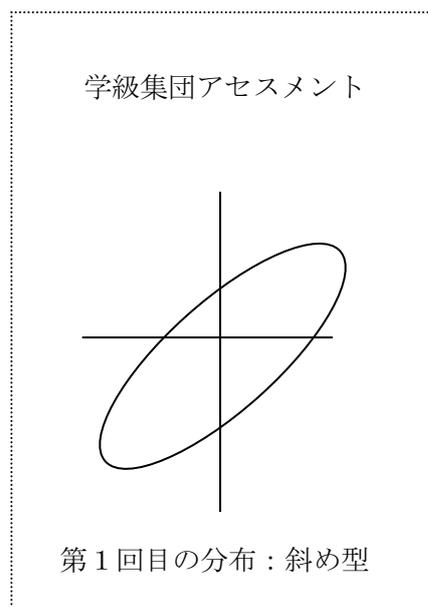


モデルプラン (中学校 - 第1学年での実践)

学級の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・学校が再開して1か月が経過した7月上旬でも、クラスの仲間の氏名が分からない生徒や、話をしたことのない生徒がクラス内にいる生徒が見られた。 ・また、アセスメントの結果でもクラス内の人間関係の構築が不十分な様子が見られた。
長期目標	<ul style="list-style-type: none"> ・他者との協力によってできる親和的な学級集団を育成する。
短期目標	<ul style="list-style-type: none"> ・「自己表現」や「他者理解」をターゲットスキルとしたSSTPを実施する。 ・体育祭に向けて種目ごとの目標を決めさせるなど、集団として物事に取り組むようしかける。



◇ プログラム実践例 → 学級活動指導案内を参照

クラスの変容

SSTPを行っていく中で、生徒たちが相手の意見を尊重したり、意見交換の中で相手の思いを受け止め、必死にアドバイスを考えたりするなど、自分事として捉えられるようになり、温かい雰囲気です授業や学校生活に取り組んでいる。

また、リフレーミングの考えを日常生活にも活用する生徒も見られるようになり、これからの中学校生活に前向きに取り組もうとする生徒も多く見られた。

学級活動指導案 (中学校)

学級活動指導案

綾瀬市立〇〇〇中学校
指導者 〇〇 〇〇

1. 日 時 令和3年1月15日(金) 第5校時 (13:35~14:25)
2. 学年・組・場所 第1学年1組 34名 1年1教室
3. 題 材 名 みんなでリフレーミングしよう

4. 題材について

(1) 題材観（題材設定の理由）

〇〇〇中学校には、〇〇小学校と〇〇小学校の2校の卒業生がほぼ全員入学する。そのため中学校入学時において、各小学校での人間関係が継続したままの状態となっていることが多い。例年では4月に他校出身の生徒との交流を目的としたソーシャルスキルトレーニングプログラム（以下SSTPとする）を実施しているが、今年度は新型コロナウイルス感染症のための臨時休業の影響で、クラス全員が揃っての学級集団作りの開始が6月となってしまったこともあり、小学校での人間関係の継続がより強い状態となっていた。

そこで「自己表現」や「他者理解」をターゲットスキルとしたSSTPを計画的に行い、人間関係を広げていきながら他者との協力によって親和的な学級集団をつくることを学年職員間で共通理解を図った。SSTPの計画は以下のとおりである。

