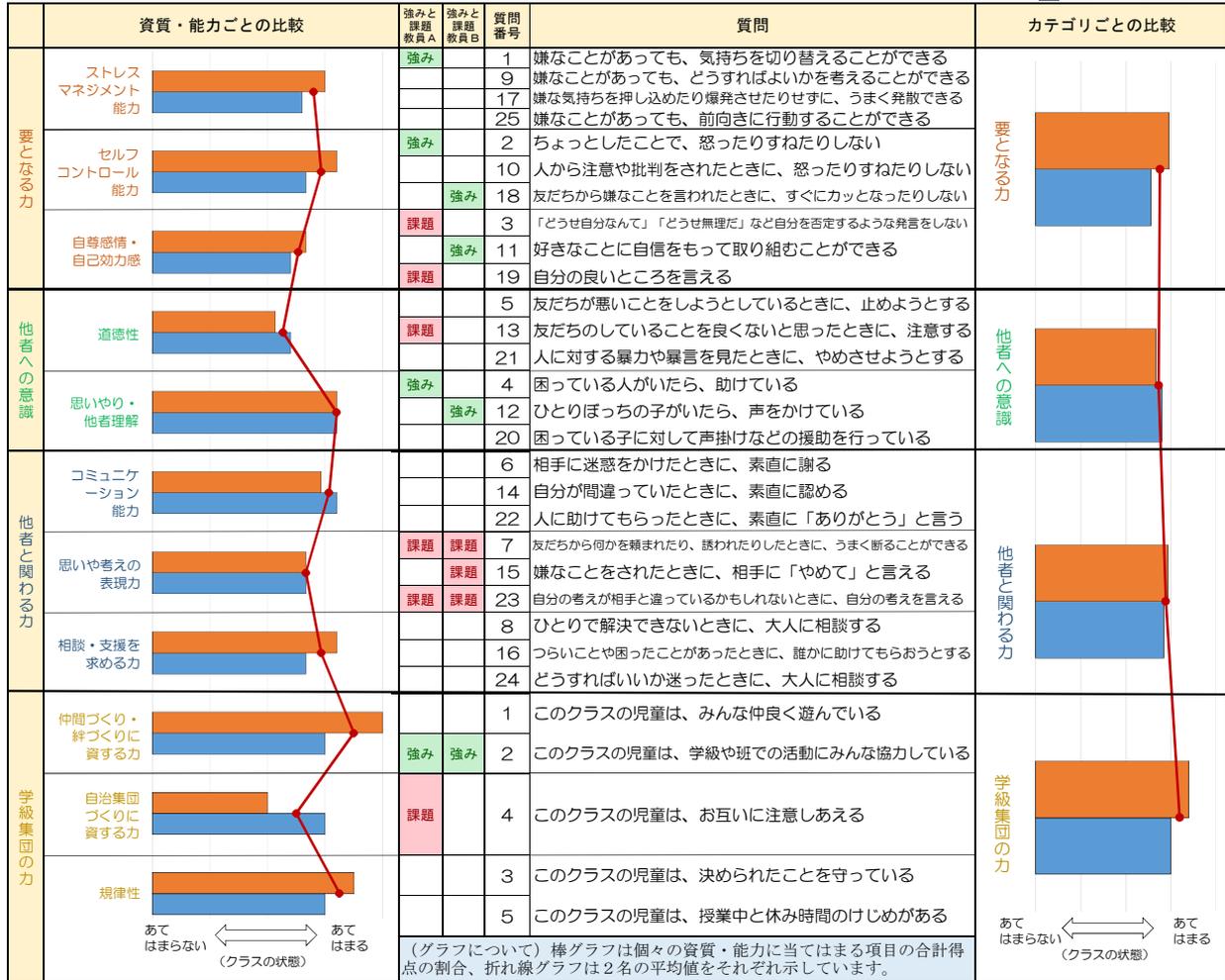
質問 番号	クラスの様子	①このような様子について…				②そのクラスの… 強み○ 課題× (どちらでもないは空欄)
		4 と そ う も 思 う	3 ま あ ま あ う 思 う	2 あ ま ま あ う 思 わ な い	1 全 く そ う 思 わ な い	
1	このクラスの児童は、みんな仲良く遊んでいる	4	3	2	1	
2	このクラスの児童は、学級や班での活動にみんな協力している	4	3	2	1	
3	このクラスの児童は、決められたことを守っている	4	3	2	1	
4	このクラスの児童は、お互いに注意しあえる	4	3	2	1	
5	このクラスの児童は、授業中と休み時間のけじめがある	4	3	2	1	

