

# 合唱発表会で行うSELプログラムの進め方

表1 SELプログラムで育成を図る社会的能力

能力（SELコンピテンシー）	説 明
自己への気付き	自分の感情に気付き、また自己の能力について現実的で根拠のある評価をする力
他者への気付き	他者の感情を理解し、他者の立場に立つことができるとともに、多様な人がいることを認め、良好な関係をもつことができる力
自己のコントロール	物事を適切に処理できるように情動をコントロールし、挫折や失敗を乗り越え、目標を達成できるように一生懸命取り組む力
対人関係	周囲の人との関係において情動を効果的に発揮し、協力的で必要ならば援助を得られるような健全で、価値のある関係を築き、維持する力
責任ある意思決定	関連する全ての要因と、いろいろな選択肢を選んだ場合に予想される結果を十分に考慮して責任をもって意思決定を行う力

表2 各活動の目的

タイトル	目 的	関連する SELコンピテンシー
1 私のよさを 生かして	自分やクラスの友人のよさを認め、そのよさを生かし合唱発表会に向けての個人的な目標を立てることができる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己への気付き</li> <li>他者への気付き</li> <li>責任ある意思決定</li> </ul>
2-1 正しい聞き方 2-2 聞くと聴く	話を聞いて事実を知ることと、話の内容から相手の気持ちを理解する（聴く）ことの違いを理解する。 「正しい聞き方のポイント」（姿勢、視線、態度、あいづち）と「相手の気持ちをを知るヒント」（しぐさ、表情、声の大きさ、周りの様子）を押さえた聴き方ができるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>他者への気付き</li> <li>自己のコントロール</li> <li>対人関係</li> </ul>
3 上手な伝え方	「伝え方のポイント」（タイミング、相手の気持ちに配慮した言葉づかい、伝える理由や効果の説明）を理解する。 「伝え方のポイント」に従った伝え方を実行できる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>他者への気付き</li> <li>対人関係</li> </ul>
4 いろんな意見	ブレインストーミングの手順を知り、事後に行われる「クラス合唱をよくするための工夫」についての話し合いで全員の意見を踏まえた最善の集団意思の決定ができる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己のコントロール</li> <li>対人関係</li> <li>責任ある意思決定</li> </ul>
5 私への思い	ロールレタリングを通してクラスの友人の気持ちに気付く。 他者の気持ちに気付くことの大切さを知る。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己への気付き</li> <li>他者への気付き</li> </ul>
6 ポジティブに 考えよう	自分やクラスの目標に向けて、落ち込んだ時でも悲観的にならずポジティブな考え方で学校行事を乗り切ることができる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己への気付き</li> <li>他者への気付き</li> </ul>

表3 SELプログラムの実施について（例）

※合唱発表会の3週間前から週2～3回を目安に実施する。

※学年、学級の実態に応じて実施内容の精選をしたり順番を変えたりして実施することも考えられる。

期間	月	日	曜日	内 容	備考
3 週 前  2 週 前  1 週 前  数 日 前				1 私のよさを生かして	
				2ー1 正しい聞き方	
				2ー2 聞くと聴く	
				5 私への思い（前半）	
				3 上手な伝え方	
				4 いろんな意見	
				5 私への思い（後半）	
				6 ポジティブに考えよう	
当日	10	18	金	合唱発表会当日	
翌日	10	21	月	自己評価	

# 自己評価と振り返り

年 組 番

タイトル	重要な気づきやスキル	自己評価	具体的な場面
1 私のよさを生かして	自分やクラスの友人のよさを認め、そのよさを生かし合唱発表会に向けての個人的な目標を立てることができる。	よくできた もう少し A B C	
2-1 正しい聞き方 2-2 聞くと聴く	話を聞いて事実を知ることと、話の内容から相手の気持ちを理解する(聴く)ことの違いを理解する。 「正しい聞き方のポイント」(姿勢、視線、態度、あいづち)と「相手の気持ちをを知るヒント」(しぐさ、表情、声の大きさ、周りの様子)を押さえた聴き方ができるようになる。	よくできた もう少し A B C	
3 上手な伝え方	「伝え方のポイント」(タイミング、相手の気持ちに配慮した言葉づかい、伝える理由や効果の説明)を理解する。 「伝え方のポイント」に従った伝え方を実行できる。	よくできた もう少し A B C	
4 いろんな意見	ブレインストーミングの手順を知り、事後に行われる「クラス合唱をよくするための工夫」についての話し合いで全員の意見を踏まえた最善の集団意思の決定ができる。	よくできた もう少し A B C	
5 私への思い	ロールレタリングを通してクラスの友人の気持ちに気付く。 他者の気持ちに気付くことの大切さを知る。	よくできた もう少し A B C	
6 ポジティブに考えよう	自分やクラスの目標に向けて、落ち込んだ時でも悲観的にならずポジティブな考え方で学校行事を乗り切ることができる。	よくできた もう少し A B C	

