

レーダーチャート「自分の位置を確認する」

2年 組 番 名前（ ）

あてはまる○（10点）、ややあてはまる△（5点）、あてはまらない×（0点）

【みとめる感】

↓ここに○△×を記入

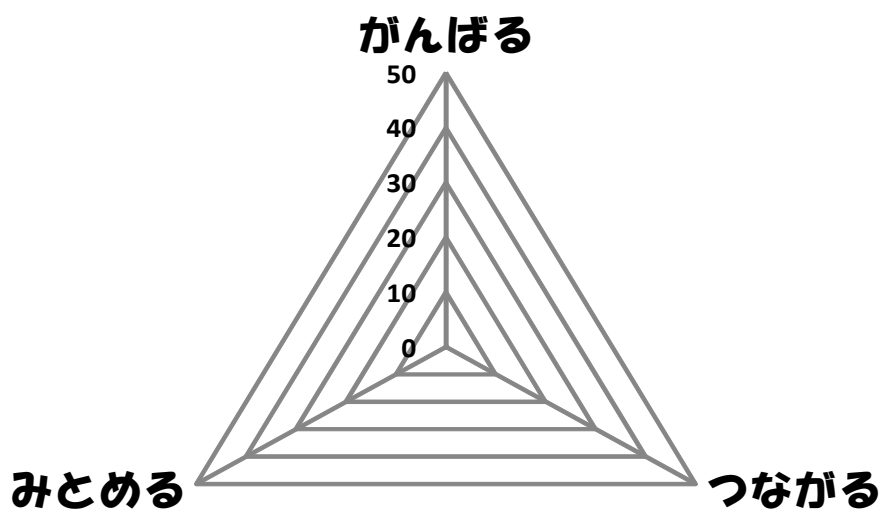
①自分にはよいところがあると思う。		みとめる感の合計 点
②自分に自信がある。		
③自分自身のことが好きである。		
④自分は周りの人に必要とされていると思う。		
⑤自分には周りの人のためにできることがあると思う。		

【がんばる感】

①困ったことが起きても、必ず解決の方法があると思う。		がんばる感の合計 点
②どんなことでも、たいていどうにかなりそうな気がする。		
③物事を自分の力でやり遂げようと思う。		
④失敗してもあきらめずにもう一度挑戦しようと思う。		
⑤困ったとき、まず自分でできることをやってみようと思う。		

【つながる感】

①自分の考えや気持ちをわかってくれる人がいる。		つながる感の合計 点
②いざというときに頼りになる人がいる。		
③迷っているときには周りの人の意見を聞きたいと思う。		
④自分の考えや気持ちを打ち明けられる人がいる。		
⑤周りの人と協力すれば大きなことができると思う。		



第1時 みとめる感ワーク

[illegible]

