

## 6 プログラムを用いた実践例

### (1) 御殿場市立御殿場小学校の取組

#### ア 学校の方針

御殿場小では「フルーツポンチのような学校」として、子供たち一人一人が個性を発揮しながら互いに認め合う姿を目指している。特別活動では、「ありがとうの手紙」を実施し、ポストに投函された手紙を昼の放送で読み上げている。学習活動では、話合いを通じて子供がつながり、学びを深められるよう、「学びのGスタイル」を全校で活用している。

#### イ プログラム実践による成果

##### 「自己理解・他者理解」

4年生「相手はどんな気持ち?」(p. 91)では、イラストの表情や場面に応じてどんな気持ちになるのか考えた。子供たちは友達とカードを見比べ、人によって感じ方に違いがあることに気付いていた。また、その違いを肯定的に受け止め、友達との関わり方に生かそうとする姿が見られた。

6年生「このときどんな気持ち?」(p. 109)では、気持ちカードゲームを行ったり、1日の気持ちグラフを作ったりした。同じスケジュールで1日を過ごしても、自分と友達の気持ちグラフに違いが生まれたことから、子供たちは自他の違いに気付いていた。また本校の重点目標「大切にしよう 自分も 相手も」を意識したいと話す姿も見られた。

##### 「ここちよい人間関係」

1年生「あいさつめいじん」(p. 183)では、気持ちの良いあいさつをするにはどうしたらいいかを考え、実践した。本校で実施している「あいさつ名人」に選ばれることを目標に、子供たちは前向きに活動に取り組んでいた。あいさつの練習をすることだけでなく、1年生なりにあいさつの意味や声の大小、身振りなどの表現方法の効果まで考えることができた。

3年生「やさしいたのみ方」(p. 71)では、困ったときに他者を頼ることができるよう、上手な頼み方について考え、実践した。シートを見ながらロールプレイを行い、子供たちは「優しい口調で頼まれると気持ちがいい。」と感じていた。また、グループ内でうまく実践できている友達を見て、「自分も生活の中で生かしていきたい。」と考える子供も見られた。

##### 「セルフマネジメント」

2年生「いろいろな気持ちとむきあおう」(p. 55)では、セルフケア（リラックス呼吸法、肩のリラックス法、上半身のリラックス法）を実践した。本時以前から、子供たちは自分なりのリラックス法を持っていましたが、本時を経験して「こんな方法もあるんだ。」と反応していた。子供たちから肯定的な発言が見られたため、授業後も日常の学校生活に取り入れた。

5年生「わたしのリラクセーション法」(p. 103)では、保健の学習とつながりを持たせて実践した。養護教諭がリラクセーション法を指導し、担任が手本を示す指導形態を取ったため、子供たちは具体的なイメージを持って活動に取り組むことができた。授業後は、「今、こういう時に使えるね。」と、気持ちを整えたり切り替えたりしたい時に実践する姿が見られた。

## (2) 御殿場市立東小学校の取組

### ア 学校の方針

御殿場東小は、「人にやさしく　ものにやさしく　自分を大切に」を学校教育目標に掲げている。教育目標を達成するために、教師が子供一人一人の考え方やどうしてそのように考えているのかを理解し、「やってみたい。」「楽しそうだ。」と思える教育活動を展開するようにしている。

### イ プログラム実践による成果

#### 「自己理解・他者理解」

1年生「みんなのなまえおぼえたよ」(p. 37) は、1年生全員で活動を行った。学級内の友達との関わりが多かった子供たちにとって、学年の友達のことを知る良い機会となった。また、特別支援学級の子供も参加することができ、絆づくり、居場所づくりにつながる活動となった。

3年生「○○さんからのメッセージ」(p. 67) は、友達の良い所を見付ける活動だったので、道徳科において、内容項目「個性の伸長」の学習をした後に行った。始めは自分のよさが分からなかった子供たちが、友達からよさを伝えてもらうことで、自分のよさに気付くことができた。また、友達のよさを書き始めると「もっと書きたい。」「他にも書けるよ。」と、子供たちの温かなつぶやきを聞くことができた。