<h1>1 私のよさを生かして</h1>	<p>【ねらいとする能力】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自己への気付き ・他者への気付き</li> <li>・責任ある意思決定（事後）</li> </ul>
<p>【目的】</p> <p>自分やクラスの友人のよさを認め、そのよさを生かし合唱発表会に向けての個人的な目標を立てることができる。</p>	

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★クラスでよい合唱を作っていくためにどのように頑張っていきたいですか？</p> <p>△リーダーとして引っ張りたい/歌で引っ張っていきたい/笑顔で支えていきたい。</p>	
説 明	<p>クラスでよりよい合唱をつくりあげるために自分のよさを知り、それを基に目標を立てます。</p>	
活 動	<p>★自分のよいところを五つワークシートの「1.私のよさ」に記入してみましょう。</p> <p>△みんなを引っ張ることができる/コツコツと努力ができる/細かいところに気が付ける/努力をすることができる等</p> <p>★なかなか思い付かない人は裏面の考えられる長所一覧を参考にしてみましょう。</p>	<p>合唱練習で生かせるようなよい部分を記入するように声を掛ける。</p>
	<p>★自分のよさについて五人の友人から聞き取り、ワークシートの「2.友人から聞いた私のよさ」に書き込みましょう。</p> <p>△自分でも認識していたこと、自分では気が付かなかったよい部分が知れた。</p>	<p>自分で書いたものは見えないように半分に折る。</p>
	<p>★自分で考えていたよさと、友人から聞いた自分のよさを比べて、同じだったところや意外な発見はありましたか。同じだったところはワークシートの「3.自他ともに認めるよさ」に記入しましょう。</p>	
まとめ	<p>★今回の活動の感想をワークシートに記入してください。</p>	

※事後	<p>★自分で書いた自分のよさと友人から聞いた自分のよさを参考にしておあなたの長所を生かし、合唱コンクールの目標を考えて記入しましょう。</p> <p>★自他共に認める自分の長所を生かしてクラス合唱を頑張っていきましょう。</p>	<p>合唱練習シートに記入する。</p>
-----	---	----------------------