第2時 がんばる感ワーク①

	活動の内容	指導上の留意点	資料等	目指す生徒の姿と評価方法
導入 10分	1 アイスブレイキング 2 自分の長所と短所を三つずつ考える。その後リフレーミングして短所を長所に変えてみる。	ひたすらジャンケン ○短所も見方を変えてみれば、長所でもあることに気づかせる。	ワークシート プリント	
展開 35分	3 事例を見て自分はどっちに近いかを考える。 4 次の事例をプラスに考え直して、ワークシートの吹き出しにポジティブシンキングの考え方を記入する。 5 4人グループになり、さらによりよい考え方を話し合う。	○完全に一致することはないので、より近い方の考えを正直に答えさせる。 ①全員リレーでオサムくんのバトンミスで負けてしまった。 A：オサムのパスミスで負けてしまった。あれがなければ1位だったのに。 B：勝つことだって負けることだってある。次の行事はみんなでがんばろう。 ②授業中の私語を先生に注意された。 A：他の子だってしゃべっていたのに、なんで自分ばかりおこられるんだ。 B：勉強がわからなくなってしまうないように、先生は自分のことを考えてくれたんだな。 ○Bの考え方をポジティブシンキングという考え方であることを伝える。 ○数名の生徒に発表させ、感じる気持ちとしては両方の考え方があっても然るべきだということを確認する。 ①一生懸命勉強したのに、予想していたよりテストの点が低かった。 ②席替えをしたら、仲のよくない子と同じ班になってしまった。 ③買ったばかりのシャーペンをなくしてしまった。 ④前から楽しみにしていたディズニーランド、雨で行けそうにない。 ○プラスに具体的に行動を起こす場合もあれば、気持ちを切り替える場合もあることに触れる。 ○実体験が乏しい生徒が、考えをもつことができないことも考えられる。そのため、似たような場面などをわかりやすく口頭での説明を付け加える。	パワーポイント ワークシート	【知識・理解】 ・マイナス的な面も見方を変えればプラス的な面があることをわかっている。 (観察・ワークシート) 【関心・意欲・態度】 ・事例をプラス的な見方に変えることができる。 (観察・ワークシート)
まとめ 5分	6 今日の授業を振り返り、気づいたこと感じたことをワークシートに記入する。	○本時の授業を通して気づいたことをや感じたことを自由に記入させたい。	ワークシート	

第3時 がんばる感ワーク②

	活動の内容	指導上の留意点	資料等	目指す生徒の姿と評価方法
導入 10分	1 アイスブレイキング 2 気持ちの変化のグラフ「立ち直り曲線」を見て、落ち込んだ気持ちからの変化を考える。理由も考える。	以心伝心ゲーム ○落ち込んだときからの気持ちは①元に戻る②より強い気持ちになる③元の状態には戻らないのか3択で考えさせる。理由を何人かの生徒に発表させる。 ○困難な経験は元の気持ちに戻るのではなく、より強い気持ちに成長できることを伝える。 ○落ち込んだり、失敗した経験がある方が気持ちが強くなることを、今の自分と幼児期の自分を対比させながら考えさせる。	パワーポイント	
展開 35分	3 「立ち直り曲線」について考え、4月からの半年間の気持ちの変化を、行事などからを振り返り、ワークシートに記入する。 4 一番落ち込んだときと、一番盛り上がってきたときの気持ちをワークシートに記入する。 5 そのときどうやって立ち直ったか振り返り、付箋紙に記入する。 6 4人グループになり、自分の考えを発表し、白の画用紙に貼る。「誰が」「いつ」「どこで」「何を」を意識しながら発表する。	○モデルとなる曲線は行事で示すが、自分が経験したイベント（家族や友だちとのこと）でもよいことを伝える。 ○気持ちに特に大きな変化がなかったとき生徒にはそれは安定した落ち着いた状態であることを伝える。 ○落ち込んだときの気持ちは、無理に書く必要はないことを伝え盛り上がってきたときの気持ちに重点を置く。 ○考えがまとまらない生徒には「誰が」「いつ」「どこで」「何を」の一つでもよいことを伝える。 ○同じような意見、似たような意見のときには、そのときに同時に貼ってもよいことを伝える。 ○データ（東京大学 H17）を示しながら、落ち込んだり挫折した経験がある人の方がより強い希望をもっていることを、確認し、困難なことを乗り越えることを大切さに気づかせたい。 ○「誰が」「いつ」「どこで」「何を」という視点から発表させる。	ワークシート ワークシート 付箋紙 画用紙	【知識・理解】 ・落ち込むことがマイナスということ、そこから立ち直ることが大事であることがわかる。 (観察・ワークシート) 【思考・判断・実践】 ・気持ちが落ち込んだときからの盛り上げ方を考えることができる。 (観察・ワークシート)
まとめ 5分	5 今日の授業を振り返り、気づいたこと感じたことをワークシートに記入する。	○本時の授業を通して気づいたことをや感じたことを自由に記入させたい。	ワークシート	

