

LHR 学習指導案（1 時間目）

本時の目標 第1段階【自己肯定感を高める】
 第2段階【自分の気持ちを表現し、相手に伝える】
 準備 ワークシートA、リフレーミングシート、付せん一人2～3枚、二者択一シート、
 振り返りシート1、パソコン、プロジェクター

本時の展開

	活動内容	指導上の留意点	備考
導入 6分	○アイスブレイク 「先生を知るイエス・ノークイズ」 ①二人組になる。 ②アイスブレイクの説明を聞く。 ③教師に対する質問項目をいくつか考える。 ④挙手により、質問する。	①展開が二人組なので、二人組がよいが、三人組も可。 ③プライベートなことでも可。 ④教師はノーコメントもある。	
展開 I 16分	○【自己肯定感を高める】 「そういうあなたはすばらしい」 ①二人組になる。 ②ワークシートA・リフレーミングシートを配付 ③パワーポイントで説明を聞く。 ・本時の目標 ・ワークの説明 ④自分の長所、短所を空欄①、②に記入する。 併せて相手に自分の短所を伝える。 ⑤相手の長所を考え、付せんに記入する。 ⑥記入した自分の短所を相手に伝える。 ⑦教えられた相手の短所を肯定的に言い換えたものを付せんに記入する。 ⑧ワークシートのせりふを二人で読み進める。 ⑨空欄①´と②´のところで、先に書いた二つの付せん（相手の長所と、相手の短所を肯定的に言い換えたもの）を読みながら、渡す。 ⑩もらった付せんに空欄①´と②´のところに貼付する。	①三人組も可。 ④長所・短所は自分で考えさせるが、わからない生徒がいたら、周囲の生徒に聞いても構わない。 ⑤記入するだけで、相手に渡さない。 ⑦肯定的に言い換えられない生徒がいたら、アドバイスを。付せんは相手に渡さず持つておく。 ⑧棒読みにならないように、相手に体を向け、相手の目を見て、うれしくなるような雰囲気を作り、感情を込めて読むようにさせる。 ⑨空欄①´で相手の長所を言うところでは、できればその理由も言ってあげられるとよい。	
展開 II 16分	○【自分の気持ちを表現し、相手に伝える】 「二者択一」 ①四人組になる。 ②パワーポイントで説明を聞く。 ・本時の目標 ・ワークの説明 ③各項目につき、二者のうち一者を選び、その理由も説明する。順番に全員が発言する。	①先程の2グループが合体する。 五人組も可。 ②ワークは一項目2分 ③相手の話もしっかりと聞くようにさせる。	
まとめ 12分	○振り返り（感想・発表）（10分） ①振り返りシートに記入し、発表する。 ○本時のまとめと次回の予告（2分） ①最後に「ワークシート・振り返りシート」を回収する。		