

中活ブック

教師用

児童の自己指導能力を高める支援の工夫
中1ギャップの改善を目指す「中活ブック」

自己指導能力を 高める支援

● 校内研修での共通理解



● 4つの視点を意識した授業



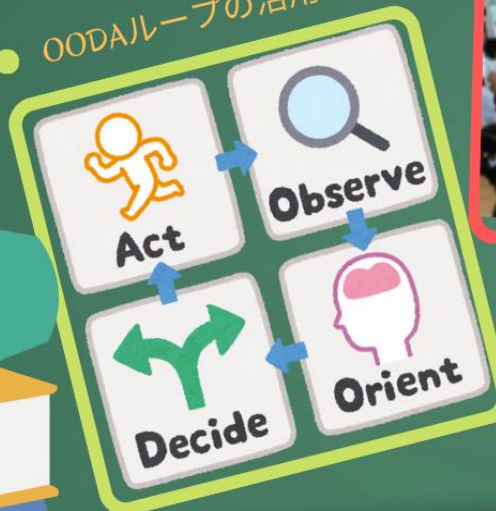
● 中活ブック児童用の作成



● 中活サポーターズとの連携



● OODAループの活用



自信と希望を
手に入れる児童を
目指して

はじめに

中・ギャップの改善を目指す「中活ブック」の作成と活用を通して、教師が小学校6年生に対して自己指導能力を高めるための支援を工夫したり、児童が主体的に探究活動を進めていったりしていくことで、児童の自己指導能力が高まると考えました。

このような考えを、「中活ブック（教師用）」にまとめました。

「中活」とは

「中活」とは、中学校進学に向けて準備をする活動のことを意味します。

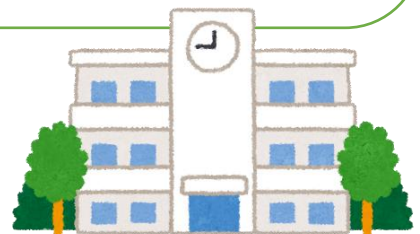
また、ここでいう準備とは、小学校6年生が自信と希望をもって中学校へ進学するために、自己指導能力を高める取組を意味します。

さらに、「中活」を支える「中活サポーターズ」（友達・中学生・保護者・担任・養護教諭・校長・地域の中学校教員・教育委員会の方・適応指導教室指導員・スクールカウンセラー）が活動の中で助言をしたり、エールを送ったりして、支援に入ります。

そうすることで、児童の自己指導能力がより高まるとともに、小学校卒業後も自分の近くにはいつでも頼りになる身近な存在がいることに気づき、安心して今後の学校生活を送れるようになると考えました。

「中活ブック」（教師用）とは

「中活ブック（教師用）」は、児童が自己指導能力を高めることで中・ギャップの改善を目指すために作成したものです。児童の自己指導能力を高めるための教師向けの「中活ブック」を作成し、本資料を用いて校内研修や授業実践で活用します。また、「自己指導能力の獲得を支える生徒指導『4つの視点』」を踏まえた授業づくりや児童への関わり方について共通理解と連携を図り、「発達支持的生徒指導」や「チーム学校」の工夫の一助とします。その中の取組として、「基本編」「実践編」にまとめ、教師が日々の実践の中で活用しやすいものを提案します。



中活ブック（教師用）

～目次～

はじめに 1

目次 2

第1章 基本編

1. 自己指導能力と「4つの視点」 3

2. チーム学校における生徒指導体制 7

第2章 実践編

1. 「4つの視点」を踏まえた総合的な学習の時間における
実践例 16

2. 中活シート集 40

おわりに 44



第1章 基本編

1. 自己指導能力と「4つの視点」

自己指導能力とは

生徒指導の目的を達成するには児童生徒一人一人が、**自己指導能力**を身に付けることが重要です。

「児童生徒が、深い自己理解に基づき、『何をしたいのか』、『何をすべきか』、主体的に問題や課題を発見し、自己の目標を選択・設定して、この目標の達成のため、自発的、自律的、かつ、他者の主体性を尊重しながら、自らの行動を決断し、実行する力」を**自己指導能力**と定義している。

文部科学省（令和4年12月）「生徒指導提要」第1章より

生徒指導の実践上の「4つの視点」

(1) 自己存在感の感受

- 「自分も一人の人間として大切にされている」という自己存在感を、児童生徒が実感することが大切
- 自己肯定感や自己有用感を育むことも極めて重要

(2) 共感的な人間関係の育成

- 失敗を恐れない、間違いやできないことを笑わない、むしろ、なぜそう思ったのか、どうすればできるようになるのかを皆で考える支持的で創造的な学級づくりが生徒指導の土台となることが大切

(3) 自己決定の場の提供

- 授業場面で自らの意見を述べる、観察・実験・調べ学習等を通して自己の仮説を検証してレポートする等、自ら考え、選択し、決定する、あるいは発表する、制作する等の体験が何より重要

(4) 安全・安心な風土の醸成

- 互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業や学校生活が送れるような風土を、教職員の支援の下で、児童生徒自らがつくりあげるようにすることが大切

文部科学省（令和4年12月）「生徒指導提要」第1章より

☆児童の自己指導能力アップに向けて、日々の実践を振り返り、
「4つの視点」を自己チェックしてみましょう！

(1) 自己存在感の感受

- ☐ どんな発言も受け止めて大切にしている。
- ☐ つぶやきも積極的に取り上げて発言のチャンスを与えている。
- ☐ 意欲が低かったり、学業が振るわなかったりする児童には、明確な指示や発問の工夫等の配慮をしている。
- ☐ 授業の中で「よくできたね」「頑張っているね」など、承認や称賛、励ましをしている。
- ☐ 児童の実態を見取り、授業のどの場面で生かすか見通しをもって指導をしている。
- ☐ 多様な考えを提示して、互いの考えのよさに気付かせる工夫をしている。
- ☐ 発言しない児童には認める、励ます等の配慮をしている。

(2) 共感的な人間関係の育成

- ☐ よい姿は褒め、好ましくない姿は毅然とした態度で正すなど、一貫性のある指導をしている。
- ☐ どんな発言でも関心を示し、丁寧に聴いている。
- ☐ 間違った応答を笑わないよう指導をしている。
- ☐ 一人一人を受け入れて価値付け、人間性を認めている。
- ☐ 進んで自己開示し、児童から学ぶ姿勢をもっている。
- ☐ 教師主導にならず、児童の状況を把握しながら授業を進めている。



(3) 自己決定の場の提供

- ☐ 学習に興味・関心をもてるよう資料や教材の提示の仕方を工夫している。
- ☐ 一人で調べたり、考えたりする時間を十分に与えている。
- ☐ 思考したり観察したりする場面で、視点を明確に示している。
- ☐ 学習方法や学習形態などを選択できるようにしている。
- ☐ 多様な考えを生む発問などの工夫をしている。
- ☐ 主体的に学べるよう個に応じた支援を行っている。
- ☐ その日の学習を振り返り、その後の学習につなげるような場の設定をしている。

(4) 安全・安心な風土の醸成

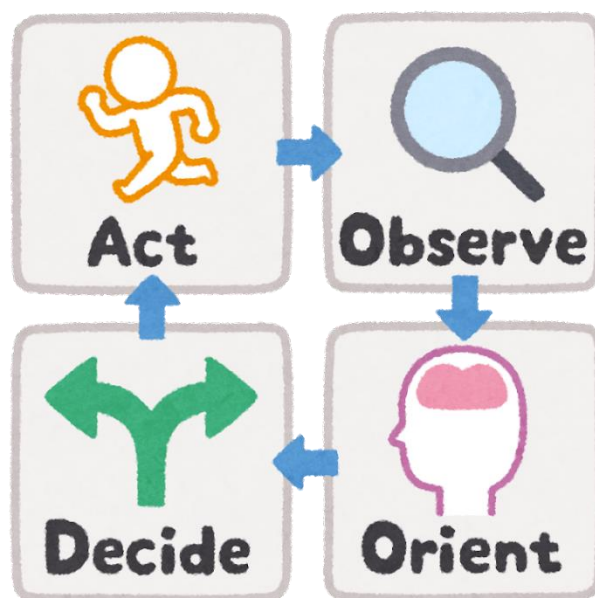
- ☐ 互いの個性や多様性を認め合えるように配慮している。
- ☐ 朝の会は、温かい雰囲気の中で安心して1日が始まるような工夫をしている。
- ☐ 帰りの会は、温かい雰囲気の中で安心して1日が終わるような工夫をしている。
- ☐ 主体的に児童が活躍できるよう見守っている。
- ☐ 他者の人格や人権をおとしめる言動、いじめ、暴力行為などは、毅然とした態度で早期に対応している。
- ☐ 悩んでいる様子や不安な様子を見かけたら、チャンス相談を行っている。



おすすめしたい考え方「OODA ループ」

近年、世界的な感染症の大流行や戦争など多くの出来事が、かつてない規模、タイミングで起こり、状況は様々な理由で複雑となり、どのような出来事が起こっているのか、これからどうなるのか、どの情報が正しいのか分かりにくい、いわゆるVUCA（ブーカ）の時代に入ったと言われています。VUCAは、Volatility（変動性）、Uncertainty（不確実性）、Complexity（複雑性）、Ambiguity（曖昧性）の4つの単語の頭文字をとった造語です。我が国においても、産業界を中心に議論されてきたVUCAはその舞台を様々な分野に広げつつあり、教育問題についても見直すきっかけになっています。現在、学校の現場では、不登校、いじめ、自殺、感染症などの問題が山積しています。それらの諸問題の具体的な対応策・解決策として、いかに素早く適切な判断をして行動に移すかが重要となってきます。そこで、そうした考えに基づいたOODAループ（Observe みつめる・Orient わかる・Decide きめる・Act うごく）を実践に活用しました。

また、「生徒指導提要」における自己指導能力の定義や探究的な学習における児童の学習の姿がこのOODAループのフレームワークに合致していると考えました。



2. チーム学校における生徒指導体制

チームとしての取組① 「共通理解」

学校の教育目標として「児童生徒がどのような力や態度を身に付けることができるように働きかけるのか」という点についての共通理解を図ること、そして、共通理解された目標の下で、全ての教職員が、児童生徒に対して、粘り強い組織的な指導・援助を行っていくことが重要です。実践に当たっては、児童生徒を取り巻く環境や発達段階を丁寧に理解した上で、全校的な取組を進めることが求められます。その際、働きかけを効果的なものにするためには、教職員と児童生徒、教職員と保護者、教職員同士の信頼関係の形成に努めることが不可欠です。

文部科学省（令和4年12月）「生徒指導提要」第3章より

以上のことを踏まえて、「中活ブック」においても全校体制や外部の関係者等の共通理解によって児童の自己指導能力を協力して高めていくことが大切であると考えました。



共通理解① 校内における共通理解

○校内研修

夏休みの校内研修を利用して、「中活」についての説明を行いました。その中で、生徒指導で大切な「自己指導能力」について、改めて共通理解を図りました。自己指導能力の獲得を支える4つの視点については、どの学年でも大切な視点として学級経営や授業づくりに役立てていくことが大切です。



共通理解② 「中活サポーターズ」との共通理解

○「中活サポーターズ」との打合せ

「中活」の趣旨を理解していただき、同一步調で支援していくために授業前に実践の説明を行い、共通理解を図りました。「中活サポーターズ」の意見や疑問を踏まえ、授業がよりよいものになるように打合せを行うことが大切です。

また、実践の最後には、児童に向けて励ましのエールをいただき、「中活ブック」に記載しました。



共通理解③ 学年内での共通理解

○授業や生徒指導における共通理解

「中活」の授業前には、「指導案」・「中活シート」・「中活サポーターズ」との打合せ内容等を基に、学年の中で密に情報交換を行い、単元のねらいや内容の確認を行いました。その際、学年内で互いの考えや思いを伝え合い、教職員同士の信頼関係の形成に努めることが大切です。

「中活」の授業では、学年職員で授業を参観し合い、授業改善を図ることも大切です。「中活」の授業後には、児童の取組や「中活シート」の内容を振り返り、次時の授業や日々の学校生活における支援に役立てることが大切です。