第4時 がんばる感ワーク③

	活動の内容	指導上の留意点	資料等	目指す生徒の姿と評価方法
導入 5分	1 なかなかうまくいかないことがあったとき、自分なら何回くらい挑戦しようと思うか考える。 2 「なでしこジャパン」VTRを視聴する。	○24回戦ってもあきらめずに25回目で成功した人たちがいることを伝える。 ○なでしこジャパンのこれまでの道のりとワールドカップ決勝戦の激闘を振り返らせる。	なでしこジャパン VTR	
展開 40分	3 日本 vs アメリカの資料を見る。 4 対戦前のなでしこたちはどんな気持ちであったかを考える。 5 資料「なでしこジャパン あきらめなかったあの日あの瞬間」の範読を聞く。 6 今まで一度も勝ったことがない相手、決勝戦でも厳しい戦いになった相手に対して、最後まであきらめずに立ち向かったのはなぜかを考える。	○資料を提示によって、アメリカ代表に勝利することがいかに困難なことであったのかを知る。 競技人口 3万人 vs 150万人 平均身長 163cm vs 170cm 国内リーグ アマチュア vs プロ 世界大会 最高ベスト4 vs 優勝5回 対戦成績 0勝21敗3分 最大得点差 0-9 1999年4月29日 ○一度も勝ったことがない相手に対して、なでしこジャパンの選手がどのような心で試合に臨んだかに触れる。 ○困難を極めた決勝戦当日の試合。何度も心がくじけたり、あきらめかけた場面があったことにも触れる。 ○相手に先制されたり、追いついても再びリードされ、過酷を極めた決勝戦、何度も心がくじけそうな状況にもあきらめなかったなでしこたちの戦いぶりに触れ、彼女たちのあきらめなかった気持ちに気づかせたい。 ○仲間との信頼や、周りの人への感謝する心にも気づかせたい。 ○数名の生徒に発表させる。	ボード 「日本VSアメリカ」 選手たちの写真、吹き出し ワークシート 資料 ワークシート	【関心・意欲・態度】 ・困難な出来事にも負けずに立ち向かおうとする気持ちを持つことができる。 (観察・ワークシート)
まとめ 5分	7 今日の授業を振り返り、気づいたこと感じたことをワークシートに記入する。	○本時の授業を通して気づいたことや感じたことを自由に記入させたい。	ワークシート	

第5時 つながる感ワーク①

[illegible]

第6時 がんばる感ワーク②

[illegible]

第7時 がんばる感ワーク③

	活動の内容	指導上の留意点	資料等	目指す生徒の姿と評価方法
導入 5分	1 プレ合唱コンクールを振り返り、自分のクラスの合唱が何点であるか、理由も含めて考え、ワークシートに記入する。	○歌い方の他にも、練習への取り組みや気持ち・態度も含めて考えるように伝える。 ○よい点も含めて意見を出し合い、合唱コンクールへのクラスの思いを確認する。	ワークシート	
展開 35分	2 全国合唱コンクールVTR を視聴し、参加校の取組について知る。 3 プレ合唱コンクールを行って学級の課題は何か、また、それを解決するためにはどうしたらよいかを考える。 ①学級の課題を赤色の付箋紙に記入する。 ②4人組にわかれて、画用紙に課題の付箋紙を張り出しながら、意見を交換する。 ③課題をプラスの言葉に変えて伝えるようにする。学級全体の雰囲気をよくする内容で見出しを書く。 ④グループの意見をできる限り多く、見出しに記入する。 4 各グループの発表を聞く。他のグループの発表聞いて、感じたことや感じたことを共通する3点から考え、ワークシートに記入する。 5 合唱コンクールに向かって、クラスや仲間を支えるために、自分にできることを考え、青い付箋紙に記入する。画用紙に張り出す。	○参考となることをメモしておくように指示する。 (全国参加校に共通する3点) ①ルール・約束が守られている。 (最低限実行すべきこと) ②工夫した練習を行っている。 (歌い方、音程など) ③みんなが支え合って行動している。 (みんなが気持ちよく参加できる) ○共通する3点から合唱への取組について考えさせる。 ○合唱の上手さではなく、参加校の姿勢や態度に注目させる。 ○ここでは学級の課題に対して考える。 ○ここでは4人組のグループにわかれ、画用紙に貼り出し、意見交流させる。 ○自分自身が取り組んでいくことを「共通する3点」で考え、グループ内で発表させる。 ・並ばない。 ・練習に工夫がない。 ・熱心じゃない人がいる。 ↓ ・20秒以内に並ぶようにする。 ・パート練習を繰り返そう。 ・責めないで、自分がリードする。 ○各グループが1枚以上は記入できるようにアドバイスする。 ○発表する時間を取り、それを聞いた感想をワークシートに記入させる。 ○「今、自分にできることは何か」を考えさせる。合唱コンクールに向かって自分にできることを考えさせる。	全国合唱コンクールVTR 付箋紙 画用紙 見出し カード 付箋紙	【思考・判断・実践】 ・学級の課題に対して、それをプラスの考えに変えよ 合い話し合っている。 (観察・ワークシート) 【関心・意欲・態度】 ・自分にできることを考え、グループ内で発表し、合唱コンクールへ向けて実践しようとしている。 (観察・ワークシート)
まとめ 10分	6 今日の授業を振り返り、気づいたこと感じたことをワークシートに記入する。	○本時の授業を通して気づいたことをや感じたことを記入させる。 ○教師からも、合唱コンクールへの思いを伝え、みんなで取り組んでいこうとする雰囲気をいっそう高める。		

