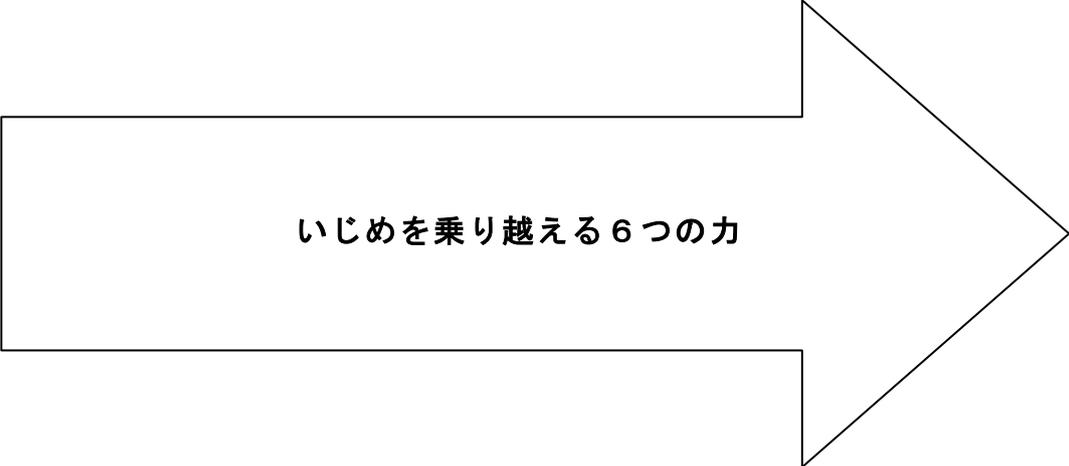


## 第2章

# いじめを乗り越える 6つの力を育む指導案



いじめを乗り越える6つの力

- 1) 心の居場所をつくる力
- 2) ストレスとうまくつきあう力
- 3) 感情を適切に表現する力
- 4) 違いを認めてともに生きる力
- 5) 仲間とつながる力
- 6) 仲間と支えあう力



「心の居場所をつくる力」を育てる 低学年

あなたがいてくれてうれしい

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「仲間の良いところを見つけよう！」(P24)

＜教師の思い＞

新学年が始まって約半年が経った。初めは同じ学級、同じ幼稚園や保育所から来た友だちを中心にグループを作っていたが、様々な行事に取り組み、日々共に過ごしていく中でお互いのことがわかってきた。しかし、うち解けていく間に相手にきつい言葉を使うことも増えてきた。

お互いの良いところに気づくことで、「友だちのこと、好きだなあ。」「自分のこと好きだな。」という肯定的な感情をはぐくみたい。

＜本時のねらい＞

仲間の良いところを見つけることを通して、ありのままの自分を好きになる。

＜実施時間＞ 80分（40分+40分）

＜準備物＞ ○感情カード ・星のハート（大阪府教育センター）  
・いまだんなきもち？（大阪府人権教育研究協議会）など

第1時

本時のねらい	・仲間の良いところを見つけることを通して、ありのままの自分を好きになる。	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (5分)	<p>①本時の流れを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>(本時の流れ)</p> <p>これまでに行った「ともだちのいいところ」を活用してクイズを行う。3つのヒントを出すので、誰のことかを当てる。当たった人は今の気持ちを話す。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いすの配置や特別教室の使用など、互いの顔を見ながら温かい雰囲気で行えるよう工夫する。</li> <li>・クイズの仕方や発表のルールを説明する。</li> <li>・例題を出して、指導者が手本を示す。</li> <li>・「いいところ」はあらかじめ指導者が確認しておき、児童によって「いいところ」に偏りがある場合は適宜補っておく。</li> <li>・一見、良さには見えないことにも焦点を当てるようにする。(例：自分の過ちを認め、謝ることができる等)</li> <li>・全員のいいところを発表していくので2時間を使って行うことをあらかじめ伝えておく。</li> </ul>

展開 (30分)	<p>②友だちのいいところを当てよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・指導者から3つのヒントを聞く。</li> <li>・ヒントをもとに、だれのいいところかを考える。</li> <li>・正解を知る。</li> <li>・当てられた児童は、前に出て、自分の気持ちを発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1人2分程度で発表までが終わるようにする。</li> <li>・最初の児童については、発表できそうな児童を選び、発表しやすい雰囲気をつくる。</li> <li>・気持ちを言葉にしにくい場合は、感情カードを示しておき、感情カードで表してもいいことを伝える。</li> <li>・自分自身を肯定的にとらえ、自己肯定感をはぐくめるような言葉かけをする。</li> </ul>
まとめ (5分)	<p>③指導者の説明を聞く</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一人ひとりいいところがあり、とても大切な存在であることを伝える。</li> <li>・この時間で発表できなかった児童については、次回発表することを伝える。</li> </ul>

## 第2時

時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (5分)	<p>④本時の流れを知る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前回と同様にクイズを行うことを伝える。</li> </ul>
展開 (30分)	<p>⑤前時と同様にクイズをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全員が終了したら、本時までには友だちが書いた「いいところ」のワークシートを冊子にまとめておき、一人ひとりに手渡す。</li> </ul>
まとめ (5分)	<p>⑥ワークシートをまとめた冊子を読む。</p> <p>⑦指導者の説明を聞く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学級で互いが認め合っているということ、「あなたがいてくれてうれしい」というメッセージが書かれていることに気づかせる。</li> </ul>
全体を通した留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友だちがどんなことを書いてくれるのか、児童は楽しみにもしているが、不安にもなっていると思われる。また、なかなか名前が出てこない児童は特に不安になっていると思われるので、適宜言葉かけを行ったり、最後の児童にはコメントに配慮する。</li> <li>・自分では気づいていない面を友だちから言ってもらうことで、「自分にはこんないいところがあったんだ!」と気づき、他者への思いやりと自己肯定感をはぐくんでいくものと思われる。</li> <li>・「友だちのいいところ探し」については、「鉛筆を拾ってくれた」「ありがとうと言ってくれた」など、具体的な例を挙げて、児童がイメージしやすくする必要がある。</li> </ul>	