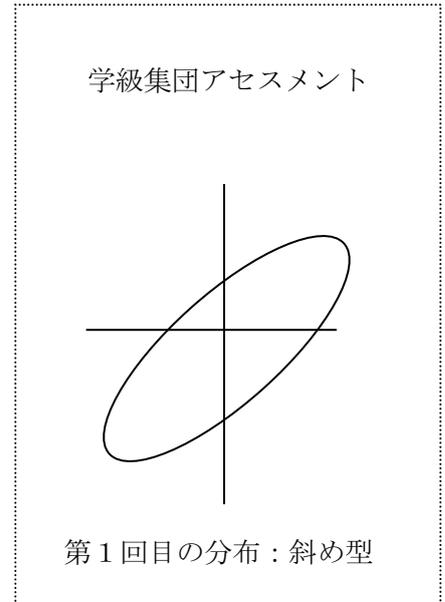
	実施月	プログラム名	ねらい・選んだ理由(ターゲットスキル)
1	7月	すごろくトーク	緊張や堅さが見られたため、自己開示をしていくことでコミュニケーションの土台作りをさせる。(自己表現)
2	10月	アナウンサーになろう	どのように質問をすれば会話が継続していくのか考えさせ、コミュニケーションの幅を広げさせる。(他者理解)
3	10月	新聞タワー	アイデアを出し合うことで自己開示しながら相手を尊重していく態度を身に付けさせる。(他者理解)
4	10月～HRで実施	みんなのがんばっていること(短時間プログラム)	朝のHRで日直がくじで級友を1人選ぶ。(選ばれた級友は自分が選ばれていることを知らない)日直は、選ばれた級友を陰から観察し、帰りのHRでどのようなことをがんばっていたかを全体に発表する。級友の1日の学習への取り組み状況や何気ない気配りなどを観察し、発表することで他者のよさを見付け、よりよい人間関係の構築に生かせるようにする。(他者理解)
5	11月	MY WAY	自分を客観的に見ることで、長所に目を向けさせ、今後の生活を前向きに取り組めるようにする。(自己表現・自己肯定感)
6 本時	1月	みんなでリフレーミングしよう	見方を変えて伝える「リフレーミング」を通して、短所をプラスに考えるよう促し、今後の生活に生かせるようにする。(自己理解・他者理解)
7	1月～HRで実施	サイコロトーク(短時間プログラム)	帰りのHRで日直がサイコロを振り、出た目のテーマに沿ってスピーチを行う。 例：1＝楽しかった話 2＝びっくりした話

			3 = 悲しかった話 4 = イラッとした話 5 = うれしかった話 6 = 切なくなった話 (自己表現・注意して聞く)
--	--	--	---

(2) 生徒観

7月に行った学級集団アセスメントの結果では「自分づくりのスキル」「仲間づくりのスキル」とともに低い「低自己評価群」が最も多く見られた。具体的な項目では、自己効力感や学級居心地感、自尊感情が低いことが読み取れ、クラス内の人間関係の構築が不十分な様子が見られた。具体的には学校が再開して1か月が経過した7月上旬でも、クラスの仲間の氏名が分からない生徒や、話をしたことのない生徒がクラス内にいる生徒が見られた。

そこで「自己表現」や「他者理解」をターゲットスキルとしたSSTPの実施や、体育祭に向けて種目ごとの目標を決めさせるなど、集団として物事に取り組むようしかけた。その結果、学級集団として活動することに対する楽しさを感じ始めている生徒が増えてきている。



(3) 指導観 (身に付けさせたい力とその手立て)

○さまざまな見方があることを理解し、今後の生活の中での考え方に役立てようとする力。

- ・短所 (悩みや葛藤) について少人数グループ (班) でのリフレーミングをする。また、個人の短所 (悩みや葛藤) の中からリフレーミングを行ってほしい短所 (悩みや葛藤) を1つに絞ることでグループでのリフレーミングをしやすくさせたい。
- ・自分の中の価値観だけでなく、さまざまな価値観に触れさせたい。
- ・グルーピングを生徒の考える力や伝える力にあわせて行い、グループ (班) 内での話し合いが活発になるようにしたい。

5. 学習指導要領との関連 ※本時と関連する事項

〔学級活動〕

1 目 標

学級や学校での生活をよりよくするための課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成し、役割を分担して協力して実践したり、学級での話し合いを生かして自己の課題の解決及び将来の生き方を描くために意思決定して実践したりすることに、自主的、実践的に取り組むことを通して、第1の目標に掲げる資質・能力を育成することを目指す。