みとめる感7-ク「自分の知らないよさに気づこう」

2年 組 番 名前

(1) 自分のよさはどれだろう？

心の中で3つ選んでみよう！

まだ書かない。自分の心の中で思い浮かべておいてください。

- | | |
|----------------------|-----------------|
| ① 明るい | ⑨ 聞き上手 |
| ② やさしい | ⑩ 素直 |
| ③ 熱血・情熱がある | ⑪ おだやか |
| ④ 頼りがいがある | ⑫ 意志が強い |
| ⑤ しっかりしてる | ⑬ 行動的 |
| ⑥ 元気がいい | ⑭ がんばりや |
| ⑦ おもしろい | ⑮ 話し上手 |
| ⑧ 自分の意見をはっきり言うことができる | ⑯ 周りの人の意見を大切にする |

(2) 今度はみんなに聞きます。

この友達のふだんの様子に一番近いのはどれだろう？
番号をどのマスでもいいので記入してみよう。

がんばる感ワーク①「考え方をプラスにする」

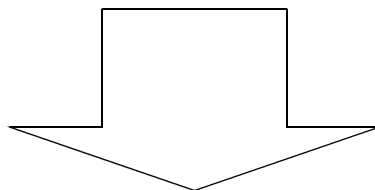
2年 組 番 名前 _____

1. 自分の性格や行動での欠点（短所）どんなこと？
3つ考えて書いてみよう。（書けることでいいです。）





考え方を変わてみると. . .





○長所と短所はウラオモテ！



がんばる感ワーク①「考え方をプラスにする」その2

2年 組 番 名前 _____

○次の出来事をプラスに考え直してみよう！

①期末テストの前に一生懸命勉強したのに、予想していた点数より悪かった。

②席替えをしたら、あまり話したことがない子と同じ班になってしまった。

③先週買ったばかりのお気に入りのシャープンをなくしてしまった。

④ずっと前から楽しみにしていたディズニーランド、雨で行けそうにない。

○今日の授業で感じたこと、気づいたことを書いてみよう！

がんばる感ワーク②「へこんだところから立ち直るには？」

2年 組 番 名前 _____

- 1. 4月からの気持ちの盛り上がりや落ち込みを振り返って、グラフを書いてみよう。**

クラス替え 中間テスト サ布林ピック 期末テスト 夏休み 尾瀬学校 キャリアドリーム 体育大会

- 2. そのときの気持ちを振り返ってみよう。**
(思い出すのもつらいような苦しいときの気持ちは無理に書く必要はないです。
盛り上がったときの気持ちを書いてみてください。)