みんなで見つけた He～ So～ Su～

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
 「仲間の良いところを見つめよう！」(P24)  
 「自分を好きになる」(P26)

<教師の思い>

学校行事等にクラスがまとまって取り組むために、お互いが認め合い助け合える集団になってほしい。このクラスが一人ひとりの心の居場所として心地良いものになってほしいとの思いを持ち、日々の学級経営に力を注いでいる。

このプログラムでは、自尊感情を育てるとともに他者理解を通して仲間の良いところを見つけ、お互いに認め合える肯定的な感情をはぐくみたい。

<本時のねらい>

- ・仲間の良いところに気づき、人を肯定的に見る視点を養う。
- ・一人ひとりの良いところを見つけることにより、相手を尊重し受け入れる。
- ・温かい人間性を養う。

<実施時間> 45分

- <準備物>      ○ワークシート      ○筆記用具      ○画用紙      ○のり  
                  ○風船                      ○うちわ

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間の良いところに気づき、人を肯定的に見る視点を養う。</li> <li>・一人ひとりの良いところを見つけることにより、相手を尊重し受け入れる。</li> <li>・温かい人間性を養う。</li> </ul>	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (10分)	(アイスブレイキング) ①風船バレーをしよう！ ・4人組になって練習する。 ・第1回チャレンジ ・4人で作戦会議を行う。 ・第2回チャレンジ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・椅子に座ったままで、床に落とさないように、うちわ等で風船をあおぐ。</li> <li>・一番長く床に落とさなかったチームが優勝。</li> <li>・お互いに協力し、あわせることによって相手のことを考えるきっかけにする。</li> <li>・1回めに比べて、2回めはどうだったかを聞く。</li> <li>・発表で、相手のことを考えた工夫があればほめる。</li> </ul>

<p>展開 (30分)</p> <p>まとめ (7分)</p>	<p>②みんなで見つけた He～ So～ Su～ ①へー②そうなんや③すごいなあ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の思ったことをワークシートに記入する。</li> <li>・「He～So～Su～」と思ったことを書いたワークシートを相手に渡す。</li> <li>・画用紙を各自に渡し、もらった言葉を貼り、感想を書く。</li> <li>・班長が司会となって、班で感想を発表する。</li> </ul> <p>③全体でふり返る</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・どんな気持ちになったか、どんな意見が出ていたのか、班長が発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事前に具体例を出して予告しておき、班全員のいいところを書けるようにしておく。(「へー、そうなんや、すごいなあ」と思うところを書かせる。)</li> <li>・班全員の分が書けるように、ワークシートを配付し、考えてきたことを書くように指示する。</li> <li>・机間指導をしながら、友だちのいいところを見つけられたことを認めていく。</li> <li>・「どうぞ」「ありがとう」等、どんな言葉でやり取りをするかも大切であることを伝えておく。</li> <li>・感想を書くときの観点を示す。 <ul style="list-style-type: none"> <li>* 自分では思ってもいなかったこと</li> <li>* 自分でもそう思っていて、それを認めてもらったこと</li> <li>* 心に残った言葉</li> <li>* 感じたこと、理由など</li> </ul> </li> <li>・発表の方法を説明する。</li> <li>・もらってうれしい気持ちになったことを伝え合ったり、自分が書いてもらった中で心に残った言葉を出し合うように伝える。</li> <li>・一人ひとり必ずいいところがあり、仲間のいいところを見つけようとするのが大切だということを伝える。</li> </ul>
<p>全体を通した留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・話し合いが活発に進むために班の人数は4～5人しておく。</li> <li>・クラスの状況によって、事前の予告で「He～So～Su～シート(下書き用)」を配付しておく。</li> <li>・ワークシートを書くときに困る子どもには、事前の資料などを使って書くよう助言する。</li> <li>・「He～So～Su～」をもらうことで、子どもたちがうれしいと感じ、相手にもうれしさを感じてほしいと思うようになることが大切である。一度だけでなく、何度か実践することで自分も相手も大切に感じる感覚を養っていくようにする。</li> <li>・この後の行事目標で「友だちのHe～を見つけよう」など、友だちの見方を深める観点を入れるとよい。</li> <li>・事前に、自分を好きになる取組みを入れておくと、より友だちのことばに納得できたり、相手からのことばがうれしくなったりする。</li> </ul>	

ワークシート例

みんなで見つけた He~So~Su~  
( ) 年 ( ) 組 ( )  
( ) さんの He~So~Su~

^~

そうなんや~

すごいな~



<p>展開 (30分)</p>	<p>②ドキドキする時ってどんな時かな？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート1の2を記入する。</li> <li>・ワークシートに記入したものの中から各自1つ選んで短冊に書く。</li> <li>・書けた児童から黒板に貼る。</li> </ul> <p>・発表する。</p> <p>③友達の発表や短冊を見て思ったことを書いてみよう！</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート1の3を記入する。</li> </ul> <p>・発表する。</p>	<p>準備物:短冊、マジック マグネットシート</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスをイメージしやすいようにストレス反応の一つである「ドキドキする時」を考える。</li> <li>・みんなに見えるよう大きな字で短く書くように指示する。</li> <li>・数人の児童に発表してもらい、ドキドキした時の状況や行動を聞く。</li> <li>・自分の書いた意見と同じような点や、逆に違って友達はそのなふうを感じるのかなど気付いたことを書けるようにする。</li> <li>・同じような「ドキドキする時」を考えても感じ方が違うことや、友だちの気持ちについて書けている等、共感や発見が書けていたら取り上げる。</li> <li>・友だちの発表や短冊を見て思ったことを発表できるようにする。</li> <li>・共感や相違への気づきを教師がしっかりと認める。</li> </ul>
<p>まとめ (5分)</p>	<p>④学習のふり返りを書こう！</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシートに感想を書く。</li> <li>・深呼吸する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今日の学習の感想を自由に書くよう支持する。</li> <li>・時間があれば、発表する。</li> <li>・ストレスの解消法の一つとして深呼吸をする。</li> </ul>