回答は以上です

※全ての回答が終われば、記入した数値等を付属の分析ツール(Excel)に入力してください

教員A： 兵庫 花子
教員B： 加東 太郎

1. 回答の結果



2. このクラスの強み

I 身につけている児童が比較的多い資質・能力（平均値より）
1 仲間づくり・絆づくりに資する力
2 規律性
3 思いやり・他者理解
II 「強み」と感じている資質・能力（一致分）
・ このクラスの児童は、学級や班での活動にみんな協力している

3. このクラスの課題

III 身につけている児童が比較的小さい資質・能力（平均値より）
1 道徳性
2 自治集団づくりに資する力
3 自尊感情・自己効力感
IV 「課題」と感じている資質・能力（一致分）
・ 友だちから何かを頼まれたり、誘われたりしたときに、うまく断れる
・ 自分の考えが相手と違っているかもしれないときに、自分の考えを言える

4. 「授業プラン」

V 推奨される「授業プラン」（平均値より）
1 道徳性
「みんなのきもち」
「あだな」
「もしもの世界は良い世界？」
2 自治集団づくりに資する力
「みんなで挑戦！」
「カラーコピー大作戦」
「思いを形に！自分たちの目標」
3 自尊感情・自己効力感
「自分の木」
「大切なからだ」
「私ってどんな人？」

○上記は「III 身につけている児童が比較的小さい資質・能力」の結果に対応する授業プランを表示しています。

○上から順に低・中・高学年用の授業プランを示していますが、該当学年でない授業プランもアレンジ次第で利用することができます。

I・IIIは上記折れ線グラフのそれぞれ上位・下位の3つの資質・能力を表示しています（児童の多さ）。II・IVはそれぞれ「強み」「課題」の回答が2名で一致した項目を表示しています（集団に対する影響）。これらを総合的に見て、クラスの今の状況の分析や、今後の対応策の検討に役立ててください。

「いじめ未然防止プログラム」の活用にかけるアンケート 「CoCoLo-J」インベントリーシートの見方について

1 「1.回答の結果」について

(1) グラフについて

棒グラフの長さは、2名の先生が回答した“その項目に当てはまる児童数”を表しています。
グラフが長いほど該当児童の数が多くなります。

- ・左側のグラフ …「I」の資質・能力」ごとの結果
- ・右側のグラフ …「カテゴリ」ごとの結果
- ・オレンジ色の棒グラフ…教員A(担任)による回答
- ・青色の棒グラフ …教員B(担任以外)による回答
- ・赤色の折れ線グラフ …教員A・教員Bの回答の平均値

(2) 「強みと課題」について

アンケートで「強み(O)」「課題(X)」と回答した項目を教員別に示しています。

2 「2.このクラスの強み」について

(1) 「I 身についている児童が比較的多い資質・能力」について

赤色の折れ線グラフ(2名の先生の平均値)の上位3つの資質・能力を示しています(同値の場合はグラフのより上側に記載されているものを表示)。

(2) 「II 「強み」と感じている資質・能力」について

2名の先生の回答に共通していた「強み」を表示しています。最大10項目まで表示されます。
共通しているものがない場合は空欄となります。

3 「3.このクラスの課題」について

(1) 「III 身についている児童が比較的少ない資質・能力」について

赤色の折れ線グラフ(2名の先生の平均値)の下位3つの資質・能力を示しています(同値の場合はグラフのより上側に記載されているものを表示)。

(2) 「IV 「課題」と感じている資質・能力」について

2名の先生の回答に共通していた「課題」を表示しています。最大10項目まで表示されます。
共通しているものがない場合は空欄となります。

4 「4.授業プラン」について

「III 身についている児童が比較的少ない資質・能力」で示された3つの資質・能力に対応する「いじめ未然防止プログラム」の「授業プラン」を3つずつ表示しています。上から低学年用、中学年用、高学年用の順に示されていますが、該当する学年のものでなくてもアレンジ次第で利用可能です。