＜盛り上がったときの気持ち＞

＜落ち込んだときの気持ち＞

- 3. 落ち込んだとき、**
自分はどのように盛り上げることができたのか？
自分を盛り上げることができたのか？

- 4. 今日の授業で感じたこと、気づいたことを書いてみよう！**

なでしこジャパン あきらめなかった あの日のあの瞬間

2年 組 番_____

2011 年ワールドカップ決勝戦の試合開始前、日本チームは宿泊するホテルで、日本女子サッカーの歴史をまとめたビデオを見た。過去の歴代代表が経験した努力と苦難を見て、DF 阪口は彼女たちのためにも頑張る気持ちになったと後に語っている。

アメリカのエースストライカー、ワンバクへのインタビューによると、アメリカは早い段階で勝利を決定づけようと試合開始直後から猛攻を仕掛ける方針を決めていた。立ち上がりは、アメリカの思惑通りに進んだ。開始後 1 分でチェニーがドリブルで持ち込みシュートを放ち、その後も 8、9、11 分さらに 12、16、18 分と立て続けにシュートを放った。いずれもゴールにはならなかったが、それでも焦りはなく、ワンバクも「得点は時間の問題だ」と考えていた。日本のキープレイヤー澤穂希は守備に追われ攻撃できず、チーム全体も慌ててロングパスを多用しては、相手に取られる場面が続いた。

悪いリズムに監督・佐々木則夫は、落ち着いてボールを味方で廻すよう指示を出した。これをいち早く GK の海堀がくみ取り、間を取るために、ロングキックから短いパスへ切り替え出した。DF の岩清水も周囲に声を掛けながら自陣でパスを回す時間を取り、自分たちのペースを徐々につかみ始めた。日本は何度もシュートを打たれ、悪夢のような劣勢に立たされつつも、前半は両チーム無得点で終わった。

アメリカは後半を迎えるにあたり、戦略を修正した。前線に突破力に優れるモーガンを投入した。途中までは五分五分の展開が続いたが、アメリカの戦略が当たり、とうとう、後半 24 分、素早いカウンターから俊足のモーガンが DF 陣を破り先制点を奪った。この 1 点でワンバクは「チームの勝利を確信した」と答えている。そして日本には動揺が走った。中央突破を許し DF 陣の隙を突くアメリカが最も得意とするスタイルでゴールを決められ、「やはり勝てないのか」と気持ちは切れかかった。

、、、その時である。キャプテンの澤が周囲にかけた「あきらめるな、行こう」という声は、日本選手に「私たちはまだやれる」という気持ちを奮い立たせた。日本は疲れをものとせず走り続けた。対するアメリカは 1 点が入ったことで動きが鈍くなり、後半 36 分、ボールを奪った FW 川澄が、右サイドへ深く切り込んだ FW 永里へパスを通し、永里が上げたセンタリングを FW 丸山らがからむ混戦の中、自陣から約 50m を一気に駆け上がって来た MF 宮間が飛び込み、左足でゴールを決めた。その後両チームは互角に戦い、1-1 のまま試合は延長戦に持ち込まれた。

延長戦でも、コーナーキックやロングパスなどを積極的なシュートへ繋げて攻めるアメリカと、それを必死に守る日本の図式は続いた。延長 14 分、ペナルティエリアでフリーになったワンバクがヘディングによって得点を決めた。このとき、ワンバクは「これで終わった」と感じていた。サッカーでは、延長でリードを許してしまうと追いつくことはとても難しく、何より心がくじけてしまう。しかし、川澄は永里と「このくらいの方が楽しい」と言葉を交わし、宮間も「大事なのはこの後だ」と考えていた。日本の心は折れず、逆に結束力を高めた。