2. チームとしての取組② 「連携」

現在、「社会に開かれた教育課程」を通じてよりよい社会をつくるという目標を学校と社会とが共有した上で、それぞれの学校において必要な教育内容を明確にしながら、社会との連携・協働によってそのような学校教育の実現を図っていくことや、複雑化・重層化した児童生徒のニーズに応えること、学校の働き方改革を実現し教員の専門性を十全に生かすことが、学校には求められています。

そのためには、学校を多職種・多機関との連携・協働の場とすること、さらには、多職種・多機関という専門職による支援の枠組みにとらわれず、地域にある社会資源を学校に迎え入れ、社会全体で児童生徒の学びと育ちを支えることを目指す学校改革が求められています。それは、発達支持的、課題予防的（未然防止教育・早期発見対応）、及び困難課題対応的といった生徒指導の3類4層全てにわたるものであり、学校を多様な「思いやりのある大人」たちの連携・協働の場としていくことを意味しています。

しかし、学校を基盤とした家庭や地域、関係機関等との連携の在り方は、決して全国一律ではありません。学校種や地域によっても多様な連携の形が考えられるとともに、地域にどのような社会資源が存在するかにも左右されます。そのため、各学校は、地域の実情をよく把握した上で、家庭や地域、関係機関等と円滑な連携・協働を図るために、生徒指導基本方針や生徒指導マニュアル等において、地域に存在する関係機関等の役割や権限、連携方法などについて明記し、教職員間で共通理解しておくことが大切です。

文部科学省（令和4年12月）「生徒指導提要」第3章より

以上のことを踏まえ、「中活」を支える「中活サポーターズ」（友達・中学生・保護者・担任・養護教諭・校長・中学校教員・教育委員会・適応指導教室指導員・スクールカウンセラー）が「中活」の中で支援に入っただけのように連絡・調整を行いました。

こうした取組を行うことで児童の自己指導能力がより高まるとともに、小学校卒業後もいつでも頼りになる身近な存在であることに気付き、安心して今後の学校生活を送れるようになると考えました。

連携① 授業における中活サポーターズとの連携

(1) 外部講師（T2）の協力

外部講師として、地域人材を活用し、中学生・適応指導教室指導員・スクールカウンセラー・教育委員会の方と連携を図りました。

実践前に2回程度打合せを行い、授業のねらいや内容の説明をしました。また、授業のねらいや内容から、外部講師の願いや考えも考慮し、授業内容を共に検討しました。



中学生へのインタビュー



適応指導教室指導員による
アイスブレイク



スクールカウンセラーからの
アドバイス



教育委員会の方からの
エール

(2) 校内職員（T2）の協力

校長と養護教諭にT2として協力していただきました。実践前に2回程度打合せを行い、授業のねらいや内容の説明をしました。また、授業のねらいや内容から、校内職員としての願いや考えも考慮し、授業内容を共に検討しました。



養護教諭からのアドバイス



校長からのエール

連携② 職場体験における中学生との連携

☆中学生への依頼文（例）☆

職場体験に来ている〇〇中学校2年生へお願い

皆さんが職場体験で〇〇小学校を選択し、多くのことを学ぼうと意欲的に取り組んでいる姿が見られ大変うれしく思います。

さて、〇〇小学校の6年生では、総合的な学習の時間の中で、「自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！」という学習を行っています。この学習では、「中活」という「中学校に向けて自信と希望をもって進学できるように準備する活動」に取り組んでいます。

そこで、今回第2時の学習「中学校ってどんなところ？～中学校生活の様子や悩みを知ろう～」において、皆さんにお手伝いいただき、先輩としてアドバイスやエールを送ってほしいと思います。

後輩になる6年生や〇〇小学校のために皆さんの力を貸してください。よろしくお願いします。

1. 日時 〇月〇日（〇）
 1校時（6年〇組） 2校時（6年〇組） 5校時（6年〇組）
2. 学習内容 ①単元の課題について全体で確認し、自分の生活を振り返ります。
 ②中学生や班のメンバーとアイスブレイク（アドジャン）をします。
 ③中学生にインタビューをして、中学校生活の様子や悩みを調べます。
 ④中学生から励ましのエールをもらいます。
 ⑤インタビューの内容を整理したり、自分の生活と中学生の生活を比較したりして、自分の目標を考えます。
 ⑥これからの生活に生かしていきたい目標を決め、学習の振り返りをします。
 ⑦次回の確認をします。
3. お願い ・ 学習内容②の中で、小学生と一緒に「アドジャン」をして、教室が温かい雰囲気になるようにサポートしてください。また、「アドジャン」が終わったら中学生から小学生によかったところや改善点などについてアドバイスをしてください。
 ・ 学習内容③の中で、小学生からの質問に答えてください。小学生の不安や悩みが少しでもなくなり、中学校への自信と希望をもてるようにアドバイスをしてくれるとありがたいです。
 ・ 学習内容④の中で、小学生に向けての励ましのエール（1分くらい）を送ってください。小学生の不安や悩みが少しでもなくなり、中学校への自信と希望をもてるようにアドバイスをしてくれるとありがたいです。
4. その他 ・ 一人一班（4～5人ずつ）担当してもらいます。
 ・ 困ったことや質問があればお知らせください。

連携③ 家庭との連携

○学年通信

「中活」の趣旨を理解していただき、学校と保護者が同一步調で支援していくために学年通信で実践の説明を行い、連携を図りましょう。

☆学年通信の内容（例①）☆

「自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！」に取り組んでいます！

〇〇小学校の6年生では、総合的な学習の時間の中で「自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！」という学習を行っています。

ここで言う「中活」とは、中学校に向けて自信と希望をもち、安心して進学できるように準備する活動のことを意味します。全9時間の単元の中で、子供たちが中学校で不安を抱えるであろう悩みや、立ちはだかるであろう問題を探究課題として、その解決に向けて2学期の初めから学習に取り組んでいます。このような取組の中で、子供たちには自己指導能力（自らの行動を決断する決断力と、それを実行する実行力）を高めてほしいと思っています。こうした力を高めていくことで、きっと中学校生活においてもその力が生かされると考え、授業を計画しました。

また、「中活」を支える「中活サポーターズ」（友達・中学生・保護者・担任・養護教諭・校長・教育委員会・適応指導教室指導員・スクールカウンセラー）には、この取組の中で様々な形で支援に入ってください。そうすることで、子どものたちの自己指導能力がより高まるとともに、「中活サポーターズ」が小学校卒業後もいつでも頼りになる身近な存在であることに気づき、安心して今後の学校生活を送れるようになると思います。

各授業後には、自分の目標に向けた具体的な取組を5日間実行することになっています。保護者の皆様におかれましては、お子様の取組に対して温かく見守り、励ましていただきたいと思います。ご支援ご協力よろしくお願いいたします。



1 時間目 学習の流れや「中活」について学びました。



2 時間目 中学生に中学校生活の悩みや様子をインタビューしました。



3 時間目 適応指導教室の〇〇指導員からコミュニケーションスキルを教えていただきました。



4 時間目 スクールカウンセラーの〇〇先生からストレスの対処法を教えていただきました。



5 時間目 養護教諭の〇〇先生からよりよい生活習慣について教えていただきました。

「OODA ループ」の考え方を授業で取り入れています！

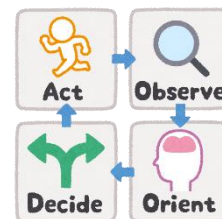
「OODA ループ」とは…

O:Observe (自分を) みつめる

O:Orient (目標が) わかる

D:Decide (行動を) きめる

A:Act (実際に) うごく



といったプロセスで構成されます。日々の生活の中
の様々な課題に対して、自分で考え、判断し、行動
していけるようにしましょう。

各授業の目標・実行する行動・振り返りなど（ワークシートより）

- 【1 時間目】 中学生にも不安や悩みがあることを知って少し安心しました。これからの学習で不安な気持ちを少しでもなくすために、真剣に取り組もうと思いました。
- 【2 時間目】 今日、中学生にももらったアドバイスを学校生活でも生かして、中学生になってもそれを生かしていきたいです。
- 【3 時間目】 あいさつをするときに、適当にあいさつをするのではなく、目標に書いたとおり、自分から相手を見て声を出して、相手がうれしくなるようなあいさつをしたい。
- 【4 時間目】 スクールカウンセラーの〇〇先生に教えてもらった「呼吸法」や「筋しかん法」を、やってみようと思った。友達のストレス対処法も参考にしていきたい。
- 【5 時間目】 実際に保健室の〇〇先生から話を聞かせてもらって、「寝る前のスマホ・テレビ・ゲームは禁止」と「睡眠は8～10 時間をとる」ということを知りました。今の私の生活では難しいと思ったので頑張りたいです。

中活サポーターズからのアドバイスやエールを一部紹介します！

【中学生より】

中学校にいったら不安なこともあると思いますが、楽しいこともあります。中学校に向けて、今からできる準備をしていきましょう。みんなの入学を待っています。がんばってください。

【適応指導教室の〇〇指導員より】

挨拶で大切なことは「①自分から②相手をみて③声を出して」です。「ひとつの言葉」の詩にあるように一つ一つの言葉を大切に生活していきましょう。

【スクールカウンセラーの〇〇先生より】

ストレスの対処法として、「思いを言葉にして、誰かに伝えること」や「呼吸法や筋しかん法をつかって気持ちを落ち着かせること」などが大切です。不安なことがあれば、周りの人が助けてくれます。いろいろな人を頼ってください。

【養護教諭 〇〇先生より】

自分の生活習慣に合わせて、「食事」「運動」「睡眠」のバランスをとり、リズムをつくっていくことが大切です。心と体はつながっています。困ったことがあれば、周りの人を頼ってください。

☆学年通信の内容（例②）☆

「中活」の学習が終了しました！

2学期の総合的な学習の時間で取り組んできた「自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！」の学習が先日終わりました。中学校に向けて自信と希望をもち、安心して進学できるように「OODA ループ」の考え方を活用しながら、自己指導能力（自らの行動を決断する決断力と、それを実行する実行力）を高めていきました。全9時間の単元の中で、子供たちが中学校で不安を抱えるであろう悩みや、立ち足かるであろう問題について探究し、その解決に向けて学習に取り組みました。このような取組の中で、子供たちの自己指導能力が少しずつ高まり、中学校に向けて自信と希望も少しずつもてるようになってきたようです。「中活」の学習は終わりましたが、これからも中学校へ向けての準備は続きます。「中活」で学んだことを今後の学校生活でも生かし、さらに「自信」と「希望」をもって中学校へ進学できるようにがんばっていきましょう。



6時間目 教育委員会の〇〇さんから自分の欲求のコントロールの仕方について教えていただきました。



7時間目 〇〇校長先生のお話から、これまでの学習を振り返り、「未来の自分」について考えました。



8時間目 一人一人オリジナルの「中活ブック」を作成しました。



9時間目 学習のまとめの時間に、友達同士で励ましのエールを送り合いました。

中活サポーターズからのアドバイスやエールを一部紹介します！

【教育委員会 〇〇さんより】

自分の欲求をコントロールしていく上で、「スモールステップ」の考え方が大切。進んではさがる。それを「ループ」しながら、少しずつ前進して行く。

【〇〇校長先生より】

「未来の自分」について考える6年生へ伝えたい大切なキーワード。「継続は力なり」「自分に合ったやり方で」「OODAループ」「アップデート」「途中で変わってもよい」

「中活」を振り返って（子供たちの「中活ブック」より）※一部抜粋

- ・初めは、中学校へ向けての気持ちはマイナスな考え方の方がたくさんありました。でも、色々な方が教えてくださったので、だんだんと中学校に向かう気持ちもプラスなものに変わっていると感じました。完成しかけている中活ブックを見て、なんだか中学校に行くのがとても楽しみなって自信がわいてきます！特に、私が役に立ったと思うのは、「ストレスの対処」です。実際にやってみて、最近、あまりイライラしないのでお話を聞けてよかったと思います。私は、勉強をがんばろうと思っていましたが、中活を通して、勉強の前に人間関係や生活習慣、ストレス対処など、中活シートでやったようなことから始めたら、勉強も安心してできそうだなと思いました。中活を勉強できてよかったです！
- ・中活ということをしたことによって、中学校のことがよくわかってとてもよかった。中活をして中学校に進学するのが安心できたし、単元の課題の自信と希望を手に入れようも達成できてとてもよかったです。中活はとても良い単元だったので、これからの6年生たちにもこの単元をやってほしいと思った。
- ・中学校について不安だったけど、中活をして中学校に行くのが少し楽しみなった。中学校のことがよくわかってよかったなと思った。中活で自信と希望を手に入れられてよかった。中活で目標を立てて、実際に行動できてよかった。
- ・単元ごとに自己指導能力を高めることができたので、「決断力」と「実行力」が身に付いてきました。この学習をして、中学生になるに向けて自信と希望を手に入れたと思います。
- ・先生からなどのエールをもらって勇気が出ました。
- ・「中活って何だろう？」そんな言葉から始まった中活の学習でしたが、中活の目標「自信と希望をもって進学できるようになること」を僕は達成できたと思います。中学校に進学することは、もちろん緊張しています。でも、この学習を通して、少し、少しだけは緊張せずに自信をもって進学することができると思います。それに、たくさんの先生や中学生のみなさんからもエールをもらったし、サポーターさんからもエールをもらいました。これからの中学校生活も頑張ります。