「授業プラン」は、県立教育研修所Webページにある「いじめ未然防止プログラム」から授業案やワークシートをダウンロードできます。また、一部の「授業プラン」については教師用映像補助資料(解説動画)を見ることがもできます。



いじめ未然防止プログラム

「いじめ未然防止プログラム」の活用にかけるアンケート

「CoCoLo-J」インベントリーシートの活用について

* 結果をもとにした今後の取組検討についての留意点 *

(1) 本インベントリーシートの目的

「CoCoLo-J」は、「いじめをしない・させない・見逃さない」ことに関連する11の資質・能力の観点から、実施クラスの状態を視覚的に整理するものです。今後のいじめ未然防止への取組の指針を検討するための判断材料のひとつとして利用してください。

この結果は、回答した先生自身が感じている状態を整理し、可視化したものです。あくまで先生から見た児童の姿を整理したものであり、児童自身が回答したものではないことに留意してください。また、児童の見方は関わっている人によってさまざまです。2名の先生が回答するのは、児童の姿を複眼的にみて、より多角的・多面的な視点からクラスの状態を正確に理解するためです。

(2) グラフと「強み」「課題」の捉え方

グラフの長さは、回答した先生が「その項目に関連する児童が多いと考えているか、あるいは少ないと考えているか」を表しています。また、「強み」と「課題」はその資質・能力が「このクラスの強みとなっていたり課題になっていたりにしているか」に対する先生自身の考えを示しています。ただし、インベントリーシートの結果だけからクラスの状態をすべて判断できるというわけではないことに注意してください。

例えば、すぐにカッとなる児童が数人おり、その数人がクラスに大きな影響力を与えている状況の場合には、質問18の「友だちから嫌なことを言われたときに、すぐにカッとなったりしない」という児童の数は多い（棒グラフが長い）といった、一見肯定的に見える回答結果になる場合があります。

この例のように、棒グラフの長さでクラスの「強み」や「課題」が一致しない場合もありますので、グラフ（児童の多さ）と「強み」・「課題」（集団に対する影響）の両方の結果、さらにはクラスの実態を考え合わせて、今後の対応の在り方を検討するようにしてください。

<グラフと「強み」「課題」とを合わせた考察の例>

①グラフは比較的長いですが、含まれる項目に「課題」が表記されている

（状況例）その資質・能力に課題のある一部の児童のクラスへ与える影響力が大きい

（対応例）課題のある一部の児童への個別の対応

②グラフは比較的短いですが、含まれる項目に「強み」が表記されている

（状況例）その資質・能力が高い一部の児童のクラスへ与える影響力が大きい

（対応例 1）その一部の児童を生かした学級経営

（対応例 2）その一部の児童が辛い思いをしったり埋もれてしまったりしないような配慮

③グラフは比較的長く、含まれる項目に「強み」が表記されている

(状況例) その資質・能力が高い児童が多いことが、そのクラスの「強み」となっている

(対応例) その「強み」を軸とした学級経営

④グラフは比較的短く、含まれる項目に「課題」が表記されている

(状況例) その資質・能力が低い児童が多いことが、そのクラスの「課題」となっている

(対応例 1) その資質・能力を高めるための具体的な取組を実施

(対応例 2) 全体への取組(「授業プラン」の実施等)だけでなく、日常的な個別への働きかけの徹底や工夫

(3) 2名の先生の回答の比較

2名の先生の回答が共通しているものは、立場の違う先生から見ても同じようにクラスの様子が感じられているということです。2名の先生の回答が共通している項目はこのクラスの顕著な特徴であると捉えて、「強み」であればそれを生かし、「課題」であればそれを克服するような積極的な取組を実施してください。