延長前半終了後のわずかな時間、川澄は、丸山とポジションを入れ替えることを佐々木監督に話し、右ウイングに入った。運動量豊富な自分がこのポジションにいれば、アメリカのボールを奪い、攻撃へ転じやすいと考えたためである。そして試合時間残り 3 分、日本はコーナーキックを得た。その直前のプレーで相手 GK ソロが負傷し、治療を受けて中断されたわずかな時間、宮間・阪口・澤の 3 人が集まった。阪口のアイデアに、宮間が「ニアに蹴る」と言い、それに澤が「一番に飛び込む」と答えた。直後、宮間のキックに飛び出した澤はニアサイドで右足を伸ばし、触れたボールはアメリカのゴールに突き刺さった。

アメリカチームは最後の攻撃を仕掛けた。ゴールへ走り込むモーガンを岩清水が身を挺して阻止したが、フリーキックを与えた上に、レッドカードを受けることになってしまった。人生初の退場処分を受けた岩清水がピッチを去った後、ロイドが放つフリーキックを日本は懸命に守った。そしてタイムアウトを迎え、激闘は終わり、PK 戦に持ち込まれた。組んだ円陣の中、佐々木監督は、笑顔で「楽しんでこい」と選手を送り出した。

アメリカは 3 人連続でシュートを外し、一方の日本は、1 人目宮間が落ち着いて決め、永里は止められたが、続く阪口が決め、3 人終わって 2-0 となった。アメリカ 4 人目のワンバクは成功したが、次を決めれば日本が勝利する状況に変わりはない。一度上空を見上げた熊谷のシュートはゴールの左上に突き刺さり、日本女子サッカー代表はワールドカップ初優勝を遂げた。

なでしこジャパン
あきらめなかった あの日あの時あの瞬間

2年 組 番 名前_____

- (1) ワールドカップ決勝、アメリカとの対戦前、なでしこジャパンの選手たちは、どんな気持ちだったと思いますか。

- (2) 今まで一度も勝ったことがなく、この決勝戦でも先制され、追いついても再びリードを許した相手、アメリカ代表に対して、なでしこジャパンの選手たちが最後まであきらめずに立ち向かったのはどうしてだろうか。

- (3) 今日の授業を振り返って、気づいたこと、感じたことを書こう。

つながる感ワーク①

「励ます言葉、傷つける言葉」

2年 組 番 名前_____

1. クラスや学年、部活の友だちや仲間と言われて、
励まされた言葉、傷ついた言葉にはどんなものがありましたか？
また、自分が言った言葉でも、周りの人が使った言葉の中にはありましたか？

励まされた言葉は「ピンクのふせん紙」
傷ついた言葉は「みずいろのふせん紙」に書いてください。

2. そのときの気持ちを振り返ってみよう。

＜励まされる言葉＞

＜傷つく言葉＞

3. 次のときどんな言葉をかけますか？
また、どんなかけてもらえたら嬉しいですか？

①マサオくんへ

②ユリコさんへ

4. 今日の授業で感じたこと、気づいたことを書いてみよう！

避難した夜の歌

2年 組 番 名前_____

- (1) 仲間や友だちがいてくれてよかったと思うような経験で、みんなで支え合ったり助け合ったりしたことで、どんなことがありましたか。

- (2) 3月11日東日本大震災の当日、志津川中学校の夜はどのような状況だったと思いますか。

- (3) 歌声を響かせるきっかけとなった生徒の思いは、どのようなものであったと思いますか。

- (4) 今日の授業を通して、気づいたこと、感じたことを書いてみよう。

「合唱コンクールへ向かって」

2年 組 番 名前_____

- (1) プレ合唱コンクールを聞いて、自分のクラスの合唱は、今、何点だと思うか。理由も含めて考えてみよう。

--

- (2) 全国合唱コンクール出場校に共通する「3点」を参考にしながら、メモをとる。

〈共通する3点〉

①ルール・約束が 守られている。	
②工夫した練習が 行われている。	
③みんなが支え合い 協力している。	

- (3) このクラスの課題は何か。

(4)

--

(5)

--