保護者の方へお願い

中活サポーターズである保護者の方から励ましのエールをお願いします！

本日、子供たちが「中活」の授業の中で作成したオリジナルの「中活ブック」をご自宅に持ち帰りました。お子様の作った「中活ブック」をご覧になっていただき、ここまでのお子様の取組に対して温かく励ましていただければ幸いです。つきましては、「中活ブック」の第3章「中活サポーターズ」からのエールにあります、「お家の人からのエール」の欄に、励ましのエールをご記入ください。エールの内容につきましては、中学校進学へ向けて励ましのエール、「中活ブック」から見えるお子様の頑張りに対する励ましのエール、普段の学校生活や家庭での成長に対する励ましのエール等についてお願いします。子供たちが「自信」と「希望」をもてるようなエールの内容にしていいただければと思います。

お忙しいところ恐縮ですが、ご理解ご協力よろしくお願いいたします。（締切 ○／○）

第2章 実践編

1. 「4つの視点」を踏まえた総合的な学習の時間における実践例

「生徒指導提要」では、自己指導能力の獲得を支える生徒指導の実践上の視点として、「4つの視点」が示されています。授業実践では、この「4つの視点」を重視し、授業で意識的に教師が支援を行うようにしていきましょう。

例えば、「自己存在感の感受」については、児童の意見を受け入れ、発言する機会を確保することや Google Jamboard を使って児童の気付きや疑問を出し合うことなどを教師の支援として取り入れました。

次に、「共感的な人間関係の育成」については、互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童同士の関わりが多くなるよう児童主体の時間を設けることや具体的な行動を設定し決断できるように、児童がペアとなり実行していきたい行動の内容を確認し合うことなどを教師の支援として取り入れました。

次に、「自己決定の場の提供」については、単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、一単位時間内での児童の頑張りを称賛し、目標や行動を自己決定できるように助言することや主体的に自己決定しながら活動できるように、ビジュアルツールキットである Canva を使って一人一人自由に「中活ブック（児童用）」の表紙を作成する活動などを取り入れました。

最後に、「安全・安心な風土の醸成」については、互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるように授業内容に関連したアイスブレイク（アドジャン・膝叩きゲームなど）を行うことや児童の本時までの取組や授業内での頑張りを称賛することなどを取り入れました。

教師が、このような「4つの視点」における具体的な支援を「中活」の実践の中で意識的に行うことによって、児童の自己指導能力を高めていきました。

「中活」の実践を、自己指導能力を高める支援のヒントとし、学校の実態に応じて、学校生活や各授業において自己指導能力を高める支援の工夫を繰り返し行い、児童の自己指導能力を高めていきましょう。



総合的な学習の時間学習指導案

単元名「自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！」

I 単元の構想

1 単元観

本単元は、小学校学習指導要領解説総合的な学習の時間編（平成 29 年 7 月）の次の内容を受けて設定した。

第2 各学校において定める目標及び内容

2 内容

各学校においては、第1の目標を踏まえ、各学校の総合的な学習の時間の内容を定める。

3 各学校において定める目標及び内容の取扱い

(3) 各学校において定める目標及び内容については、日常生活や社会との関わりを重視すること。

(5) 目標を実現するにふさわしい探究課題については、学校の実態に応じて、例えば、国際理解、情報、環境、福祉・健康などの現代的な諸課題に対応する横断的・総合的な課題、地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題、児童の興味・関心に基づく課題などを踏まえて設定すること。

ここで示された三つの課題のうち児童の興味・関心に基づく課題に着目し、中学校進学における様々な探究課題の解決を目指していく。最高学年であり、小学校卒業や中学校進学を控えたことで、児童の様々な不安が高まり、不登校やその予備軍が増えるとされる6年生に焦点を絞り、中学校進学を見通した単元計画とする。また、各単元では中学校生活で悩んだり考えたりすることが予想される課題を取り上げることで、児童の興味・関心が増し、主体的に学習に取り組んでいく姿を目指していく。

このような課題は、これからの一人一人の生活と深く関わっており、児童が自己の生き方との関わりで、よりよい解決に向けて行動することが望まれ、自分事として課題を捉え解決していくことをねらいとしている。また、課題に対して、児童は一単位時間の中でOODAループの思考過程を活用しながら探究課題の解決を目指す。総合的な学習の時間における「課題の設定」「情報の収集」「整理・分析」「まとめ・表現」といった学習過程とOODAループの思考過程のつながりが、事後の生活にも活用できると期待できる。さらに、単元の中で「自己指導能力の獲得を支える生徒指導『4つの視点』（「自己存在感の感受」「共感的な人間関係の育成」「自己決定の場の提供」「安全・安心な風土の醸成）」を踏まえた学習支援を積み重ねることで児童一人一人の自発的・主体的な成長を支えることを目指していく。

2 研究との関わり

「生徒指導提要」（令和4年12月）では、特に「発達支持的生徒指導」の重要性が示され、生徒指導の目的として、個性の発見とよさや可能性の伸長と社会的資質・能力の発達を支えることとし、「生徒指導の目的を達成するためには、児童生徒一人一人が自己指導能力を身に付けることが重要で、児童生徒が、深い自己理解に基づき、『何をしたいのか』、『何をすべきか』、主体的に問題や課題を発見し、自己の目標を選択・設定して、この目標の達成のため、自発的、自律的、かつ、他者の主体性を尊重しながら、自らの行動を決断し、実行する力、すなわち、『自己指導能力』を獲得することが目指されます。」と述べている。

この自己指導能力は、今後、予測困難なVUCAの時代を生きていく児童にとって、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓く上で必要とする力につながると考える。また、発達支持的生徒指導における児童生徒の自己指導能力の獲得を支える生徒指導では、多様な教育活動を通して、児童生徒が自発的・主体的に課題に挑戦してみることや多様な他者と協働して創意工夫することの重要性等を実感することが有効であると考えた。

そこで、探究的なプロセスを意識した総合的な学習の時間において、OODAループの思考過程を活用しながら①課題の設定→②情報の収集→③整理・分析→④まとめ・表現の学習過程を発展的に繰り返していくことが有効ではないかと考えた。このような学習活動に自己指導能力を支える4つの視点を踏まえた支援を加えることにより、更に自己指導能力が育まれることが期待できる。

以上のことから、児童の自己指導能力を高めるために、総合的な学習の時間において児童自ら主体的に自分の課題解決を図るとともに、それらを支える教師の支援の工夫が必要であると考えた。そこで、児童が自ら作成し、活用していく「中活ブック(児童用)」と児童の支援に役立てる「中活ブック(教師用)」を活用した実践を通して、児童の自己指導能力の高まりを検証していく。

3 単元の目標及び児童の実態

単元の目標	中学校生活で悩んだり考えたりすることが予想される課題について情報を収集したり、課題の解決方法をまとめた「中活ブック（児童用）」を作成したりする活動を通して、中学校進学への見通しや課題解決に向けての取組が中学校進学への自信と希望を手に入れることにつながっていることを理解し、今後の学校生活や自分自身の在り方について考えるとともに、自分たちにできることを決断し、実行できるようにする。		
児童の実態	知識及び技能	思考力、判断力、表現力等	学びに向かう力、人間性等
	中学校に関する知識が乏しかったり、中学校生活への見通しがもてなかったりすることで、中学校進学や中学校生活に対して不安や悩みを抱えている児童が多くいる。	中学校に対する知識や中学校との交流が少ないため、中学校生活への見通しがもてない児童が多い。課題を立て、情報を集め、整理・分析して、まとめ・表現することができる児童が少ない。	探究したことを意欲的にまとめることができる児童が多い。異なる意見や他者の考えを受け入れ尊重しようとする児童は多いが、恥ずかしさから友達と進んで交流できる児童は少ない。探究活動を通して、自分と実生活・実社会の問題の解決に取り組もうとする児童が少ない。

4 評価規準

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価規準	①中学校生活における様々なよさや課題があることを知るとともに、課題の解決に向けての取組が自分の未来を創造することにつながっていることを理解している。 ②情報収集や交流活動、表現活動の手順や方法を身に付け、目的や意図に応じて活用している。 ③各教科等の知識及び技能を活用した探究活動により、学習のつながりを見いだししている。	①自分の実生活や思いを踏まえて課題を設定し、解決方法や手順を考え、見通しをもって追究している。 ②目的に応じて情報を収集したり、必要な情報を選んだりしている。 ③視点を明確にして問題状況における事実や関係と、整理した情報を関連付けたり、多面的に考察したりして理解し、多様な情報の中にある有効性を見付けている。 ④中学校生活に関する課題に対して、自分はどのように向き合っていくか、自分はどのように実生活に生かしていくかという視点を基に、工夫してまとめ、表現している。	①課題意識をもって、自分なりの方法を工夫したり、他者と協働したりしながら探究活動に取り組もうとしている。 ②探究活動を通して、自分の生活を見直し、自分の特徴を理解しようとするとともに、異なる意見や他者の考えを受け入れ尊重しようとしている。 ③探究活動を通して、自分と実生活の問題の解決に取り組もうとしている。

5 指導及び評価、ICT活用の計画（全9時間）

	時	■ねらい □学習活動 ★ICT活用に関する事項	知	思	態
つかむ	1	■探究課題と出会い、単元の課題を把握することを通して、今後の学習の見通しをもち、主体的に学習に取り組んでいけるようにする。 □探究課題「自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！」と出会う。 ・「中学校進学に関するアンケート」の結果について話し合う。 （★共有） □単元の課題を把握する。 ・中学生（1～3年生）が実施した「学校生活アンケート」の結果を基に班ごとに分かったことを話し合う。 （★共有・共同編集） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> [単元の課題] 中学校生活の課題を捉え、自信と希望を手入れよう </div> □追究の見通しをもつ。 ・単元を通して大切な考え方や「中活ブック」「中活サポーターズ」につい	①	①	①