第2時

時間	学習活動	指導上の留意点
<p>導入 (5分)</p>	<p>⑤前時のふり返り</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「ドキドキした時」のこと、友だちの発表を聞いての交流で出た感想など、簡単にポイントをふりかえる。</li> </ul>
<p>展開 (35分)</p>	<p>⑥「ストレスを感じるとどうなるのかな!？」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスを感じた時に、体や気持ちはどうなっているかを考える。</li> <li>・発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスを感じた時、「ドキドキ」以外に体や心にどんな変化があるのかを聞く。</li> <li>・ストレスを感じると体や気持ちに変化があることに気づかせる。</li> </ul>

⑦「ストレスとうまくつきあおう！」  
 ・ストレスの対処法には、次のa～dの4つがあることを知る。

a. 相談相手を持つ。

b. がまんする。

c. 逃げてみる・さけてみる。

d. 自分の気持ちを伝える。

・ワークシートを配付する。  
 ・ストレスを感じたときの対処方法には、主に4つあることを説明する。

a. 助けてくれる人、話を聞いてくれる人に自分の気持ちを聞いてもらう。

b. 逃げられないこと、解決できないこと、やらなければいけないこと(暑さ、寒さ、宿題・手伝い)等、やりたくなくても我慢して取り組まなければならないことがある。我慢の体験でいつのまにか強くなる。

c. 我慢できそうにないことが予測できる時には、逃げたり避けたりすることも考えるようにする。

d. について詳しく学習することを伝える。  
 ・コミュニケーションのタイプには次の3つがあることを伝える。  
 ・アニメのキャラクターにたとえるとイメージしやすくなる。

板書例

コミュニケーションのタイプ

- ① アグレッシブ(攻撃型) ⇒ ごりごりさんタイプ
- ② ノンアサーティブ(非主張型) ⇒ びくびくさんタイプ
- ③ アサーティブ (自他尊重型) ⇒ さわやかさんタイプ

・ワークシートの②の1について、①②のタイプに合わせた表現を考え発表する。

・ワークシートを見て、アサーティブについて理解する。

・ワークシート②の1について、①②のタイプなら、どう表現するかを話し合わせる。  
 ・どちらの表現も、相手か自分、または相手も自分も大切にしていないことに気づかせる。

・アサーティブとは、「自分も相手も大切にしている自己表現」であることを説明する。  
 ・アサーティブのコツとして4点を挙げる。

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシート②の1を記入する。</li>   <li>・発表する</li>   <li>・ワークシート②の2を記入する。</li> <li>・発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自分の気持ちや意見を大切にする。</li> <li>②自分の気持ちや意見を冷静に伝える。</li> <li>③相手の気持ちや意見も大切にする。</li> <li>④解決策等を提案する。</li>   <li>・アサーティブのコツを参考にして、ワークシート②の1を書くよう指示する。</li> <li>・机間指導で、児童の書いたものについて足りないところを補足する。</li> <li>・アサーティブな表現になっているかを確認しながら、いいところをほめる。</li> <li>例：1ヶ月前に貸した本なんやけど、わたしももう一回読みたいと思ってるねん。まだ読んでなかったらごめんね。いつごろ返してくれる？</li>   <li>・②の1と同じ作業を繰り返す。</li> </ul>
<p>まとめ (5分)</p>	<p>⑧学習のふり返しを書く。</p>	<p>・他にもいろいろな対処法があるが、どんな方法でも、自分も周囲の人も大切にされた方法であることが大切であることを理解させる。</p>
<p>全体を通しての留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレスの解消法で攻撃的な解消法が出てきた場合、それをするによって相手がいやな気持ち、つらい気持ちになり、また、自分もストレスをためてしまうことに気づかせることが大切である。</li> <li>・第2時の「d. 自分の気持ちを伝える」は、アサーショントレーニングとして別の時間に行ってもよい。</li> </ul>	

# ワークシート① ～ストレスとうまくつきあおう①～

\_\_\_年\_\_\_組 名前\_\_\_\_\_

1 ストレスって何だろう？みんなのイメージを書いてみよう！

--

2 ドキドキする時ってどんな時かな？3つ書いてみよう！

(ドキドキする時)

(そのときの考えていたこと)

(その時どうした？)

1		➔	
2		➔	
3		➔	

3 友だちの発表を聞いて、どんなふうに思いましたか？（自分と似ている点、違う点など）

<hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/>
---



4 今日の学習のふり返りを自由に書いてみよう！

<hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/>
---

## ワークシート②

### ～ストレスとうまくつきあおう②～

\_\_\_\_年 \_\_\_\_組 名前\_\_\_\_\_

タイプ	行動	自分	相手
ごりごりさん (アグレッシブ)	こうげきする	○	×
びくびくさん (ノンアサーティブ)	無理をしてがまんする	×	○
さわやかさん (アサーティブ)	相手のことをよく考えていて、自分も正直	○	○

- ☆ アサーティブというのは、相手の気持ちも大切にしながら、積極的に自分のメッセージを伝えることです。
- ☆ アサーティブのコツは、①自分の気持ちや意見を大切にする、②自分の意見や気持ちを冷静に伝える、③相手の気持ちや意見を大切にする、④解決策を提案することです。

### アサーティブな言い方を練習しよう！

- 1 友だちに本を貸しましたが、1ヶ月たっても返してくれません。あなたももう一度読みたいと思っています。あなたは、どのように伝えますか？

.....

.....

- 2 掃除の時間です。またAさんはなかなか来ません。これで連続3日目。あと5分で終わりというときに、「もう、終わった～？トイレに行ってる。ごめんな～」とやってきました。あなたならどうしますか。

.....

.....