2 内 容

1の資質・能力を育成するため、全ての学年において、次の各活動を通して、それぞれの活動の意義及び活動を行う上で必要となることについて理解し、主体的に考えて実践できるよう指導する。

(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

ア 自他の個性の理解と尊重、よりよい人間関係の形成

自他の個性を理解して尊重し、互いのよさや可能性を發揮しながらよりよい集団生活をつくること。

6. 学級活動（2）で育成を目指す資質・能力

- 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全といった、自己の生活上の課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解し、適切な意思決定を行い実施し続けていくために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。
- 自己の生活や学習への適応及び自己の成長に関する課題を見だし、多様な意見をもとに自ら意思決定できる。
- 他者への尊重と思いやりを深めてよりよい人間関係を形成しようとしたり、他者と協働して自己の生活上の課題の解決に向けて悩みや葛藤を乗り越えながら取り組もうとしたりするとともに、将来にわたって自他の健康で安全な生活づくりに配慮しようとする。

7. 評価規準〔学級活動（2）の内容のまとめりとごとの評価規準〕

よりよい生活を築くための知識・技能	集団や社会の形成者としての思考・判断・表現	主体的に生活や人間関係をよりよくしようとする態度
自己の生活上の課題の改善に向けて取り組むことの意義を理解している。 適切な意思決定を行い実践し続けていくために必要な知識や行動の仕方を身に付けている。	自己の生活や学習への適応及び自己の成長に関する課題を見だししている。 多様な意見をもとに自ら意思決定して実践している。	他者への尊重と思いやりを深めてよりよい人間関係を形成しようとしている。 他者と協働して自己の生活上の課題解決に向けて、見通しをもったり振り返ったりしながら、悩みや葛藤を乗り越え取り組もうとしている。 自他の健康で安全な生活を構築しようとしている。

8. 指導と評価の計画（一連の活動と評価）

「MY WAY」「みんなでリフレーミングしよう」の2つのSSTPを1つの単元として構成し、次のような指導と評価計画を立てた。

時間	学習活動 プログラム名	ねらい 選んだ理由	目指す生徒の姿		
			知識・理解	思考・判断・表現	主体的態度
学級 活動	MY WAY	自分を客観的に見ることで、長所に目を向けさせ、今後の生活を前向きに取り組めるようにする。 (自己表現・自己肯定感)	自分を客観的に捉える意義を理解し、今後の生活を前向きに取り組むための行動の仕方を身に付けている。	自己の生活の成長に関する課題を見いだしている。	
学級 活動	みんなでリフレーミングしよう	見方を変えて伝える「リフレーミング」を通して、短所をプラスに考えるよう促し、今後の生活に生かせるようにする。 (自己理解・他者理解)	グループ（班）内でお互いの短所を、リフレーミングをすることによってさまざまな見方があることを理解している。		リフレーミングの活動を通して自己の生活上の課題解決に向けて、見通しをもったり振り返ったりしながら、悩みや葛藤を乗り越え取り組もうとしている。

9. 本時の指導

(1) 目標「目指す生徒の姿」

- グループ（班）内でお互いの短所を、リフレーミングをすることによってさまざまな見方があることを理解している。
- リフレーミングの活動を通して自己の生活上の課題解決に向けて、見通しをもったり振り返ったりしながら、悩みや葛藤を乗り越え取り組もうとしている。

◇ プログラム等アレンジ例 「みんなでリフレーミング（中学校版）」（小～高4）

〈アレンジのポイント〉

- ・生徒に提示する目的の明確化（具体化）
- ・プレゼンテーションソフトを使用した授業構成
- ・振り返りシート（内容の削減）
- ・事前のグルーピング
- ・リフレーミング辞典の準備
- ・他のSSTプログラムとの連携