		<p>て確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・職場体験で来る中学生に、自分の不安なことや中学校のよいところについて聞いてみたいことを考える。（★入力） <p><input type="checkbox"/> 本時を振り返り、次時への見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート（中活シート）に本時の振り返りを書く。 			
追究する ①	1	<p>■中学生との交流を通して、中学校生活の理解を深めるとともに、中学校生活の見通しをもつことができるようにする。</p> <p><input type="checkbox"/> 課題の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【課題】 「中学校ってどんなところ？」～中学校生活の様子や悩みを知ろう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 ・中学生や班のメンバーとアイスブレイク（アドジャン）をする。 <p><input type="checkbox"/> 情報の収集</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生にインタビューをして、中学校生活の様子や悩みを聞く。また、それらについて、どのように取り組んだり、乗り越えたりしてきたかを聞く。 ・中学生から励ましのエールをもらう。 ・学習課題に対する情報から自分の目標を考える。 <p><input type="checkbox"/> 整理・分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p><input type="checkbox"/> まとめ・表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の振り返りと次回の確認をする。 	②	②	②
追究する ②	1	<p>■コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）を身に付けていくことを通して、よりよい人間関係を築くことができるようにする。</p> <p><input type="checkbox"/> 課題の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【課題】 「よりよい人間関係」～コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）をマスターしよう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 ・クラス全員でアイスブレイク（膝叩きゲーム）をする。 <p><input type="checkbox"/> 情報の収集</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）を学ぶ。 ・ロールプレイを使って挨拶の仕方の練習をする。 ・適応指導教室指導員の話聞く。 ・よりよい人間関係をつくっていくための目標を考える。 <p><input type="checkbox"/> 整理・分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p><input type="checkbox"/> まとめ・表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の振り返りと次回の確認をする。 	②	②	①
追究する ③	1	<p>■ストレスを上手に乗り越えるための方法を学ぶことを通して、自分なりのストレス対処法を見付けることができるようにする。</p> <p><input type="checkbox"/> 課題の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【課題】 「ストレスの対処」～自分なりのストレス対処法を考えよう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 ・班のメンバーとアイスブレイク（ブレインストーミング）をする。 <p><input type="checkbox"/> 情報の収集</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスの対処法について各自 Google Jamboard に入力し、その後話し合 	②	③	①

		<p>う。(★入力)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスへの対処法をクラス全体で共有する。(★共有) ・スクールカウンセラーの話を聞く。 ・自分なりのストレス対処法の目標を考える。 <p>□整理・分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p>□まとめ・表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の振り返りと次回の確認をする。 			
追究する④	1	<p>■よりよい生活習慣（食事・運動・睡眠）について調べる活動を通して、自分の生活習慣を見直し改善できるようにする。</p> <p>□課題の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【課題】 「よりよい生活習慣」～自分の生活習慣（食事・運動・睡眠）を見直そう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 ・班のメンバーとアイスブレイク（二者択一ゲーム）をする。 <p>□情報の収集</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1人1台端末を使って、よい生活習慣（食事・運動・睡眠）について調べる。(★調べる) ・よい生活習慣について全体で共有する。(★共有) ・養護教諭の話を聞く。 ・自分なりのよりよい生活習慣についての目標を考える。 <p>□整理・分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p>□まとめ・表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の振り返りと次回の確認をする。 	③	②	①
追究する⑤	1	<p>■思春期に起こる様々な欲求について話し合ったり考えたりする活動を通して、思春期の心の変化を前向きに受け、自分の欲求をコントロールすることができるようにする。</p> <p>□課題の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【課題】 「思春期の変化」～自分の欲求をコントロールできるようになろう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 ・クラスの人々とアイスブレイク（質問ジャンケン）をする。 <p>□情報の収集</p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期に起こる欲求のコントロール仕方について、班ごとに話し合う。(★入力) ・「欲求のコントロールの仕方」について全体で共有する。(★共有) ・町教育委員会の方の話を聞く。 ・欲求をコントロールしていくための自分の目標を考える。 <p>□整理・分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p>□まとめ・表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習の振り返りと次回の確認をする。 	②	③	②
追究する⑥	1	<p>■将来の目標や短期的な目標を設定することを通して、目標に向けた取組を実行できるようにする。</p> <p>□課題の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【課題】 「未来の自分」～未来の自分について考えよう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 	②	③	③

		<ul style="list-style-type: none"> ・ 班のメンバーとアイスブレイク（ポジティブしりとり）をする。 <input type="checkbox"/> 情報の収集 <ul style="list-style-type: none"> ・ 校長の話を聞く。 ・ 「未来の自分」になるための自分の目標を考える。 <input type="checkbox"/> 整理・分析 <ul style="list-style-type: none"> ・ これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <input type="checkbox"/> まとめ・表現 <ul style="list-style-type: none"> ・ 学習の振り返りと次回の確認をする。 			
ま と め る ①	1	<p>■「中活ブック」の表紙をデザインすることを通して、「中活」のまとめを主体的に取り組めるようにする。</p> <input type="checkbox"/> 本時の課題について全体で確認する。	③	④	①
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【課題】 「中活ブック」の表紙をデザインしよう！</p> </div> <input type="checkbox"/> これまでの学習を振り返る。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 前時までの中活シートから学習内容を振り返る。 <input type="checkbox"/> 「中活ブック」の表紙の作り方を知り、表紙を完成させる。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 「中活ブック」の表紙を作成し、製本する。（★作成） <input type="checkbox"/> まとめ <ul style="list-style-type: none"> ・ 学習の振り返りと次回の確認をする。 			
ま と め る ②	1	<p>■これまでの学習を振り返ることを通して、オリジナルの「中活ブック」を完成させ、中学校進学への自信や希望をもつことができるようにする。</p> <input type="checkbox"/> 本時の課題について全体で確認する。	①	④	③
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【課題】 「中活ブック」を完成させよう！</p> </div> <input type="checkbox"/> これまでの学習を振り返る。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 前時までの中活シートから学習内容を振り返る。 <input type="checkbox"/> 「中活ブック」の完成 <ul style="list-style-type: none"> ・ 「中活ブック」の作成方法を知り、「中活ブック」を仕上げる。 <input type="checkbox"/> まとめ <ul style="list-style-type: none"> ・ 学習の振り返りと次回の確認をする。 			

第1時の学習 自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！

- 1 ねらい 探究課題と出会い、単元の課題を把握することを通して、今後の学習の見通しをもち、主体的に学習に取り組んでいけるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 探究課題と出会う。（導入10分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「中学校進学に関するアンケート」の結果について話し合う。（★共有） <p>S：中学校進学は楽しみもあるけど、不安の方が大きいな。</p> <p>S：中学校進学に向けてどんな準備をしたらよいのかな。</p>	<p>○探究課題に対して問題意識をもつことができるように、事前に児童が回答した「中学校進学に関するアンケート」の結果を知らせる。</p> <p>○一人一人がアンケート結果を把握することができるように、Google classroom を使って教師から児童の1人1台端末に送信する。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、どんな意見も受け入れ、発言のチャンスを与える。</p>
<p>2 単元の課題を把握する。（展開①10分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「学校生活アンケート」の結果から班ごとに分かったことを話し合う。（★共有・共同編集） <p>S：中学校はどのようなところなのかな。</p> <p>S：中学生のアンケート結果を知ることができて、とても参考になったな。</p> <div> <p><単元の課題></p> <p>中学校生活の課題をとらえ、自信と希望を手に入れよう</p> </div>	<p>○単元の課題を明確にすることができるように、中学生に取った「学校生活アンケート」の結果について班ごとに話し合う。</p> <p>○一人一人がアンケート結果を把握することができるように、Google classroom を使って教師から児童の1人1台端末に送信する。</p> <p>◎単元の課題を把握する上で、自己存在感を実感できるように、Google Jamboard を使って班ごとに児童の気付きや疑問を出し合う。</p> <p>○児童の意見を基に、追究の見通しをもつことができるように、単元で追究していく六つの課題を確認し、単元の課題を把握する。</p>
<p>3 追究の見通しをもつ。（展開②20分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元を通して大切な考え方や「中活ブック」、「中活サポーターズ」について確認する。 <p>S：「自己指導能力」や「OODAループ」の考え方が大切だな。</p> <p>S：自分だけの「中活ブック」を作っていくのが楽しみだな。</p> <p>S：たくさんの「中活サポーターズ」に支えてもらえて嬉しいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・職場体験で来る中学生に聞いてみたいことを考える。（★入力） <p>S：中学生と話せるなんて嬉しいな。</p> <p>S：中学校の先輩に中学校生活の様子や悩みについて聞いてみたいな。</p>	<p>○単元の見通しをもち、課題を解決した姿（ゴールイメージ）を把握することができるように、これからの学習でどんなことを学んでいくかを助言する。</p> <p>○「中活ブック」「中活サポーターズ」について理解できるように、スライドを使ってその意義を説明する。</p> <p>◎本単元で意識していきたい「自己指導能力」や「OODAループ」の考え方を確認する。</p> <p>○次回の授業において中学生に質問ができるように、タブレットを使ってオクリンクに意見をまとめておく。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、1人1台端末を使って児童の気付きや疑問を出し合う。</p>
<p>4 本時を振り返り、次時への見通しをもつ。（終末5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに本時の振り返りを書く。 <div> <p><振り返り></p> <p>私は中学校進学に向けたこれからの「中活」の学習を頑張っていきたいです。また、「自己指導能力」や「OODAループ」の考え方を意識して生活していきたいです。</p> </div>	<p>○本時で学んだことを振り返りで書くことができるように、本時の学習内容を確認するように助言する。</p> <p>◎単元を通して、安心して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。</p>

◆評価項目（態）

オクリンクにまとめた質問やワークシートの記述内容から、「今後の『中活』に向け、意欲的に探究活動に取り組もうとしているか」を評価する。

3 板書計画

自信と希望を手に入れよう！始めよう中活！

「中活」とは？

中学校にむけて

自信と希望をもち安心して

進学できるように準備する活動のこと

単元で取り組む六つの課題

- ① 「中学校ってどんなところ？」
- ② 「よりよい人間関係」
- ③ 「ストレスの対処」
- ④ 「よりよい生活習慣」
- ⑤ 「思春期の変化」
- ⑥ 「未来の自分」

【単元の課題】

中学校生活の課題をとらえ、
自信と希望を手に入れよう

単元を通して大切にしてほしい考え方

「自己指導能力」とは

自らの行動を決断する「決断力」と
それを実行する「実行力」

「OODAループ」とは

「自己指導能力」を高める大切な考え方

O:Observe みつめる O:Orient わかる
D:Decide きめる A:Act うごく

第2時の学習 「中学校ってどんなところ？」～中学校生活の様子や悩みを知ろう～

- 1 ねらい 中学生との交流を通して、中学校生活についての理解を深めるとともに、中学校生活の見通しをもつことができるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入 15 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認し、自分の生活を振り返る。 <p>S：安心して中学校に進学できるように、今日の課題に取り組んでいこう。</p> <p>S：今日は中学生の話を聞けて勉強になるな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>＜課題＞</p> <p>「中学校ってどんなところ？」 ～中学校生活の様子や悩みを知ろう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生や班のメンバーとアイスブレイク（アドジャン）をする。 <p>S：中学生や班のメンバーとの雰囲気がとてもよくなったな。</p>	<p>◎指導の連続性や「OODAループ」の考え方が定着できるように、前時の学習内容の振り返りを行う。</p> <p>○本時の課題に対する追究ができるように、第1時で取り上げた課題や児童に取った「中学校進学に関するアンケート」の結果を視覚化し、本時の課題を確認する。</p> <p>◎自分自身の生活の課題を発見することができるように、課題の設定の過程を「OODAループ」の「O：みつめる」として確認する。</p> <p>◎互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるようにアイスブレイク（アドジャン）をして安全・安心な風土の醸成に留意する。</p>
<p>2 情報の収集（展開①20 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生にインタビューをして、中学校生活の様子や悩みを調べる。（★インタビュー） <p>S：中学校の様子が分かってよかったな。</p> <p>S：中学生になるといろいろな悩むことも増えるのだな。</p> <p>S：中学生に質問することができてよかったな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学生から励ましのエールをもらう。 <p>S：中学生のアドバイスやエールを忘れずに、中学校への準備をしていきたいな。</p> <p>S：中学生にエールをもらうことができて、少し安心することができたな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習課題に対する情報から中学校に向けて自分の目標を考える。 <p>S：これからどんなことを目標に頑張っていこうかな。</p> <p>S：中学生みたいに礼儀正しく挨拶ができる人になりたいな。</p> <p>S：中学生みたいに毎日勉強や運動に対して、努力できる人になりたいな。</p>	<p>◎学習課題に対する情報を収集し、自分自身の目標を選択・設定できるように、情報収集の過程を「OODAループ」の「O：わかる」として確認する。</p> <p>○中学校生活のことを知るために、職場体験で来ている中学生に、中学校生活の様子や悩みについて班ごとにインタビューをする。</p> <p>◎一人一人が発言できるように、前時に1人1台端末でまとめた質問事項を順番に聞き、自己存在感の感受に留意する。</p> <p>◎互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童生徒主体の時間を設け共感的な人間関係に留意する。</p> <p>○中学校生活で不安や悩みがなくなるように中学生から小学生に向けて励ましのエールをもらう。</p> <p>◎自分の目標を自己決定できるように中学生から学んだことを思い出すよう助言する。</p>
<p>3 整理・分析（展開②5 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p>S：友達や先生に対して、目を合わせて挨拶をする。</p> <p>S：毎日苦手な教科の自主勉強を 30 分以上がんばる。</p>	<p>◎自分自身の行動を決断できるように、整理・分析の過程を「OODAループ」の「D：きめる」として確認する。</p> <p>◎自分の行動を自己決定できるように、目標から具体的な内容を考えるよう助言する。</p> <p>◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。</p>