【今日の学習のふり返りを自由に書いてみよう！】

.....

.....

.....

## きみならどうする？ こんなとき・・・

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「感情の言葉（感情表現を増やす）」（P38、P39）

## &lt;教師の思い&gt;

本学級の児童は、人の気持ちを素直にくみ取ることができているが、なかなか自分がコントロールできず、言葉が乱暴になるときや人が傷つく言葉を使うときが増えてきた。

このプログラムでは、誰もが穏やかな気持ちで生活できる場をどうすれば一人ひとりの力で作り出せるかということ、**「言葉」**というキーワードを通じて学ばせたい。

## &lt;本時のねらい&gt;

- ・感情を表現する言葉が多くあることに気づき、日常生活においての言葉の使い方や表現方法を考える。
- ・実際に起こりえる場面のロールプレイを設定し、見たり演じたりすることで、適切な表現方法を考える。

## &lt;実施時間&gt; 45分

- <準備物> ○ワークシート                      ○拍子木                      ○「感情の強弱」模造紙  
○ロールプレイ用名札              ○個人用台詞カード              ○板書用台詞カード

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・感情を表現する言葉が多くあることに気づき、日常生活においての言葉の使い方や表現方法を考える。</li> <li>・実際に起こりえる場面のロールプレイを設定し、見たり演じたりすることで、適切な表現方法を考える。</li> </ul>	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (5分)	<b>①アイスブレイキング</b> ・8個の言葉を「うれしい言葉」「いやな言葉」「どちらともいえない言葉」に分ける。	・8個の言葉は、クラスの状況に合わせて、指導者が準備しておく。 ・心をほぐすように楽しく行う。 ・事前に普段児童が使っている感情を表す言葉を集めておく。 ・意見が別れた言葉は「どちらともいえない言葉」に分類し、児童に理由を発表させる。 ・表現の仕方で相手に伝わる感じ方が異なることに気づかせる。 ・感情にいい悪いはないということをおさえておく。

<p>展開 (35分)</p>	<p>②ロールプレイを通じて、役の立場になって考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>給食の時間に、余ったカラアゲをめぐるジャンケンをしています。</p> </div> <p>〔ロールプレシナリオ〕  AとBがジャンケンをする。  負けたAが、  A:「ふざけんな！ポケ！！」  言われたBが、  B:「おまえこそ、アホなんじゃ！」  すぐそばに座っていたCが、  C:「もー、静かにしてよ！」  と、大声をあげてけんかをあおる。</p> <p>・ABCがなぜそんな表現をしてしまったのかを考える。</p> <p>・グループになって、同じ設定で、うれしくなる表現(ふわふわ言葉)を使ったロールプレイを考え、ワークシート①に台詞を書く。</p> <p>・グループで考えた台詞を発表する。</p>	<p>・場面の提示をする。</p> <p>・あらかじめ配役は教師のほうで指定しておく、準備をさせておく。</p> <p>・分かりやすくするため、感情をオーバーに表現するよう指示しておく。</p> <p>・配役Cについては、学級の実態に応じて役柄を変更する。</p> <p>・ロールプレイが終わったときには、役柄を現実には持ち込まないために、拍子木を使って、終了を確認させる。</p> <p>・ワークシート①に書かせる。</p> <p>・Aの言葉を出させてから、それに合うようにロールプレイを考えさせる。</p> <p>・Aの設定を変えない場合と変える場合が考えられる。</p> <p>・ABCとも、その感情はまちがいでなく、感情と表現を混同しないように留意する。</p>
<p>まとめ (5分)</p>	<p>③グループの発表を見たり、演じたりして、思ったことや感じた事をワークシートに書く。</p>	<p>・相手が嫌な気持ちにならないような適切な表現をする事が大切である事に気づかせる。</p>
<p>全体を通しての留意点</p>	<p>・「うれしい言葉」「いやな言葉」「どちらでもない言葉」に分けさせることで、児童は、同じ言葉でも人によって感じ方が違うことに気づいていくと考えられる。違いがあること、違いがあつていいことも理解させたい。</p> <p>・教室で起こりえる場面を取り上げることで、場面を具体的に考えることができる。また、ロールプレイという手法により、客観的にその場面をとらえることができ、子どもたちの反応も本時のねらいに沿ったものになると考えられる。</p>	

ワークシート1

( )年( )組( )

どんな気持ちで言ったのかな？

ふわふわ言葉で言ってみよう

A

B

C

A

B

C

□ロールプレイを見て思ったことや感じたことを書きましょう。

## こんなときどう思う？～心の境界線について考えよう！～

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「心の境界線」(P47)

## &lt;教師の思い&gt;

学級の中に、活発な子どもたちのグループとどちらかというと消極的にみえるグループの二つがある。グループ間に交流がないため、プログラムを通して一人ひとりが普段交流していない仲間のよさや違いについて理解することで、居心地のいい学級を作っていきたい。

## &lt;本時のねらい&gt;

- ・同じ出来事でも、人によってイヤと思う程度に違いがあることを理解する。
- ・自分では意識していなくても、人の嫌がることをしていることがあることに気づく。

## &lt;実施時間&gt; 45分

- <準備物>      ○場面①～③の掲示用紙      ○ワークシート      ○アイスブレイキング用の紙  
                 ○シール（1人3枚）              ○ホワイトボード

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・同じ出来事でも、人によってイヤと思う程度に違いがあることを理解する。</li> <li>・自分では意識していなくても、人の嫌がることをしていることがあることに気づく。</li> </ul>	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (10分)	①アイスブレイキング ・1人に1枚ずつ紙を配る。 ・教師の指示通りに各自が絵を描く。 例:大きいマルを描きましょう。 次に端から端まで線を引きましょう。 等 ・各自が描いた絵を見せ合う。	・周りを見ないで、自分の思うように描かせる。 ・指示は4～5個にとどめる。 ・同じ指示なのに各自の受け取り方の違いで異なる絵が完成することを理解させる。 ・みんな違っていいことに気づかせる。
展開 (25分)	②こんなときどう思う？ ・3つの場面を提示する。 a. 仲のいい友だちが、机の中の色鉛筆を勝手に使った。 b. Aさんと遊ぶ約束をしていたのに、Aさんが他の友だちを連れてきた。 c. 自分の近くで友だちが小さな声でしゃべっていた。	・3つの場面を印刷したワークシートを配り、各自で考えさせる。