(2) 展開

	活動内容	・指導上の留意点 ○目指す生徒の姿	資料
導入	<p>1 めあての確認とリフレーミングの説明を聞く。(2分)</p> <p>今日のめあて：「短所をプラスの見方に見よう」</p> <p>プレゼンテーションソフトの使用</p> <p>目的の明確化</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・リフレーミングとは枠組み「フレーム」で捉えている物事を違う枠組みで見ることを説明する。 ・プレゼンテーションソフトで具体例を示し、視点や枠組みを変えることで、物事の感じ方を変えられるというものということを補足する。 	<p>プレゼンテーションソフト使用</p>
展開	<p>2 11月に実施した「MY WAY」のワークシートから自分の短所をいくつか挙げていく。(3分)</p> <p>他のSSTプログラムとの連携</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・箇条書きでワークシートに記入させる。 ・外見や身体能力のことでなく、内面のことを書くようにさせる。 ×背が低い ×足が遅い ×目が小さい など ・プレゼンテーションソフトを使用して示す。 ・自分の内面に関わることを挙げさせるようにする。 	<p>ワークシート配付</p> <p>プレゼンテーションソフト使用</p>
	<p>3 リフレーミングの考え方を練習する。(5分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒から出てきそうな短所は例として出さず、簡単なものを提示する。 けち⇒節約上手・経済観念がある プライドが高い⇒自分に自信がある 	<p>プレゼンテーションソフト使用</p>

	<p>4 グループ（班）ごとにリフレーミングを行っていく。（20分）</p> <p>自作タイマー使用</p> <p>生徒の能力を考慮した事前のグルーピング</p> <p>リフレーミング辞典の準備・活用方法の指示（他の人にはみせない）</p>	<ul style="list-style-type: none"> リフレーミングしてほしい短所を1つ選ばせ、ワークシートとホワイトボードに記入させ、一人ずつリフレーミングを行っていく。 グループ（班）は3～4人とし、考える力や伝える力などを考慮して担任が事前にグルーピングを行っておく。 リフレーミング辞典を準備し、グループ（班）の活動状況に応じて教師から辞典を使った助言を与えるようにする。 <p>○グループ（班）内でお互いの短所を、リフレーミングをすることによってさまざまな見方があることを理解している。</p> <p>【知識・技能】（観察・ホワイトボード）</p>	<p>タイマー使用</p> <p>ホワイトボード使用 リフレーミング辞典準備</p>
	<p>5 グループ（班）の活動で難しかったリフレーミングをクラス全体でリフレーミングしていく。（10分）</p>	<ul style="list-style-type: none"> 誰の短所かは言わず、難しかったリフレーミングとして、全体でリフレーミングする。 	<p>タイマー使用</p>
<p>終末</p>	<p>6 リフレーミングをしての感想と今後はどう生かせるかをワークシートに記入する。</p> <p>振り返りシート（内容の削減）</p> <p>▶生徒を指名して発表する。（10分）</p>	<ul style="list-style-type: none"> 今日の取り組みが今後のどのように生かせるか、考えさせる。 最適なリフレーミングをすることの他にも、仲間のために必死に考える姿勢や、自分の見方を仲間に伝えようとする態度も大切であることも伝える。 <p>○リフレーミングの活動を通して自己の生活上の課題解決に向けて、見通しをもったり振り返ったりしながら、悩みや葛藤を乗り越え取り組もうとしている。</p> <p>【態度】（ワークシート）</p>	

*引用文献

「平成29年度ソーシャルスキルトレーニングプログラムモデルプラン集P22 綾瀬市教育研究所」

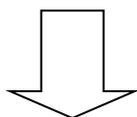
みんなでリフレーミングしよう ワークシート

学習日 月 日 ()

1年 組 番 ()

- ① 私の短所 (MY WAYのワークシートを見て、箇条書きでいくつかあげてみよう)

- ② クラスメイトに「リフレーミング」してもらおう。
リフレーミングしてもらいたい私の短所はコレ！！



リフレーミングして見方を変えると・・・

という長所になることが分かりました。

- ③ リフレーミングを通して短所をプラスの見方にすることができたと思います。
リフレーミングしてどう思いましたか。感想を書きましょう。

- ④ 今後の生活 (学校・家庭・部活動など) でどのように生かしていけばよいと思いますか。