<p>4 まとめ・表現（終末5分）</p> <p>・学習の振り返りをする。</p> <div data-bbox="159 197 794 347" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈振り返り〉</p> <p>私は今日学んだことをこれからの生活で生かしていきたいと思います。中学校に向けて少し準備ができたと思います。</p> </div> <p>・次回の確認をする。</p> <p>S：中学校進学に向けたこれからの学習も頑張っていきたいな。</p> <p>S：今日決めた目標を意識して生活していきたいな。</p>	<p>◎自分自身の行動を実行できるように、まとめ・表現の過程と授業後の1週間を「OODAループ」の「A：うごく」として確認する。</p> <p>○意欲的に行動していけるように、翌日の朝の会で自分の行動を4段階で自己評価することを確認する。</p> <p>◎単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。</p> <div data-bbox="829 533 1439 721" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆評価項目（態）</p> <p>中学生へ質問をしている様子やワークシートの記述内容から、「中学生の意見を受け入れ、自分の生活を見直そうとしているか」を評価する。</p> </div>
--	--

3 板書計画

<p>【単元の課題】</p> <p>中学校生活の課題を捉え、 自信と希望を手に入れよう</p>	<p>①「中学校ってどんなところ？」</p> <p>②「よりよい人間関係」</p> <p>③「ストレスの対処」</p> <p>④「よりよい生活習慣」</p> <p>⑤「思春期の変化」</p> <p>⑥「未来の自分」</p>	<p style="text-align: center;">「OODAループ」</p> <p>「自己指導能力」を高める大切な考え方</p> <p>O:Observe（自分を） みつめる</p> <p>O:Orient（目標が） わかる</p> <p>D:Decide（行動を） きめる</p> <p>A:Act（実際に） うごく</p>
<p>今日の課題</p> <p>「中学校ってどんなところ？」～中学校生活の様子や悩みを知ろう～</p>		
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>中学生に聞きたいことは？</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>中学生にインタビューをしよう！</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>自分の目標が分かる！</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>自分の行動を決めよう！</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>目標を達成するために動き出そう！</p> </div>	

第3時の学習 「よりよい人間関係」～コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）を
マスターしよう～

1 ねらい コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）を身に付けていくことを通して、よりよい人間関係を築くことができるようにする。

2 展 開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入15分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認し、自分自身の生活を振り返る。 <p>S：安心して中学校に進学できるように、今日の課題に取り組んでいこう。</p> <p>S：今日は適応指導教室指導員の方の話を聞けて勉強になるな。</p> <p>S：自分から挨拶ができていないことがあるな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><課題></p> <p>「よりよい人間関係」 ～コミュニケーションスキル（挨拶の仕方） をマスターしよう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・クラス全員でアイスブレイク（膝叩きゲーム）をする。 <p>S：クラスの友達との雰囲気がとてもよくなったな。</p>	<p>◎指導の連続性や「OODAループ」の考え方が定着できるように、前時の学習内容の振り返りを行う。</p> <p>○本時の課題に対する追究ができるように、第1時で取り上げた課題や児童に取った「中学校進学に関するアンケート」の結果を視覚化し、本時の課題を確認する。</p> <p>◎自分自身の生活の課題を発見することができるように、課題の設定の過程を「OODAループ」の「O：みつめる」として確認する。</p> <p>◎互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるように、アイスブレイク（膝叩きゲーム）をして安全・安心な風土の醸成に留意する。</p>
<p>2 情報の収集（展開①20分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）を学ぶ。 <p>S：中学校に行くと先輩や先生方にしっかり挨拶できないといけな。</p> <p>S：この挨拶の仕方が使えるようになったら生活に役立つな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ロールプレイを使って挨拶の仕方の練習をする。 <p>S：上手に挨拶することは難しいな。</p> <p>S：友達が励ましてくれたから自信になるな。</p> <p>S：友達の挨拶の仕方がとても参考になったから、自分も真似してみたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・適応指導教室指導員の話を聞く。 <p>S：お話をいただいたことを自分の目標にいかしていきたいな。</p> <p>S：困ったことがあったら、話を聞いてほしい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習課題に対する情報から、よりよい人間関係をつくっていくための自分の目標を考える。 <p>S：これからどんなことを目標に頑張っていこうかな。</p> <p>S：自分から進んで挨拶ができる人になりたい。</p>	<p>◎学習課題に対する情報を収集し、自分自身の目標を選択・設定できるように、情報収集の過程を「OODAループ」の「O：わかる」として確認する。</p> <p>○問題意識がもてるように、「①朝の教室」「②廊下での挨拶」の仕方について注意事項を確認しながら担任と適応指導教室指導員で見本を見せる。</p> <p>◎一人一人が一斉にロールプレイできるように、児童を励ましたり助言したりすることで自己存在感の感受に留意する。</p> <p>◎互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童主体の時間を設けて共感的な人間関係に留意する。</p> <p>○目標の設定や行動の決断ができるように、情報収集したことを「中活シート」にメモする。</p> <p>○中学校生活で不安や悩みがなくなるように適応指導教室指導員から小学生に向けてアドバイス（北原白秋の詩「ひとつのことば」の紹介）や励ましのエールをもらう。</p>
<p>3 整理・分析（展開②5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p>S：友達や先生に対して、目を合わせて挨拶をする。</p>	<p>◎自分自身の行動を決断できるように、整理・分析の過程を「OODAループ」の「D：きめる」として確認する。</p> <p>○中学校進学に向けて意欲をもち、自分の行動</p>

<p>S：会った人には会釈をして挨拶をする。</p>	<p>を自己決定できるように、具体的な姿を考えるよう助言する。</p> <p>◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。</p>
<p>4 まとめ・表現（終末5分）</p> <p>・学習の振り返りをする。</p> <div data-bbox="156 376 798 568" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈振り返り〉</p> <p>今日学んだコミュニケーションスキルを中学校での上下関係で生かしていきたいと思います。適応指導教室指導員の先生のアドバイスをこれからの生活に生かしていきたいです。</p> </div> <p>・次回の確認をする。</p> <p>S：中学校進学に向けたこれからの学習も頑張っていきたいな。</p> <p>S：今日決めた目標を意識して行動していきたいな。</p>	<p>◎自分自身の行動を実行できるように、まとめ・表現の過程と授業後の1週間を「OOD Aループ」の「A：うごく」として確認する。</p> <p>○意欲的に行動していけるように、翌日の朝の会で自分の行動を4段階で自己評価することを確認する。</p> <p>◎単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。</p> <div data-bbox="831 703 1433 855" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆評価項目（知）</p> <p>挨拶のロールプレイやペアで意見交流をしている様子から、「目的や意図を考えて行動できているか」を評価する。</p> </div>

3 板書計画

<p>【単元の課題】</p> <p>中学校生活の課題を捉え、 自信と希望を手に入れよう</p>	<p>①「中学校ってどんなところ？」</p> <p>②「よりよい人間関係」</p> <p>③「ストレスの対処」</p> <p>④「よりよい生活習慣」</p> <p>⑤「思春期の変化」</p> <p>⑥「未来の自分」</p>	<p>「OOD Aループ」</p> <p>「自己指導能力」を高める大切な考え方</p> <p>O:Observe（自分を） みつめる</p> <p>O:Orient（目標が） わかる</p> <p>D:Decide（行動を） きめる</p> <p>A:Act（実際に） うごく</p>
<p>今日の課題</p> <p>「よりよい人間関係」～コミュニケーションスキル（挨拶の仕方）をマスターしよう～</p>		
<p>今の自分のあいさつについてみつめよう！</p>	<p>O みつめる</p>	<p>自分の行動を決めよう！</p>
<p>コミュニケーションスキル（あいさつの仕方）</p>		
<p>あいさつで大切なこと</p> <p>①自分から</p> <p>②相手をみて</p> <p>③声を出して</p>	<p>言葉に関する詩の紹介</p> <p>「ひとつの言葉」</p> <p>北原白秋</p>	<p>目標を達成するために動き出そう！</p>
<p>自分の目標がわかる！</p>	<p>O わかる</p>	<p>A うごく</p>

第4時の学習 「ストレスの対処」～自分なりのストレス対処法を考えよう

- 1 ねらい ストレスを上手に乗り越えるための方法を学ぶことを通して、自分のなりのストレス対処法を見付けることができるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入 15 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <p>S：安心して中学校に進学できるように、今日の課題に取り組んでいこう。</p> <p>S：今日はスクールカウンセラーの先生の話聞いて勉強になるな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><課題></p> <p>「ストレスの対処」 ～自分なりのストレス対処法を考えよう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 <p>S：私は、体を動かしてストレスを解消しているな。</p> <p>S：みんなのストレス対処法も知りたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班のメンバーとアイスブレイク（ブレインストーミング）をする。 <p>S：班のメンバーとの雰囲気がとてもよくなったな。</p> <p>S：みんな面白いアイデアをたくさんもっているな。</p>	<p>◎指導の連続性や「OODAループ」の考え方が定着できるように、前時の学習内容の振り返りを行う。</p> <p>○本時の課題に対する追究ができるように、第1時で取り上げた課題や児童に取った「中学校進学に関するアンケート」の結果を視覚化し、本時の課題を確認する。</p> <p>◎自分自身の生活の課題を発見することができるように、課題の設定の過程を「OODAループ」の「O：みつめる」として確認する。</p> <p>◎互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるようにアイスブレイク（ブレインストーミング）をして安全・安心な風土の醸成に留意する。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、Google Jamboard を使って児童の考えを出し合う。</p>
<p>2 情報の収集（展開①20 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスの対処法について、各自 Google Jamboard に入力し、その後話し合う。（★入力） <p>S：自分は音楽を聴くとストレスが解消されるな。</p> <p>S：みんなはどんな風にストレスを解消しているのかな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスへの対処法をクラス全体で共有する。（★共有） <p>S：友達の意見を聞くことができて、とても参考になったな。</p> <p>S：今度、友達のストレス対処法をやってみたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スクールカウンセラーの話を聞く。 <p>S：スクールカウンセラーの先生のお話はとても参考になったな。</p> <p>S：ストレスと向き合う上で大切なことを学べた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分なりのストレス対処法の目標を考える。 <p>S：これからどんなことを目標に頑張っていこうかな。</p> <p>S：ストレスを溜め込まず、上手にストレスを発散できる人になりたいな。</p>	<p>◎学習課題に対する情報を収集し、自分自身の目標を選択・設定できるように、情報収集の過程を「OODAループ」の「O：わかる」として確認する。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、Google Jamboard を使って児童の気づきや疑問を出し合う。</p> <p>○全員が Google Jamboard に自分の考えを入力できるように、入力に困っている児童に助言や支援をする。</p> <p>◎互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童生徒主体の時間を設け共感的な人間関係に留意する。</p> <p>○目標の設定や行動の決断ができるように、情報収集したことを「中活シート」にメモする。</p> <p>○中学校生活で不安や悩みがなくなるようにスクールカウンセラーから小学生に向けてアドバイスをもらおう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆評価項目（態）</p> <p>ワークシートの記述内容から、「友達の考えやスクールカウンセラーのアドバイスを自分の目標生かしているか」を評価する。</p> </div>