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・黒板に貼った掲示用紙の、自分の考えのところにシールを貼っていく。</li> <li>・それぞれ「イヤじゃない」「イヤ」「とてもイヤ」の3段階で自分の気持ちを考え、ワークシートに○を付ける。</li> <li>・全員がシールを貼ったホワイトボードを見て、思ったことや気づいたことをワークシートに書く。</li> <li>・発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・黒板に場面を書いた掲示用紙を貼り、各自、自分の考えのところにシールを貼らせる。</li> <li>・児童の様子を見ながら、机間指導の中で適宜補足する。</li> <li>・児童が一度に貼ろうとすると黒板前がいっぱいになるので、いくつかのグループに分けて、貼りに行くよう指示する。</li> <li>・全員が貼り終えた状態を見るために、ホワイトボードを裏返し、シールを貼るところが子どもからは見えないようにする。</li> </ul>
<p>まとめ (10分)</p>	<p>③ふり返しを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友だちの意見を聞いて考えたことや思ったことを発表する。</li> <li>・感想をワークシートに書く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・人によって考えが違うことを理解させ、どの意見も認めるようにする。</li> <li>・人によってイヤと思う程度に違いがあることに気づかせる。</li> </ul>
<p>全体を通しての留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全員が貼り終えたホワイトボードの結果を見ると、ほとんどの児童は気づきがあると思われるが、理解が難しい場合には丁寧に説明するようにする。</li> <li>・一人ひとりの考え方や感じ方の違いを認めることは、みんなで過ごすときには大切なことを補足する。</li> </ul>	

ワークシートの例

こんなときどう思う？

<p>a. 仲のいい友だちが、机の中の色鉛筆を勝手に使った。</p>	<p>b. Aさんと遊ぶ約束をしていたのに、他の友だちを連れてきた。</p>	<p>c. 自分の近くで友だちが他の人と小さな声でしゃべっていた。</p>
<input type="checkbox"/> イヤじゃない	<input type="checkbox"/> イヤ	<input type="checkbox"/> とてもイヤ
<input type="checkbox"/> イヤじゃない	<input type="checkbox"/> イヤ	<input type="checkbox"/> とてもイヤ
<input type="checkbox"/> イヤじゃない	<input type="checkbox"/> イヤ	<input type="checkbox"/> とてもイヤ

<p>ホワイトボードのシールを見て、思ったことや気づいたことを書きましょう。</p>	<p>今日の学習の感想を書きましょう。</p>
--	-------------------------

## 仲間とつながる力

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「通りすぎる人」(P56)

## &lt;教師の思い&gt;

休み時間は2～3人の小集団で遊ぶ児童が多く、クラス集団としてのまとまりが弱い。積極的に協力しながら活動し、学級全員で一つのことをやり遂げることが課題である。また、相手の話を聞いたり自分の意見を話したりすることが苦手な児童が多く、コミュニケーション不足からトラブルになることもある。

言葉にして表現することの大切さに気づかせるとともに相手にとって心地よい表現についても意識させたい。

## &lt;本時のねらい&gt;

- ・自分の気持ちを言葉にして表現することの大切さに気づき、自分の生活に生かそうとする。
- ・自分の気持ちを言葉にして表現する力をつける。
- ・グループ内で話し合いをし、意見を交流し、自分の考えを深めることができるようになる。

## &lt;実施時間&gt; 45分

## &lt;準備物&gt; ○ワークシート ○吹き出し ○ポストイット ○ロールプレイシナリオ

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の気持ちは、表情や行動からも伝わることに気づく。</li> <li>・自分の気持ちを言葉や行動にして表現することの大切さに気づき、自分の生活に生かそうとする。</li> <li>・グループ内で話し合いをし、意見を交流し、自分の考えを深めることができるようになる。</li> </ul>	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (5分)	①本時の流れを知る。	・ロールプレイを見て自分の気持ちを相手に伝えるためには、どのように表現すればいいかを考える学習であることを説明する。
展開 (30分)	②指導者のロールプレイを見る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ロールプレイは二人で行うので、他の教員等に協力を仰いだり、複数クラス合同で実施する。</li> <li>・ロールプレイの登場人物A、Bの関係、場所等、細かい設定はしないようにする。</li> </ul>
<p>Bが足早に歩いているのに気づいて、Aが声をかけた。しかし、Bは知らないふりをして行ってしまった。</p>		
	・Aの気持ち、Bの事情について考える。	・自分の考えについて、理由も書くように指示する。

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシートに自分の考えを書く。</li> <li>・Aの気持ちについてグループで話し合う。</li> <li>・Bが知らないふりをした理由についてグループで話し合う。</li>   <li>・グループごとに発表する。</li>   <li>③Aがいやな気持ちにならないために、Bはどうすれば良かったかを考える。</li> <li>・ワークシートの吹き出しに言葉を入れて、グループで発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3～4人のグループにわけると。進行は班長に任せる。班の中で記録係を決める。</li> <li>・一つの意見にまとめなくても良いことを伝え、出てきた意見をポストイットに書くように指示する。</li> <li>・友だちの意見をしっかりと聞く姿勢をもたせる。</li> <li>・グループで十分に話し合えるように支援する。</li>   <li>・Aがいやな気持ち、つらい気持ちになったこと、Bには事情があったことを確認する。</li> <li>・児童が書いたポストイットを黒板に貼ったり、大事なポイントを板書するなどして、グループから出てきた意見を受け止める。</li>   <li>・Bはどんな言葉と行動をとれば、Aにいやな思いをさせなかったのか、また、どんな行動をすればAに伝わったのかを考えさせる。</li> <li>・児童から出てきたBの言葉や行動を指導者が実際にやってみることで、相手に伝わる伝え方を確認する。</li> </ul>
<p>まとめ (10分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>④児童から出た意見をもとに、指導者のロールプレイを観る。</li> <li>・初めのロールプレイとどこが違うか意見を交流する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童が考えた台詞を入れてロールプレイを行う。</li> <li>・初めのロールプレイとの違いを考えさせる。</li> <li>・言葉の大切さとともに、言葉を使わない場合のメッセージの伝え方についても伝える。</li> </ul>
<p>全体を通しての留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「BはAがきらいだ」「Aはきらわれている」などのネガティブな意見が、児童から出てくることが考えられる。一方的に否定するのではなく、一つの意見として受け止め、関係が悪い場合であっても相手を傷つけてはいけないことに気づかせる。</li> </ul>	