#### 「ここちよい人間関係」

2年生「なかまのさそい方」(p. 47) では、ロールプレイングを用いた活動が子供たちにとって魅力的だった。普段は上手く友達を誘うことができない子供が、ロールプレイを繰り返すことで、どのように声を掛ければ良いか習得することができるようになっていった。活動後の振り返りでは、「一人でいる子には進んで声を掛けるようにしたい。」や「一緒に遊ぼうと仲間に入れてあげたい。」という振り返りが見られ、居場所づくり、絆づくりの基礎となることを感じた。

5年生「トラブルにならないあやまり方」(p. 205) では、謝る場面が具体的に設定されていたため、子供が自分事として課題を捉えることができていた。振り返りには、「立場や状況によって謝った方が、その後がうまくいく。」と、人間関係を築くための方法に気付いた子供がいた。

#### 「セルフマネジメント」

4年生「ちょっと落ち着こう」(p. 87) では、ロールプレイの設定を児童の実態に合わせて変更することで、振り返りの「自分事として考えた」に○を付ける子供が多かった。どうすれば落ち着けるのかを学級で話し合うことで、様々な落ち着き方があることに気付くことができ、普段の生活で自分の気持ちをコントールしようとする意識を高めることができた。

6年生「わたしに合ったリラクセーション法」(p. 113) では、ストレスチェック後に「自分なりの対処法」を発表した。子供たちは友達の意見を聞くことで、色々な対処法があることを知ることができた。振り返りでは、「色々な対処法を使って、ストレスと上手に付き合っていきたい。」と、学んだことを生活に生かそうとしている様子がうかがえた。

### (3) 御殿場市立御殿場中学校の取組

#### ア 学校の方針

御殿場中では、学校教育目標「志をもち 心豊かで たくましい 御中生（ごちゅうせい）」のもと、「主役は『みんな』」を合言葉として教育活動を行っている。子供たちは、仲間と協働して何かを企画をしたり、活動したりすることができる。また、授業実践を通して、子供たちの「主体性」を育むことに力を入れて取り組んでいる。子供たちが安心して学習に臨むことができる学習集団づくりや、自ら問いをもつなど学習に前のめりになる活動を通して、子供にとって居心地のよい学校づくりを目指していく。

#### イ プログラム実践による成果

##### 「自己理解・他者理解」

2年生「すがろくトーキング」(p. 141) では、少人数グループで楽しみながら活動する姿が見られた。自分の心の中を初めて打ち明けている姿や、級友の知らなかつた新しい面を知ることで驚いている姿が見られた。すがろく作成では、グループ全員の意見を取り入れるように工夫するなど、遊び感覚の強い活動の中でも、周りを思いやる姿や、人の気持ちを考えて発言している姿が見られた。自分を開示することで人との距離を縮める効果が得られるため、新学期や、席替えをした時期での人間関係づくりが期待できる。また、すがろくの質問内容を工夫したこと、自己・他者への理解を深めることもできた。

##### 「ここちよい人間関係」

1年生「自分も相手も大切にした聴き方」(p. 131) では、人と話すのは楽しい、話を聞いてもらえるのは嬉しいということを再確認しながら学ぶことができた。子供たちの実態として、「わかっていてもできない」「わかっているようでわかっていない」といった部分が多いのではないかと考え、子供自身が気付いたり、深めたりできるように意識して授業を実践した。アクティビティでは、笑顔で楽しそうに会話する姿が多く見られた。学んだことをどのような場面で使っていきたいか問いかけたところ、「仲良くなりたい人と話すとき」「喧嘩したとき」「面倒くさいと思っているとき」「自分に余裕がないとき」などの意見が挙がり、実践のイメージへつなげることができた。

##### 「セルフマネジメント」

3年生「切り替えを上手にしよう」(p. 163) では、子供同士が和やかに意見を伝え合う様子が見られた。振り返りでは、進路に関する悩みやその解決について多くの子供が記述していた。進路選択は、3年生にとって大きなストレス要因であり、楽観的に捉えることは難しいが、実施時期を一学期にすれば異なる形で展開できると考える。また、3年生「心と体の安全」(p. 227) では、性被害について動画を見ながら深く考える姿があった。子供たちは真剣に視聴し、振り返りでも被害を防ぐために自分が意識できることを記述していた。このテーマはデリケートな内容であるため、個人でじっくり考える時間を設定したことは効果的であった。積極的な行動をとるよりも、自分ができることを考えたり、適切な選択を意識したりすることが良いということを考えることができた。