<p>3 整理・分析（展開②5分）</p> <p>・これからの生活で実行していきたい行動を決める。</p> <p>S：悩んだことがあったら、家族や友達に話を聞いてもらう。</p> <p>S：毎日、呼吸法や筋弛緩法をしてリラックスする。</p>	<p>◎自分自身の行動を決断できるように、整理・分析の過程を「OODAループ」の「D：きめる」として確認する。</p> <p>○中学校進学に向けて意欲をもち、自分の行動を自己決定できるように、具体的な姿を考えるよう助言する。</p> <p>◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。</p>
<p>4 まとめ・表現（終末5分）</p> <p>・これからの生活で実行していきたい行動を決め、学習の振り返りをする。</p> <div data-bbox="156 562 799 719"> <p>〈振り返り〉</p> <p>私は今日学んだことをこれからの生活で生かしていきたいと思います。中学校に向けて少し準備ができたと思います。</p> </div> <p>・次回の確認をする。</p> <p>S：中学校進学に向けたこれからの学習も頑張っていきたいな。</p> <p>S：今日決めた目標を意識して生活していきたいな。</p>	<p>◎自分自身の行動を実行できるように、まとめ・表現の過程と授業後の1週間を「OODAループ」の「A：うごく」として確認する。</p> <p>○意欲的に行動していけるように、翌日の朝の会で自分の行動を4段階で自己評価することを確認する。</p> <p>◎単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。</p>

3 板書計画

<p>【単元の課題】</p> <p>中学校生活の課題を捉え、 自信と希望を手に入れよう</p>	<p>①「中学校ってどんなところ？」 ②「よりよい人間関係」 ③「ストレスの対処」 ④「よりよい生活習慣」 ⑤「思春期の変化」 ⑥「未来の自分」</p>	<p>「OODAループ」</p> <p>「自己指導能力」を高める大切な考え方</p> <p>O:Observe（自分を） みつめる</p> <p>O:Orient（目標が） わかる</p> <p>D:Decide（行動を） きめる</p> <p>A:Act（実際に） うごく</p>	
<p>今日の課題</p> <p>「ストレスの対処」～自分なりのストレス対処法を考えよう～</p>			
<p>今の自分の「ストレス対処法」についてみつめよう！</p>	<p>O みつめる</p>	<p>自分の行動を決めよう！</p>	<p>D きめる</p>
<p>自分の目標がわかる！</p>	<p>O わかる</p>	<p>目標を達成するために動き出そう！</p>	<p>A うごく</p>
<p>いろいろなストレス対処法</p>			
<p>○みんなの ストレス対処法</p>	<p>○スクールカウンセラーの 先生の話</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスを言葉にする →新しい考え方に気付く ・呼吸法・筋しかん法 →体の緊張をほぐす 		

第5時の学習 「よりよい生活習慣」～自分の生活習慣（食事・運動・睡眠）を見直そう～

- 1 ねらい よりよい生活習慣（食事・運動・睡眠）について調べる活動を通して、自分の生活習慣を見直し改善できるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入15分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <p>S：安心して中学校に進学できるように、今日の課題に取り組んでいこう。</p> <p>S：今日は養護の先生の話聞いて勉強になるな。</p> <div data-bbox="159 685 748 848" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><課題></p> <p>「よりよい生活習慣」 ～自分の生活習慣（食事・運動・睡眠）を見直そう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 <p>S：自分自身の生活を振り返ってみると、少し不規則な生活を送っているな。</p> <p>S：中学校に向けて生活習慣を見直していきたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班のメンバーとアイスブレイク（二者択一ゲーム）をする。 <p>S：班のメンバーとの雰囲気がとてもよくなったな。</p> <p>S：みんな考え方がいろいろあっておもしろい。</p>	<p>◎指導の連続性や「OODAループ」の考え方が定着できるように、前時の学習内容の振り返りを行う。</p> <p>○本時の課題に対する追究ができるように、第1時で取り上げた課題や児童に取った「中学校進学に関するアンケート」の結果を視覚化し、本時の課題を確認する。</p> <p>◎自分自身の生活の課題を発見することができるように、課題の設定の過程を「OODAループ」の「O：みつめる」として確認する。</p> <p>◎互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるようにアイスブレイク（二者択一ゲーム）をして安全・安心な風土の醸成に留意する。</p>
<p>2 情報の収集（展開①20分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1人1台端末を使って、よい生活習慣（食事・運動・睡眠）について調べる（★調べる）。 <p>S：よい生活習慣を調べると、様々な方法があることが分かった。</p> <p>S：「早寝早起き朝ごはん」の大切さが改めてとても参考になったな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よい生活習慣について全体で共有する。（★共有） <p>S：友達の見聞を聞くことができ、とても参考になったな。</p> <p>S：よい生活習慣をたくさん知ることができて、勉強になったな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭の話聞く。 <p>S：保健室の先生のお話はとても参考になったな。</p> <p>S：よりよい生活習慣のために大切なことを学べたな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分なりのよりよい生活習慣についての目標を考える。 <p>S：これからどんなことを目標に頑張っていこうかな。</p> <p>S：中学生になるまえに、規則正しい生活習慣を身に付けたいな。</p>	<p>◎学習課題に対する情報を収集し、自分自身の目標を選択・設定できるように、情報収集の過程を「OODAループ」の「O：わかる」として確認する。</p> <p>○円滑に調べ学習を進められるように、調べるサイト（①「早寝早起き朝ごはん」運動について「早寝早起き朝ごはん」全国協議会 HP②「明治の食育」株式会社 明治 HP③「今日からできる！元気めし！」デジタルブック）を指定する。</p> <div data-bbox="831 1632 1441 1780" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆評価項目（思）</p> <p>各サイトを利用して調べている様子やワークシートの記述から、「目標を設定するために必要な情報を選んでいるか」を評価する。</p> </div> <p>◎自己存在感を実感できるように、オクリンクを使って調べたことを出し合う。</p> <p>◎互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童主体の時間を設け共感的な人間関係に留意する。</p> <p>○目標の設定や行動の決断ができるように、情報収集したことを「中活シート」にメモする。</p>

	○中学校生活で不安や悩みがなくなるように養護教諭からアドバイスや励ましのエールをもらう。
3 整理・分析（展開②5分） ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 S：好き嫌いをせず、バランよく食事を取る。 S：中学校の部活に向けて、毎日10分縄跳びを頑張る。	◎自分自身の行動を決断できるように、整理・分析の過程を「OODAループ」の「D：きめる」として確認する。 ○中学校進学に向けて意欲をもち、自分の行動を自己決定できるように、具体的な姿を考えるよう助言する。 ◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。
4 まとめ・表現（終末5分） ・これからの生活で実行していきたい行動を決め、学習の振り返りをする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 〈振り返り〉 私は今日学んだことをこれからの生活で生かしていきたいと思います。中学校に向けて少し準備ができたと思います。 </div> ・次回の確認をする。 S：中学校進学に向けたこれからの学習も頑張っていきたいな。 S：今日決めた目標を意識して生活していきたいな。	◎自分自身の行動を実行できるように、まとめ・表現の過程と授業後の1週間を「OODAループ」の「A：うごく」として確認する。 ◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。 ○意欲的に行動していけるように、翌日の朝の会で自分の行動を4段階で自己評価することを確認する。 ◎単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。

3 板書計画

【単元の課題】 中学校生活の課題を捉え、 自信と希望を手に入れよう	①「中学校ってどんなところ？」 ②「よりよい人間関係」 ③「ストレスの対処」 ④「よりよい生活習慣」 ⑤「思春期の変化」 ⑥「未来の自分」	「OODAループ」 「自己指導能力」を高める大切な考え方 O:Observe（自分を） みつめる O:Orient（目標が） わかる D:Decide（行動を） きめる A:Act（実際に） うごく
今日の課題 「よりよい生活習慣」～自分の生活習慣（食事・運動・睡眠）を見直そう		
今の自分の「生活習慣」についてみつめよう！	O みつめる	自分の行動を決めよう！
よりよい生活習慣とは…		
○タブレットで調べよう	○養護の先生の話 よりよい生活習慣3つのポイント 「食事」「運動」「睡眠」	目標を達成するために動き出そう！
自分の目標がわかる！	O わかる	A うごく

4 参考文献

- ・「早寝早起き朝ごはん」全国協議会 HP <https://www.hayanehayaoki.jp/about.html>
- ・「明治の食育」株式会社明治 HP <https://www.meiji.co.jp/meiji-shokuiku/>
- ・「今日からできる！元気めし！」デジタルブック
https://shokuiku.pref.gunma.jp/book/shokuikubook07/#target/page_no=1

第6時の学習 「思春期の変化」～自分の欲求をコントロールできるようになろう～

- ねらい 思春期に起こる様々な欲求について話し合ったり考えたりする活動を通して、思春期の心の変化を前向きに受け止め、自分の欲求をコントロールすることができるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入10分）</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時の課題について全体で確認する。 <p>S：前時の「よりよい生活習慣」について、「OODAループ」を使って、自分の生活習慣がよくなってきたな。今日も「OODAループ」を使って課題を解決していこう。</p> <p>S：安心して中学校に進学できるように、今日の課題に取り組んでいこう。</p> <p>S：今日は町の教育委員会の方の話を聞けて勉強になるな。</p> <div data-bbox="162 819 770 983" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><課題></p> <p>「思春期の変化」 ～自分の欲求をコントロールできるようになろう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> 自分自身の生活を振り返る。 <p>S：自分自身の生活を見つめると、低学年のときと今では欲求が違うのだな。</p> <p>S：6年生になると、いろいろ欲求が増えるようになったな。</p> <ul style="list-style-type: none"> クラスみんなとアイスブレイク（質問ジャンケン）をする。 <p>S：みんな昔も今もいろいろな欲求があるのだな。</p> <p>S：クラスみんなとたくさん質問をし合ったので、とても安心できたし、クラスの雰囲気がとてもよくなったな。</p>	<p>◎指導の連続性や「OODAループ」の考え方が定着できるように、前時の学習内容の振り返りを行う。</p> <p>○本時の課題に対する追究ができるように、第1時で取り上げた課題や中学生に取った「学校生活アンケート」の結果を視覚化し、本時の課題を確認する。</p> <p>◎自分自身の生活の課題を発見することができるように、課題の設定の過程を「OODAループ」の「O：みつめる」として確認する。</p> <p>○「思春期の変化」を共有できるようにするために、「昔の自分」と「今の自分」を振り返るようにする。</p> <p>◎互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるようにアイスブレイク（「昔の自分」と「今の自分」の欲求を伝え合う質問ジャンケン）をして安全・安心な風土の醸成に留意する。</p>
<p>2 情報の収集（展開①25分）</p> <ul style="list-style-type: none"> 思春期に起こる欲求のコントロールの仕方について、班ごとに話し合う。（★入力） <p>S：動画も見たいけど、時間を有効に使わないといけないな。</p> <p>S：成績を上げるためには、毎日少しずつ努力しないといけないな。</p> <ul style="list-style-type: none"> 「欲求のコントロールの仕方」について全体で共有する。（★共有） <p>S：意見を聞くことができ、とても参考になったな。</p> <p>S：みんな同じように考えていたり、悩んでいたりするのだな。</p> <ul style="list-style-type: none"> 町教育委員会の方の話を聞く。 <p>S：町教育委員会の方のお話を参考にして、自分の欲求をコントロールできるようにしていこう。</p> <p>S：思春期に起こる変化を前向きに考えていこう。</p> <ul style="list-style-type: none"> 欲求をコントロールしていくための自分の目標を考える。 <p>S：動画を見る時間や宿題をする時間にメリハリを</p>	<p>◎学習課題に対する情報を収集し、自分自身の目標を選択・設定できるように、情報収集の過程を「OODAループ」の「O：わかる」として確認する。</p> <p>○課題意識を明確にもてるように、話合う欲求のテーマを①マイナスの欲求「好きなだけ動画を見たり、ゲームをしたりしたい」②プラスの欲求「勉強の成績を上げたい」とし、その欲求のコントロールの仕方を班ごとに交流する。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、Google Jamboard を使って児童の気付きや疑問を出し合う。</p> <p>◎互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童主体の時間を設け共感的な人間関係に留意する。</p> <p>○目標の設定や行動の決断ができるように、情報収集したことを「中活シート」にメモをする。</p>