ワークシートの例

ワークシート

( )年( )組( )

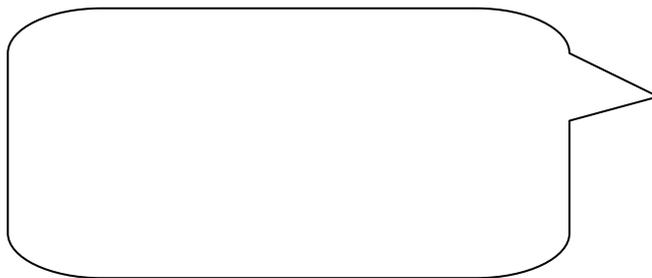
1 Aの気持ちを考えてみましょう。

2 Bがなぜ通り過ぎたのか考えてみましょう。

3 Bはどんな言葉を言うとAにいやな思いをさせなかったでしょうか。  
また、どんな行動をすればAに伝わったでしょうか。



A



B

4 今日の学習で気づいたこと、わかったことを書きましょう。

## 心で聞こう！6つの技！

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「まるごとのメッセージを伝えよう (P52)」

## &lt;教師の思い&gt;

クラスの中で時々トラブルが起こるが、担任が間に入って話を聞くと互いの誤解からおきたことであることが多い。児童に相手の話をしっかりと聞いて受けとめる力をつけることで、クラス全体のつながりを深め、相手を尊重する雰囲気をつくっていききたい。

## &lt;本時のねらい&gt;

- ・協調的な態度でお互いを理解し、コミュニケーション力をつけるために、ゲームを通じて“聞き方”を学ぶ。
- ・クラスの友だちと楽しみながら進めることで、学んだ聞き方を使って話を聞こうとする態度を育てる。

## &lt;実施時間&gt; 45分

## &lt;準備物&gt; ○ラジカセ ○音楽テープ ○ふり返しカード

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・協調的な態度でお互いを理解し、コミュニケーション力をつけるために、ゲームを通じて“聞き方”を学ぶ。</li> <li>・クラスの友だちと楽しみながら進めることで、学んだ聞き方を使って話を聞こうとする態度を育てる。</li> </ul>	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (10分)	①学習の目標を知る。 ・どんなふうに聞いてくれたら話しやすいかを学級で考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・聞いてもらってうれしくなるような聞き方について学習することを伝える。</li> <li>・聞いてもらってうれしかったことを思い出させる。</li> <li>・できるだけたくさんの児童に発表させる。</li> <li>・出てきた意見は板書するなどして、学級全体のものとして受けとめる。</li> </ul>
展開 (25分)	②友だちの話をいろいろな聞き方で聞く。 ・ルールを聞く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ルールを説明する。</li> <li>・音楽が流れている間、教室の中を歩く。</li> <li>・音楽が止まった時、教員の指示で素早くグループを作る(2人組、男女混合の3~4人組等)。</li> </ul>

<p>まとめ (10分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・音楽が止まったときにできたグループで、話し手を一人決める。他の人は、決められた聞き方で聞く。</li> <li>・話し手は聞いてもらった感想を発表する。</li> <li>・ゲームを繰り返す</li> </ul> <p>③本時の学習のまとめをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ふり返りカードで自己評価を行う。</li> <li>・学習をふり返っての感想等を発表する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・話し手1人をじゃんけんで決め、与えられたテーマについて話しをするよう指示する。また、他の児童には、聞き方を伝える。</li> <li>・テーマを選ぶ時には、子どもの状況に配慮して、話しやすいテーマにする。</li> <li>・聞き方については、ゲームをくり返しながらか増やしていく。</li> </ul> <p>＜テーマの例＞</p> <p>好きな動物、好きな色等</p> <p>＜聞き方の例＞</p> <p>「耳で聞く」「目で聞く」「おへそで聞く」  「うなずいて聞く」「笑顔で聞く」  「あいづちをうちながら聞く」等</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループがかわる時には、きちんとあいさつをして別れるよう助言する。</li> <li>・聞き方が変わることで、話し手がどんな気持ちになるかということに気づかせる。</li> <li>・できるだけたくさんの児童に発表させる。</li> <li>・児童の反省をふまえて今後につながるよう助言を行う。</li> </ul>
<p>全体を通しての留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・聞き手が何も反応せずに聞いているときや悪い聞き方をしているときは、聞き手に対して悪感情を持ちがちであるが、そうならないように言葉かけや場面の転換などに配慮する必要がある。</li> </ul>	

ふり返りカードの例

ふり返りカード

( )年( )組 名前( )

☆今日の学習をふり返りましょう。

1 友だちの話をしっかり聞くことができましたか。

できた	だいたいできた	あまりできなかった	ぜんぜん できなかった

2 聞き方によって、話をする人の気持ちが変わることに気がつきましたか。

気が ついた	だいたい 気がついた	あまり 気がつかなかった	ぜんぜん 気がつかなかった

3 今日の学習の感想を書きましょう。

## 力を合わせて宝を探せ！！

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「なが〜いおつきあい」(P20)  
「宝取りゲーム」(P64)