一方、2名の先生の回答が大きく異なる場合は、立場や関わり方の違いによる別の視点からの有益な情報と捉えることができます。自分が教室にいない時のクラスの状況を正確に把握することは難しく、むしろ自分が教室にいない時の様子にこそ、そのクラスの本来の強みや課題が表れていることもあります。回答が異なっている項目に対して、2名の先生でそれぞれの理由や考えを共有し合うことで、クラスの状況や個々の児童に対する理解の幅を広げることが可能となります。

(4) 「いじめ未然防止プログラム」の「授業プラン」の選択と実施

「授業プラン」は「Ⅲ 身につけている児童が比較的少ない資質・能力」の結果をもとに、このクラスの「課題」を克服するという観点から提案されたひとつの具体案です。「授業プラン」を実施しようとお考えの際は、Web ページからダウンロードした授業案をそのまま実施するのではなく、このクラスの状況や児童の様子などに応じて適宜アレンジするなどして、より効果が高まるような授業案を考案されたうえで実施するようにしてください。

「授業プラン」はねらいとなる資質・能力を向上させる“きっかけ”となるものです。この授業で学んだことや体験したことを各種行事や児童会活動、日々の生徒指導に関する取組、掲示物等、様々な日々の活動と関連付けて継続的に実践していくことで効果的な取り組みになります。その際、「いじめ未然防止プログラム」の「特別活動プラン」が参考になると思います。是非活用してください。

なお、いじめ未然防止のためには「課題」の克服だけでなく、クラスの「強み」を生かしていく取組の継続も効果的です。「課題」の克服と「強み」を生かすことの両方の視点から、今後の取組を検討してください。

「いじめ未然防止プログラム」調査・研究・プログラム作成者名簿

氏名	所属等（関係年度最終時の所属等）	関係年度
古川 雅文	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 所長 兵庫教育大学大学院 教授	H25
松本 剛	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 所長 兵庫教育大学大学院 教授	H25～R4
秋光 恵子	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 主任研究員 兵庫教育大学大学院 教授	H26～R4
北川 真一郎	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 副所長 兵庫県立教育研修所 教務部長	H25～H27
宮垣 覚	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 副所長 兵庫県立教育研修所 教務部長	H28
志摩 直樹	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 副所長 兵庫県立教育研修所 教務部長	H29
稲次 一彦	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 副所長 兵庫県立教育研修所 教務部長	H30
藤原 生也	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 副所長 兵庫県立教育研修所 教務部長	R1～R2
泉村 靖治	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 副所長 兵庫県立教育研修所 教務部長	R3～R4
阿部 浩士	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 主任指導主事	H25
寺戸 武志	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 主任指導主事	H25～R3
増田 美佳子	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 主任指導主事	H27～H29
堀井 美佐	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 指導主事	H26
福田 裕子	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 指導主事	H29～R4
中谷 慎一郎	兵庫県立教育研修所心の教育総合センター 指導主事	R3～R4
千歳 歆	兵庫県立教育研修所企画調査課 指導主事	R2～R3
藤原 一平	兵庫県立教育研修所義務教育研修課 指導主事	H27
乗松 宏美	兵庫県立教育研修所義務教育研修課 指導主事	H27～H28
西岡 健児	兵庫県立教育研修所 不登校対策推進に係る研修員	H28～H29
内藤 博祥	兵庫県立教育研修所 不登校対策推進に係る研修員	H30
石井 里枝	兵庫県立教育研修所 不登校対策推進に係る研修員	R1
中積 治樹	兵庫県立教育研修所 不登校対策推進に係る研修員	R2
中西 功	兵庫県立教育研修所 不登校対策推進に係る研修員	R3～R4
竹内 和雄	兵庫県立大学 准教授 兵庫県立大学ソーシャルメディア研究会	H27

（令和4年度3月末現在）