<p>付けたい。 S：算数がもっと分かるようになりたい。</p>	<p>○中学校生活で不安や悩みがなくなるように町教育委員会の方からアドバイスや励ましのエールをもらう。</p>
<p>3 整理・分析（展開②5分） ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 S：動画を見るのは、1日30分にする。 S：算数の自主勉強を毎日30分取り組む。</p>	<p>◎自分自身の行動を決断できるように、整理・分析の過程を「OODAループ」の「D：きめる」として確認する。 ○中学校進学に向けて意欲をもち、自分の行動を自己決定できるように、具体的な姿を考えるよう助言する。 ◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。</p>
<p>4 まとめ・表現（終末5分） ・学習の振り返りをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>〈振り返り〉 私は今日学んだことをこれからの生活で生かしていきたいと思います。中学校に向けて少し準備ができたと思います。</p> </div> <p>・次回の確認をする。 S：中学校進学に向けたこれからの学習も頑張っていきたいな。 S：今日決めた目標を意識して生活していきたいな。</p>	<p>◎自分自身の行動を実行できるように、まとめ・表現の過程と授業後の1週間を「OODAループ」の「A：うごく」として確認する。 ○意欲的に行動していけるように、翌日の朝の会で自分の行動を4段階で自己評価することを確認する。 ◎単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆評価項目（態） ワークシートの記述内容から、「町教育委員会の方のアドバイスや励ましのエールを受け入れ、自分の生活を見直そうとしているか」を評価する。</p> </div>

3 板書計画

<p>【単元の課題】 中学校生活の課題を捉え、 自信と希望を手入れよう</p>	<p>①「中学校ってどんなところ？」 ②「よりよい人間関係」 ③「ストレスの対処」 ④「よりよい生活習慣」 ⑤「思春期の変化」 ⑥「未来の自分」</p>	<p>「OODAループ」 「自己指導能力」を高める大切な考え方 O:Observe（自分を） みつめる O:Orient（目標が） わかる D:Decide（行動を） きめる A:Act（実際に） うごく</p>
<p>今日の課題 「思春期の変化」～自分の欲求をコントロールできるようになろう～</p>		
<p>①昔と今の自分の欲求についてみつめよう！</p>	<p>○ みつめる</p>	<p>③自分の行動を決めよう！</p>
<p>欲求のコントロールの仕方について知ろう</p>		
<p>○みんなの考え</p>	<p>○教育委員会の方の話 ・欲求の種類 ・欲求のコントロールの仕方</p>	<p>④目標を達成するために動き出そう！</p>
<p>②自分の目標がわかる！</p>	<p>○ わかる</p>	<p>A うごく</p>

第7時の学習 「未来の自分」～未来の自分について考えよう～

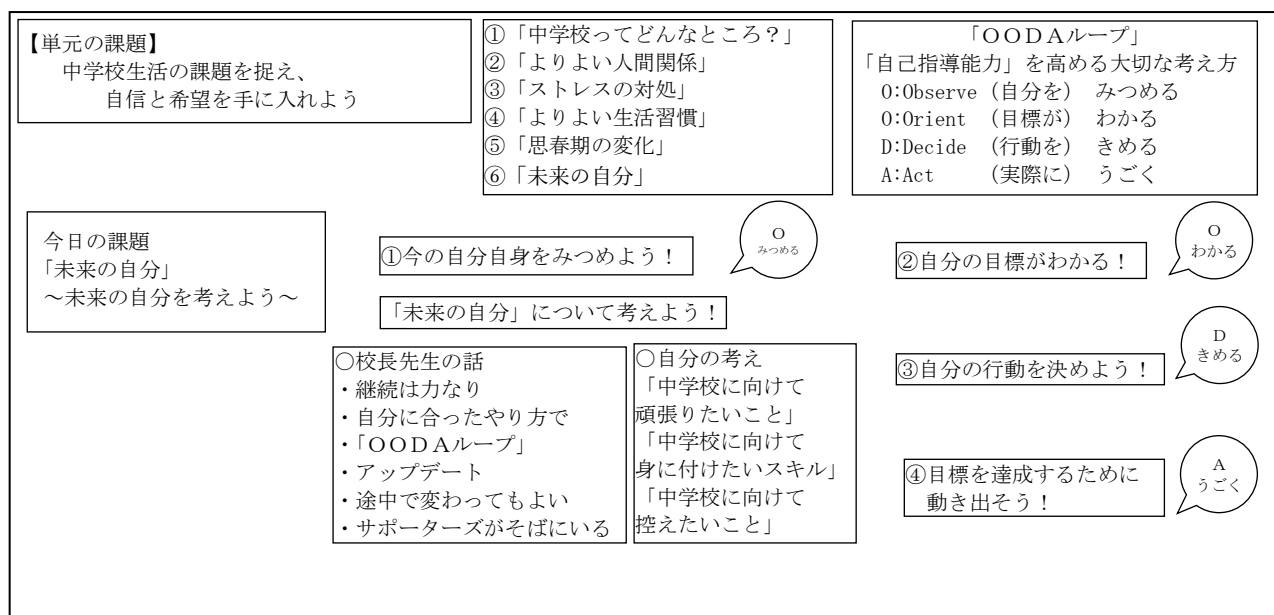
- 1 **ねらい** 将来の目標や短期的な目標を設定することを通して、目標に向けた取組を実行できるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入 15 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <p>S：安心して中学校に進学できるように、今日の課題に取り組んでいこう。</p> <p>S：今日は校長先生の話聞いて勉強になるな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><課題></p> <p>「未来の自分」 ～未来の自分について考えよう～</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分自身の生活を振り返る。 <p>S：中活でいろいろな課題に取り組んできたのだな。</p> <p>S：「中活シート」を見て振り返ってみると、生活習慣があまり改善されていなかったな。</p> <p>S：今まで、あまり未来のことを考えたことがなかったな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班のメンバーとアイスブレイク（ポジティブしりとり）をする。 <p>S：班のメンバーとの雰囲気がとてもよくなり、みんなと話しやすい雰囲気になったな。</p> <p>S：ポジティブな言葉をたくさん伝え合うと、気持ち前向きになるな。</p>	<p>◎指導の連続性や「OODAループ」の考え方が定着できるように、前時の学習内容の振り返りを行う。</p> <p>○本時の課題に対する追究ができるように、第1時で取り上げた課題や児童に取った「中学校進学に関するアンケート」の結果を視覚化し、本時の課題を確認する。</p> <p>◎自分自身の生活の課題を発見することができるように、課題の設定の過程を「OODAループ」の「O：みつめる」として確認する。</p> <p>○「未来の自分」について考えを深めることができるように、本時までのワークシートを見て自分自身の生活を振り返るとともに、ここまでの「中活」を振り返る。</p> <p>◎互いの個性や多様性を認め合い、安心して授業が受けられるようにアイスブレイク（ポジティブしりとり）をして安全・安心な風土の醸成に留意する。</p> <p>○しりとりを進めやすくするために、単語だけでなく、文章でのしりとりも可能とする。</p>
<p>2 情報の収集（展開①20 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・校長の話を聞く。 <p>S：「OODAループ」を意識しながら、自分で決断して行動していきたいな。</p> <p>S：中学校に行って困ったことがあったら、周りの人達を頼っていきたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「未来の自分」について考える。 <p>S：勉強してきたことを生かして、明るい挨拶がしっかりできる人になりたいな。</p> <p>S：中学校に行っても、目標に向かってコツコツ努力していきたいな。</p> <p>S：自分の将来の夢を叶えるために、今から生活習慣をしっかり見直したいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「未来の自分」になるための自分の目標を考える。 <p>S：これからどんなことを目標に頑張っていこうかな。</p> <p>S：自分の夢に向かって、継続して努力できる人になる。</p> <p>S：子供たちに夢を与えるプロ野球選手になる。</p>	<p>◎学習課題に対する情報を収集し、自分自身の目標を選択・設定できるように、情報収集の過程を「OODAループ」の「O：わかる」として確認する。</p> <p>○中学校生活で不安や悩みがなくなるように校長から児童に向けてアドバイスや励ましのエールを送る。</p> <p>○目標の設定や行動の決断ができるように、情報収集したことを「中活シート」にメモする。</p> <p>◎未来の目標を明確に自己決定できるように、「中学校に向けて頑張りたいこと」「中学校に向けて身に付けたいスキル」「中学校に向けて控えたいこと」について考える。</p> <p>◎互いに認め合い、励まし合い、支え合うことができるように、児童同士で発表し合う時間を設け共感的な人間関係に留意する。</p>
<p>3 整理・分析（展開②5 分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これからの生活で実行していきたい行動を決める。 <p>S：毎日 30 分は英語の勉強をする。</p>	<p>◎自分自身の行動を決断できるように、整理・分析の過程を「OODAループ」の「D：きめる」として確認する。</p>

<p>S：プロ野球選手になるために、野球の練習と勉強を両立させる。</p>	<p>○中学校進学に向けて意欲をもち、自分の行動を自己決定できるように、具体的な姿を考えるよう助言する。</p> <p>◎具体的な行動を設定し決断できるように、共感的な人間関係に留意し、ペアで実行していきたい行動の内容を確認する。</p>
<p>4 まとめ・表現（終末5分）</p> <p>・学習の振り返りをする。</p> <div data-bbox="167 416 798 571" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈振り返り〉</p> <p>私は今日学んだことをこれからの生活で生かしていきたいと思います。中学校に向けて少し準備ができたと思います。</p> </div> <p>・次回の確認をする。</p> <p>S：次回「中活ブック」を作るのが楽しみだな。</p> <p>S：今日決めた目標を意識して生活していきたいな。</p>	<p>◎自分自身の行動を実行できるように、まとめ・表現の過程と授業後の1週間を「OODAループ」の「A：うごく」として確認する。</p> <p>○意欲的に行動していけるように、翌日の朝の会で自分の行動を4段階で自己評価することを確認する。</p> <p>◎単元を通して主体的に学習に取り組むことができるように、本時での児童の頑張りを称賛する。</p> <div data-bbox="831 745 1434 902" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆評価項目（態）</p> <p>ワークシートの記述内容から、「自分と実生活の問題の解決に取り組もうとしているか」を評価する。</p> </div>

3 板書計画



第8時の学習 「中活ブック」の表紙をデザインしよう！

- ねらい 「中活ブック」の表紙をデザインすることを通して、「中活」のまとめを主体的に取り組めるようにする。

2 展開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時の課題について全体で確認する。 <p>S：「中活ブック」の表紙を作るのが楽しみだな。</p> <p>S：「中活」の授業のまとめをしっかりとやっていきたいな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><課題></p> <p>「中活ブック」の表紙をデザインしよう！</p> </div>	<p>○本時の課題に対する追究ができるように、「中活ブック」の表紙を完成させることを確認する。</p> <p>◎安心して授業が受けられるように、児童のここまでの取組や頑張りを称賛し、安全・安心な風土の醸成に留意する。</p>
<p>2 これまでの学習を振り返る（展開①5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> 前時までの学習内容を振り返る。 <p>S：中学校に向けて、いろいろな「中活」をしてきて、中学校進学への自信が付いてきたな。</p> <p>S：中学校進学への不安が少しなくなり、楽しみが多くなってきたな。</p>	<p>○前時までの学習内容を振り返ることができるように、本時までに使ったワークシート（「中活シート」）を配り、単元の課題や学習内容を振り返る。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、児童の意見を受け入れ、発言のチャンスを与える。</p>
<p>3 「中活ブック」の表紙の作り方を知り、表紙を完成させる。（展開②30分）</p> <ul style="list-style-type: none"> 「中活ブック」の表紙の作り方を知る。 <p>S：作り方の通りに頑張って「中活ブック」の表紙を作ってみよう。</p> <p>S：「中活ブック」の完成が楽しみだな。</p> <ul style="list-style-type: none"> 「中活ブック」の表紙を作成し、製本する。（★作成） <p>S：Canvaには、いろいろなテンプレートがあって楽しいな。</p> <p>S：オリジナルの「中活ブックの表紙」が完成してうれしいな。</p> <p>S：早く「中活ブック」を完成させたいな。</p>	<p>○「中活ブック」の作成に向けて意欲をもつことができるように、「キャリアパスポート」に入れて中学校や高校に引き継いでいくことを伝える。</p> <p>◎主体的に自己決定しながら活動できるように、Canvaを使って一人一人自由に表紙を作成する。</p> <p>○「中活ブック」の表紙が完成できるように、作業が遅れている児童には積極的に支援する。</p> <p>○児童が作成した表紙を印刷できるように、教員のGoogle Slidesに保存する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>◆評価項目（知）</p> <p>「中活ブック（児童用）」を作成している様子から、「創意工夫をしながら表紙をデザインしているか」を評価する。</p> </div>
<p>4 まとめ（終末5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時の振り返りをする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><振り返り></p> <p>私は「中活ブック」の表紙ができてとても嬉しいです。次回、「中活」ブックが完成するのが楽しみです。</p> </div>	<p>◎次回も安心して単元のまとめができるように、本時の児童の頑張りを称賛する。</p> <p>○次時の学習に意欲をもつことができるように、次時が「中活」の最後のまとめの時間であるとともに、「中活ブック」の完成の時間であることを伝える。</p>