## &lt;教師の思い&gt;

2学期に入り、間もなく運動会の練習が始まった。練習の中で、団体演技のリズムや技の教え合いをする姿もみられたが、学習時間においては落ち着いて取り組む姿勢が見えない。運動会の練習で見られるような教え合いの習慣を他の面にも広げられるよう、協力して取り組む人間関係をはぐくみたい。

## &lt;本時のねらい&gt;

- ・楽しみながら、コミュニケーション力の向上を図る。
- ・学級の中に楽しい雰囲気を作り出し、仲間どうしの非言語によるコミュニケーションを通して、信頼関係を深める。また、協力してゲームを進める中で、仲間を支え合う力を高める。

## &lt;実施時間&gt; 45分

- <準備物>      ○クリップ50個×8グループ      ○アイマスク等      ○宝物 1  
                  ○障害物になる物(マット等)      ○合図用の楽器      ○ふり返しシート

本時のねらい	1. 楽しみながら、コミュニケーション力の向上を図る。 2. 学級の中に楽しい雰囲気を作り出し、仲間どうしの非言語によるコミュニケーションを通して、信頼関係を深める。また、協力してゲームを進める中で、仲間を支え合う力を高める。	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (10分)	①なが〜いおつきあい ・1班が5～6人になるようグループを作る。 ・グループが輪になり、一人一個ずつ順番にゼムクリップをつなぎ、隣の人に渡していく。 ・2分間でつないだゼムクリップの長さを比べる。 ・難しかったことやつないでいる時の気持ち等をグループでふり返る。 ・感想や気づきを発表する。	・ルールを確認する。 ・グループは、前後の行事に合わせて決めておく。 ・細かな作業が苦手な子どもに対する配慮が必要。クラスの状況に合わせてクリップの大きさ等の工夫をする。 ・ふり返しにより、友だちの知らない姿に気づいたり、自分の意識にも気づいていけるよう指導する。

<p>展開 (30分)</p> <p>まとめ (5分)</p>	<p>②宝取りゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・①のグループが二つ合同となり、4グループを作る。</li> <li>・グループで考えた合図をもとに、宝を取りに行く。 [前進・後退・止まれ・つかむ]</li> <li>・各グループで、宝物を取りに行く人(代表)は、アイマスクをする。</li> <li>・グループの他のメンバーは、グループで決めた合図を使って、代表が宝物にたどり着くように誘導する。</li> <li>・1つのグループが協力しながら宝を取る様子を、他のグループは見守る。</li> </ul> <p>③授業の感想や気づいたことをグループや学級全体で交流する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・他の人の感想を聞き、自分の体験をふり返る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・広く安全な場所で行う。</li> <li>・話し合いが進まないことが予想される場合は、グループ内で進行役(リーダー)を前時に決めておく。</li> <li>・各チームの作戦や合図のかけ方の良さなど、いいところを見つけてほめるようにする。</li> <li>・チームワークが必要である事を意識させる。</li> <li>・一番協力できていたグループはどこかなど、見守るときの観点を示しておく。</li> <li>・ふり返りシートを配付する。</li> <li>・自分のグループでの感想を発表させる。</li> <li>・勝つことだけが目標ではないことを確認する。</li> <li>・できるようになったことや、支え合えたことなどプラス面を評価する。</li> </ul>
<p>全体を通しての留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・班長会議等で配慮事項等について確認しておく。</li> <li>・代表やリーダーの選出が押し付けになっていないか等、児童の様子に気をつけ、机間指導を行いながら適宜助言を行う。</li> </ul>	

ふり返しシートの例

ふり返しシート

( ) 年 ( ) 組 ( )

○ この時間の活動をふり返ししましょう。

1) なが〜いおつきあい

①グループで協力して取り組むことができましたか

できた	だいたいできた	あまりできなかった	ぜんぜんできなかった
-----	---------	-----------	------------

②グループでの話し合いは楽しくできましたか

できた	だいたいできた	あまりできなかった	ぜんぜんできなかった
-----	---------	-----------	------------

③友だちのいいところに気がつきましたか

たくさん 気がついた	少し 気がついた	あまり 気がつかなかった	ぜんぜん 気がつかなかった
---------------	-------------	-----------------	------------------

2) 宝取りゲーム

①グループで協力して取り組むことができましたか

できた	だいたいできた	あまりできなかった	ぜんぜんできなかった
-----	---------	-----------	------------

②他のグループの工夫など、いいところに気づきましたか

できた	だいたいできた	あまりできなかった	ぜんぜんできなかった
-----	---------	-----------	------------

今日の活動について感想や気がついたことを書きましょう。

## みんなとコミュニケーション

『いじめ対応プログラムⅡ』対応ページ  
「みんなとコミュニケーション」(P62)

## ＜教師の思い＞

クラス替えで多くの子どもが新しく一緒に勉強することになるため、「クラスの仲間」という意識よりも、同じ教室にいるだけというような状況になってしまうことがある。

長縄跳びにも取り組んでいるが、お互いに協力し合ってがんばろうとする姿はなかなか見られない。本プログラムを活用していくことで、仲のよいグループ以外の友だちと交流を持ち、クラスの中でよりよい関係を築いていくきっかけとしたい。

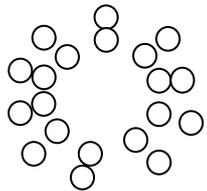
## ＜本時のねらい＞

- ・楽しみながらコミュニケーションを図ることで、プログラムへの参加意欲を高める。
- ・普段話をしない友だちと話すことによって、より円滑なコミュニケーション能力を培う。

