3学年第3時　「Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ」支援プラン　自己管理

【エクササイズ（ＥＸ）＆準備物】

　　ウォーミングアップ『どうすればいいの？』 ：状況フリップ

　　メインＥＸ『Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ』 　　 　：人物辞典を作ろうワークシート（全員）

Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓワークシート（全員）

【ねらい】

　日々、私たちは「～したい」「～になりたい」と感じていることを夢や目標という言葉であらわしている。夢や目標を持つということ自体大切なことなのであるが、それを現実のものにしていくために、日々の「行動」や「習慣」というものに焦点をあてていく。次時の「自分の成長時間」へつながっていくための土台づくりである。

【概要】

　他者へのアドバイスから始まる。他者に対しては不思議と客観的になれるのが人間である。何人かの登場人物の夢やしたいことに対して「どうすればいいか」を考えることから始まる。次に、「人物辞典を作ろう」というテーマで、自分の将来について考える。自分の半生が人物辞典に載るとしたらどのように書かれたいかという形で考えれば、これも自分を他者として見立てることで、不思議と想像しやすくなるのだ。そして、最後にＭｙ２４ｈｏｕｒｓワークシートで自分自身に迫っていく。他者からの客観的な見方を、無理なく自分自身に導入していく手法である。

【流れ】

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 活動の流れ | 留意点・教具等 |
| ウォーミングアップ | 『どうすればいいの？』  　1)次の試合では絶対にレギュラーになって試合に出たいサッカー部のＡ  2)日本を飛び出し、世界で活躍するジネスマンになりたいＢ  　3)誰もが美味しいと言ってくれる料理人になりたいＣ  4)いつも誰かを笑わそうとしているＤ。芸人になりたいと思っている。  5)一生自分自身の歯で食事をしたいと願う奈良井先生。  ①彼らの夢を実現するためにどうすればいいか考える。  ②班で交流し、全体に発表する。 | ○フリップを一枚一枚貼りながら、説明していく。このときに、子どもたちの考えをつぶやきとして出させていくことが、班での話し合いをスムーズにすすめる。 |
| エクササイズ | 『Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ』  （１）「人物辞典を作ろう！」  　 歴史上の人物などを載せる人物辞典、これに自分が載るとしたらどんなふうに紹介してほしいか。  →こんなふうな人生を送りたい。  こんなふうに頑張ってみたい。  こんなふうな考えを持ちたい。etc  ①人物辞典作成ワークシート配布。  ②ワークシートに記入する。  ③班で交流する。  ④２人～３人ほど全体で発表してもらう。 | ○教員がモデリングとして自己開示をして「自分の夢だったこと」や「どうしてきた」かを語ってあげると子どもたちがイメージしやすい。  ○自己開示が苦手な子どもに無理強いはしない。書けない場合は、仲間の発表を聴くだけでもよい。  ○無理に全体発表しなくてもよい。 |
|  | 活動の流れ | 留意点・教具等 |
| エクササイズ | （２）「Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ」  ①Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓワークシート配布。  ②ワークシートに記入する。（最大３パターン）  　　学校ありバージョン  　　　学校なしバージョン  　　　毎日ではないが、定期的にしていることがあれば…  ③班で交流する。  ＊Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓワークシートはＨＰよりダウンロードできます。 | ○教員自身の「Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ」をモデリングとして示す。平日パターンのみでもいい。  ○必要に応じて個別支援をする。 |
| ふりかえり・シェアリング | ①グループで気づきを交流する。  　＊ワークシートに記入した時の自分自身のことでの気づき  　 ＊仲間の発表を聴いて感じたこと  ②ふりかえり用紙に記入する。 | フィードバックの視点  ・夢やしたいことを持つことの素晴らしさを返していく。今、実現にむけてどうがんばっているのかをあえて問い返す必要はないし、返してはいけない。 |

〔参考文献〕『７つの習慣』スティーブン・Ｒ・コビー　キングベアー出版

【ポイント】

　今の自分自身が「どういう状態で」「どうしていきたいか」を自己認知するための授業である。自己認知は、言語化やイメージ化を通じて具体的になっていくので、「どういう状態で」「どうしていきたいか」ということを自己開示していくプロセスが大切である。自己開示の授業は、例外なく教員の自己開示がモデリングとして重要になってくる。「Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ」を作成する前段で、教員がしっかりと自己開示したいものである。

|  |
| --- |
| 子どもの気づき |
| ・みんな、いろんな解決策があってすごかった。  ・みんなの将来の夢などがわかって良かった。自分の未来を想像するのはおもしろかった。  ・将来こうなるかはわからないけど、なりたいって気持ちは大事だと思いました。  ・意外と寝てるのでびっくりした。ふだん、生活を気にしたことがなかったので新鮮だった。  ・自分の毎日を振り返ると、何もやってなくて驚きました。 |

|  |
| --- |
| 教員からのコメント |
| ・個人差が大きい活動でした。「人物辞典」では、将来のことを考えるのが楽しいという生徒もいれば、将来のことをあまり考えていない生徒もいました。このようなことをシェアすることで、子どもには多くの気づきが生まれたようです。「Ｍｙ２４ｈｏｕｒｓ」では、実際のことだけに書きやすく、楽しんで活動している生徒が多かったと思います。自分の時間の使い方について「時間をムダにしている」「意外と勉強していない」「将来を考えるきっかけになった」などの気づきが出てきました。こんなふうにワークショップとして時間管理に取り組むと、教師が説諭する何倍もの効果があったように思います。 |

＊道徳の内容項目との関連：　1-(4) 理想の実現　　4-(5) 勤労・奉仕

（担当：大橋　敬美）