3 板書計画

【単元の課題】
中学校生活の課題を捉え、
自信と希望を手に入れよう

今日の課題
「中活ブック」の表紙をデザインしよう

「中活ブック」の表紙の作り方

①Canva の使い方の説明
②表紙をデザインする。
③裏表紙をデザインする。
④スライドにコピーする。

完成図

裏

表

中活ブック

〇年〇組〇番
名前

第9時の学習 「中活ブック」を完成させよう！

- ねらい オリジナルの「中活ブック」を完成させ、これまでの学習を振り返ることを通して、中学校進学への自信や希望をもつことができるようにする。

2 展 開

<p>主な学習活動 予想される児童の反応〔S〕 ★ICT活用に関する事項</p>	<p>◎研究上の手立て ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）</p>
<p>1 課題の設定（導入5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の課題について全体で確認する。 <p>S：「中活ブック」を作るのが楽しみだな。</p> <p>S：今日で「中活」の授業が終わってしまうけれど、しっかりとまとめをしよう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><課題></p> <p>「中活ブック」を完成させよう！</p> </div>	<p>○本時の課題に対する追究ができるように、「中活ブック」を完成させることを確認する。</p> <p>◎安心して授業が受けられるように、児童のこれまでの取組や頑張りを称賛し、安全・安心な風土の醸成に留意する。</p>
<p>2 これまでの学習を振り返る（展開①5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前時までの学習内容を振り返る。 <p>S：中学校に向けて、いろいろな「中活」をしてきて、中学校進学への自信が付いてきたな。</p> <p>S：中学校進学への不安が少しなくなり、楽しみが多くなってきたな。</p>	<p>○前時までの学習内容を振り返ることができるように、本時までに使ったワークシート（「中活シート」）を配り、単元の課題や学習内容を振り返る。</p> <p>◎自己存在感を実感できるように、児童の意見を受け入れ、発言のチャンスを与える。</p>
<p>3 「中活ブック」の作り方を知り、「中活ブック」を完成させる。（展開②30分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「中活ブック」の作り方を知る。 <p>S：作り方の通りに頑張って「中活ブック」を作ってみよう。</p> <p>S：「中活ブック」の完成が楽しみだな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「中活ブック」に入れるワークシート（「中活シート」）以外のページを配る。 <p>S：たくさんの「中活サポーターズ」の方々に感謝したいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラスみんなとエールを送り合う。 <p>S：友達にエールをもらえてうれしいな。</p> <p>S：友達に自信をもたせられるようなエールを送ろう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「中活ブック」を製本する。 <p>S：オリジナルの「中活ブック」が完成してうれしいな。</p> <p>S：「中活ブック」を大切にしていきたいな。</p>	<p>○「中活ブック」の作成に向けて意欲をもつことができるように、「キャリアパスポート」に入れて中学校や高校に引き継いでいくことを伝える。</p> <p>○「中活ブック」が児童にとって、より励みになり充実したものになるように「目次」「説明」「中活サポーターズのエール」のページを配る。</p> <p>◎共感的な人間関係が育成されるよう、「中活ブック」の完成において班のみんなで励ましのエールを送り合う。</p> <p>○「中活ブック」が完成するように、作業が遅れている児童には積極的に支援する。</p>
<p>4 まとめ（終末5分）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本単元の振り返りをする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><振り返り></p> <p>私は残りの小学校生活を大切に、自信と希望をもって安心して中学校へ行きたいと思います。今回の「中活」を通して、「OODAループ」の考え方が分かり、「自己指導能力」が高まってきたと思います。この「中活ブック」を持って自信をもって中学校へ進学したいです。</p> </div>	<p>○探究課題に対する振り返りができるように、自己を見つめる時間を取るようにする。</p> <p>◎単元の課題が探究できた確認するために、「OODAループ」の考え方や「自己指導能力」（「決断力」と「実行力」）の高まりを振り返る。</p> <p>◎今後も安心して学校生活を送ることができるように、本単元での児童の頑張りを称賛する。</p>

◆評価項目（態）

ワークシートの記述内容から、「自分と実生活の問題の解決に取り組もうとしているか」を評価する。

3 板書計画

【単元の課題】

中学校生活の課題を捉え、
自信と希望を手に入れよう

今日の課題

「中活ブック」を完成させよう

学習してきたことをふり返ろう

「中活ブック」の作り方

- ①「中学校ってどんなところ？」
- ②「よりよい人間関係」
- ③「ストレスの対処」
- ④「よりよい生活習慣」
- ⑤「思春期の変化」
- ⑥「未来の自分」

「OODAループ」
「自己指導能力」を高める大切な考え方
O:Observe（自分を） みつめる
O:Orient（目標が） わかる
D:Decide（行動を） きめる
A:Act（実際に） うごく

- ①他のページを入れる。
- ②エールを送り合う。
- ③振り返りを書く。
- ④製本する。

中活シート③

よりよい人間関係

～コミュニケーションスキル（あいさつの仕方）をマスターしよう～

- ①「あいさつの仕方」について、今の自分自身を見つめてみよう。

自分のふだんのあいさつの仕方についてメモしよう。

○
みつめる

- ②自分の目標が分かるように、コミュニケーションスキル（あいさつの仕方）について知ろう。

ロールプレイや適応指導教室の指導員さんの話から分かったことをメモしよう。

.....

.....

.....

.....

中学生になったら・・・



目標

○
わかる

6年 組 番 名前（ ）

- ③コミュニケーションスキルについて分かったことや自分の目標から、これから実行する行動を決めよう。

D
きめる

行動

- ④今日の学習をふり返ろう。

.....

.....

.....

- ⑤自分の目標が達成できるように、決めた行動を実行しよう。
1～4点で自己評価しよう。

4…とてもよく実行できた 3…よく実行できた
2…ほとんど実行できなかった 1…全く実行できなかった

A
うごく

日付	/	/	/	/	/	
得点						合計

- ☆1週間の行動をふり返ろう。

.....

中活シート④

ストレスの対処

～自分なりのストレス対処法を考えよう～

- ①「自分なりのストレス対処法」について、今の自分自身を見つめてみよう。

今の自分なりのストレス対処法についてメモしよう。

○
みつめる

- ②自分の目標が分かるために、いろいろなストレス対処法について知ろう。

班での話合いやスクールカウンセラーの先生の話から分かったことをメモしよう。

.....

.....

.....

.....

中学生になったら・・・



目標

○
わかる

6年 組 番 名前（ ）

- ③ストレス対処法について分かったことや自分の目標から、これから実行する具体的な行動を決めよう。

D
きめる

行動

- ④今日の学習をふり返り、自分の考えを書こう。

.....

.....

.....

- ⑤自分の目標が達成できるように、決めた行動を実行しよう。

☆1～4点で自己評価しよう。

4…とてもよく実行できた 3…よく実行できた
2…ほとんど実行できなかった 1…全く実行できなかった

A
うごく

日付	/	/	/	/	/	
得点						合計

- ☆1週間の行動をふり返ろう。

.....

中活シート⑤

よりよい生活習慣

～自分の生活習慣（食事・運動・睡眠）を見直そう～

- ①「自分の生活習慣」について、今の自分自身を見つめてみよう。

今の自分の生活習慣（食事・運動・睡眠）についてメモしよう。

○
みつめる

- ②自分の目標が分かるために、よい生活習慣について知ろう。

タブレットを使って調べたことや養護教諭の話から分かったことをメモしよう。

中学生になったら・・・

目標

○
わかる

6年 組 番 名前（ ）

- ③よい生活習慣について分かったことや自分の目標から、これから実行する行動を決めよう。

行動

D
きめる

- ④今日の学習をふり返り、自分の考えを書こう。

- ⑤自分の目標が達成できるように、決めた行動を実行しよう。

☆1～4点で自己評価しよう。

4…とてもよく実行できた 3…よく実行できた
2…ほとんど実行できなかった 1…全く実行できなかった

日付	/	/	/	/	/	
得点						合計

A
うごく

☆1週間の行動をふり返ろう。

中活シート⑥

思春期の変化

～欲求をコントロールできるようになろう～

- ①「思春期の変化」について、今の自分自身を見つめてみよう。

昔の自分と今の自分の欲求についてメモしよう。

○
みつめる

- ②自分の目標が分かるために、欲求のコントロールについて知ろう。

班で話し合ったことや町教育委員会の先生の話から分かったことをメモしよう。

中学生になったら・・・

目標

○
わかる

6年 組 番 名前（ ）

- ③思春期の変化について分かったことや自分の目標から、これから実行する行動を決めよう。

行動

D
きめる

- ④今日の学習をふり返ろう。

- ⑤自分の目標が達成できるように、決めた行動を実行しよう。

☆1～4点で自己評価しよう。

4…とてもよく実行できた 3…よく実行できた
2…ほとんど実行できなかった 1…全く実行できなかった

日付	/	/	/	/	/	
得点						合計

A
うごく

☆1週間の行動をふり返ろう。

未来の自分

～未来の自分について考えよう～

①ここまでの中活をふり返って、今の自分自身を見つめてみよう。

自分の中活シートを見て、気付いたことをメモしよう。

○

みつめる

②自分の目標が分かるために、「未来の自分」について考えよう。

校長先生の話や自分で考えたことをメモしよう。

自分の目標（夢・こんな人になりたい）を決めよう



○

わかる

○将来

○中学校

○小学校

6年 組 番 名前（ ）

③未来の自分について分かったことや自分の目標から、これから実行する行動を決めよう。

行動

D

きめる

④今日の学習をふり返ろう。

⑤自分の目標が達成できるように、決めた行動を実行しよう。

☆1～4点で自己評価しよう。

4…とてもよく実行できた

3…よく実行できた

2…ほとんど実行できなかった

1…全く実行できなかった

A

うごく

日付	/	/	/	/	/	
得点						合計

☆1週間の行動をふり返ろう。

おわりに

～児童の自己指導能力を高める支援の工夫を通して～

児童の自己指導能力を高める支援の工夫ということで「中活ブック（児童用＆教師用）」の作成と活用をしました。また、その取組が児童の自信や希望を実感する機会となり、中１ギャップの改善につながればと考えました。

中学校進学に向けた６年生での実践は、それぞれの学校の課題や児童の実態が違うため、様々な活動の形が考えられます。そのため、学校の課題や児童の実態から、目指す子供たちの姿やそれを目指すねらいを考え、授業内容の工夫も考えられます。

そこで、この「中活ブック」を今後の実践のヒントにし、参考にできる部分を活用していただければ幸いです。

今回の実践は小学校６年生を対象に行いましたが、自己指導能力を高めることは、学年・校種を越えた積み重ねが必要です。

最後に、多くの児童生徒の自己指導能力が更に高まっていくことを期待したいです。

児童の自己指導能力を高めていきましょう！