## ＜実施時間＞ 45分

- ＜準備物＞
- よい聞き方悪い聞き方カード
  - ラッキーカード
  - テーマカード
  - ふり返しカード

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しみながらコミュニケーションを図ることで、プログラムへの参加意欲を高める。</li> <li>・普段話をしない友だちと話すことによって、より円滑なコミュニケーション能力を培う。</li> </ul>	
時間	学習活動	指導上の留意点
導入 (10分)	①アイスブレイキング(*1) ・バースデーチェーン ・あいこじゃんけん など	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい雰囲気を作る。</li> <li>・状況に応じて、いくつかを選んで実施する。</li> </ul>
	②指導者によるロールプレイを通して、相手の話を聞く時のコツに気づく。 ・指導者のロールプレイを見て、悪い聞き方とよい聞き方の違いを考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日常の何気ない話をする。良い例と悪い例を示して、その違いや話し手の気持ちに気づかせる。</li> <li>・悪い聞き方、よい聞き方をカードにしておいて、子どもの意見を聞きながら分けていく。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>(悪い例) ・ふんぞり返る・目を見ない            ・無反応・無表情・いやな顔など</p> <p>(よい例) ・前かがみ・目を見る            ・相づち ・笑顔 など</p> </div>

<p>まとめ (10分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・椅子を円にして座る。</li> </ul> <p>④ラッキーカードの説明を聞く。</p> <p>⑤悪い例・良い例の聞き方を実際にやってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・円の外側と内側の人が二人で組になり、外側の人から話を始め、次に内側の人話す。</li> <li>・ラッキーカードに当たった人は聞いた話を発表する。</li> <li>・1クールが終わるごとに、円の外側に座っている児童が一つ右に移動し、繰り返していく。</li> </ul>	<p>椅子の配置図例</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ラッキーカードが当たった児童は、相手の話したことをみんなに伝えることを説明する。</li> <li>・ラッキーカードは、くじを作っておき、指導者が引く。</li> <li>・聞き方と話のテーマを提示する。 (テーマ:好きな食べ物)</li> <li>・最初の話す時間は15秒にする。</li> <li>・発表を温かい雰囲気を受け止められるよう、発表が終わったら拍手をする。</li> <li>・児童が慣れてきたら、話す時間を30秒に延ばす。</li> <li>・聞き方や態度を否定せず上手な児童を積極的にほめる。</li> <li>・テーマは簡単に話ができるものから始め、徐々に考えて話さなくてはいけないものにしていく。</li> <li>・児童の状況によって、テーマを提示した後、少し時間をとって良い(10秒程度)。</li> <li>・毎回テーマを変えるのではなく、同じテーマで別の人と話すことにしても良い。</li> <li>・話をすることが苦手な児童もいるので、話の流れの例を示しておく(*2)。</li> </ul>
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>(15秒のテーマ例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・よくする遊び</li> <li>・好きなおにぎりの具</li> <li>・目玉焼きの食べ方</li> <li>・好きな有名人</li> </ul> <p>(30秒のテーマ例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・100万円あったら何に使う?</li> <li>・運動会の思い出</li> <li>・修学旅行の思い出</li> <li>・最近うれしかったこと</li> <li>・大好きなテレビ番組</li> </ul> </div> <p>⑥ふり返しシートに、気づいたことや思ったこと、新しく発見したこと、を記入して交流する。</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>例：わたしの好きな食べ物は○○です。理由は○○だからです。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ふり返しシートを配付する。</li> <li>・ふり返しシートを記入する前に、数人を指名して、感想を聞いても良い。</li> </ul>

<p>全体を通しての留意点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽しい雰囲気では話ができるように、アイスブレイキングを活用して、学級全体で受け入れる雰囲気をつくっていくことが大切である。</li> <li>・特に、悪い聞き方をするときには、話し手のいやな気持ちを受け止めるとともに、終わりをしっかりと伝え、終わりをしっかりと伝え、気持ちを切り替えさせるようにする。</li> <li>・話のテーマは、学級や児童の状況に合わせ、話しにくいテーマにならないよう配慮することが重要である。</li> <li>・聞き方の練習は、一度だけでなく何度か行うとより効果的に身についていくので、学級の状況に合わせて適宜入れていくようにする。</li> </ul>
-------------------	---

<p>*1 【アイスブレイキング】</p> <p>①バースデイチェーン        言葉を使わずに、誕生日の早い順に輪になって並び、        並んでいる順番が合っているか、全員で確認する。</p> <p>②あいこじゃんけん        グループ全員で気持ちをあわせて、あいこになるまでじゃんけんをする。        1分間で何回あいこになったかを競う。</p>
--

<p>*2 【15秒の話の流れの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・よくする遊び        例：わたしがよくする遊びは〇〇です。理由は〇〇だからです。</li> <li>・好きなおにぎりの具        例：わたしの好きなおにぎりは〇〇です。理由は〇〇だからです。</li> <li>・目玉焼きの食べ方        例：わたしの好きな目玉焼きの食べ方は〇〇です。理由は〇〇だからです。</li> <li>・好きな有名人        例：私の好きな有名人は〇〇です。理由は〇〇だからです。</li> </ul>
--

## ふり返しシート

( ) 年 ( ) 組 ( )

この時間の活動をふり返りましょう。

### 1 あいこじゃんけん

① 友だちとで協力して取り組むことができましたか。

できた                      だいたいできた                      あまりできなかった                      ぜんぜんできなかった

② 楽しくゲームをすることができましたか

できた                      だいたいできた                      あまりできなかった                      ぜんぜんできなかった

### 2 いい聞き方、悪い聞き方

① いい聞き方と悪い聞き方の違いがわかりましたか。

わかった                      だいたい                      あまり                      ぜんぜん  
わかった                      わかった                      わからなかった                      わからなかった

② いい聞き方で友だちの話を聞くことができましたか。

できた                      だいたい                      あまり                      ぜんぜん  
できた                      できた                      できなかった                      できなかった

今日の活動について感想や気がついたことを書きましょう。



大阪府は「こころの再生」府民運動を推進しています。

“愛”言葉は「ほめる、笑う、叱る」

教育委員会事務局市町村教育室児童生徒支援課  
電話 06(6941)0351 平成23年発行



大阪「こころの再生」府民運動