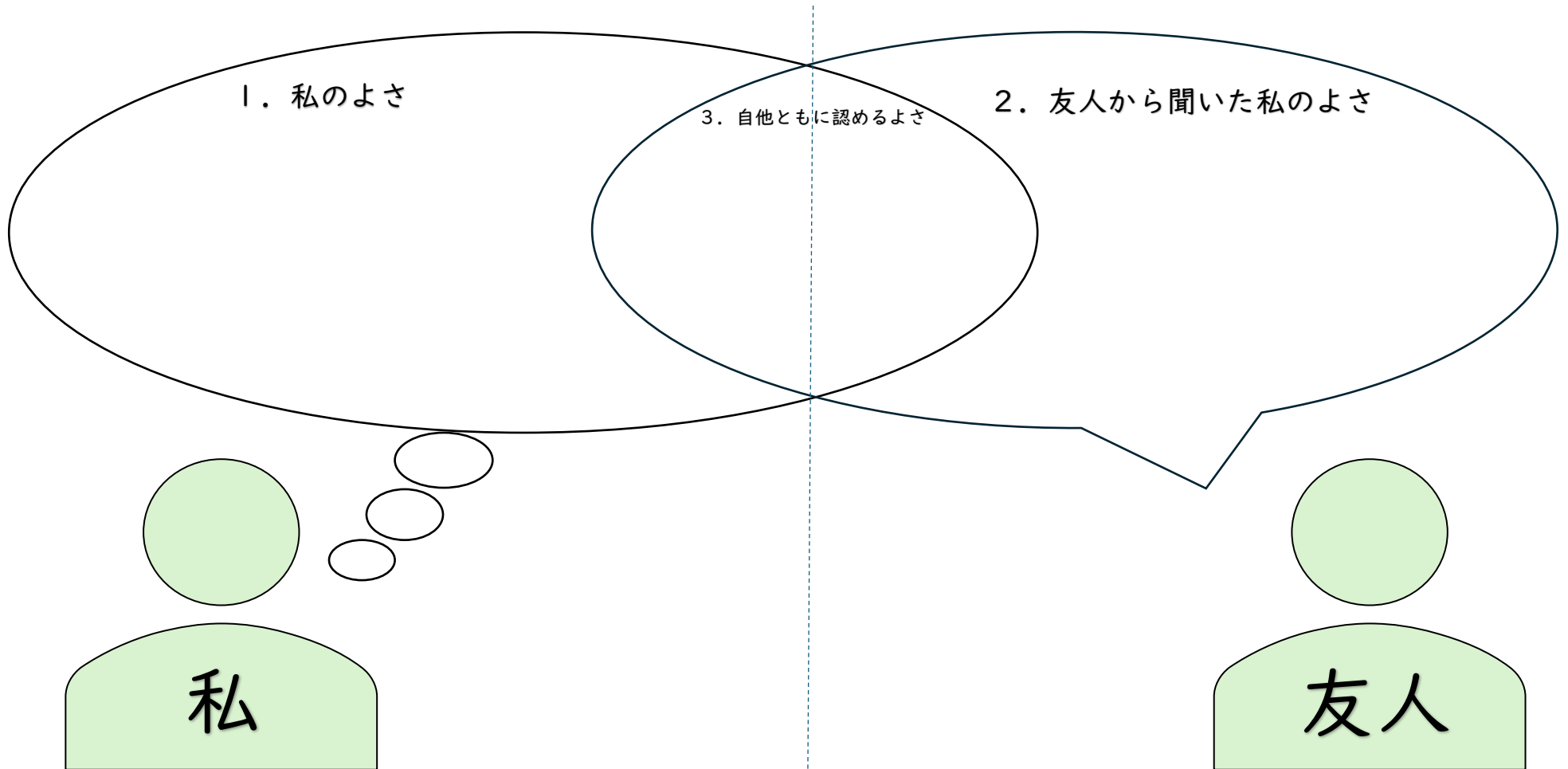
## 考えられる私のよさ一覧

・リーダー性がある ・活動的 ・気遣いができる ・相手のことを考えた行動ができる ・周りの意見をよく聞ける ・人のサポートをするのがうまい ・優しい ・努力家 ・明るい雰囲気をつくれる

・誰とでもうまく関係をつくれる ・場を盛り上げるのがうまい ・行動にメリハリがある ・堂々としている ・計画性がある ・忍耐力がある ・几帳面 ・周囲に流されない ・柔軟な考えができる ・仲間を大切にする ・協調性がある ・集中力がある

# 1 私のよさを生かして

年 組 番



活動の感想

## 考えられる私のよさ一覧

- ・リーダー性がある ・活動的 ・気遣いができる
- ・相手のことを考えた行動ができる ・周りの意見をよく聞ける
- ・人のサポートをするのがうまい ・優しい ・努力家 ・明るい雰囲気をつくれる
- ・誰とでもうまく関係をつくれる ・場を盛り上げるのがうまい
- ・行動にメリハリがある ・堂々としている ・計画性がある ・忍耐力がある
- ・几帳面 ・周囲に流されない ・柔軟な考えができる ・仲間を大切にする
- ・協調性がある ・集中力がある

<h2 style="text-align: center;">2-1 正しい聞き方</h2>	<p>【ねらいとする能力】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・他者への気付き ・自己のコントロール</li> <li>・対人関係</li> </ul>
<p>【目的】</p> <p>話を聞く姿勢により、話し手が受ける印象が大きく変わることを知り、「正しい聞き方のポイント」を押さえた聞き方ができる。</p>	

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★人の話を聞くのが得意な人（苦手な人）は手を挙げてください。</p> <p>△〔それぞれの質問に挙手〕</p>	
説 明	<p>聞くことは簡単なことだと思っている人もいますが、今日は人の話を聞くことに注目し、上手な聞き方を学習しましょう。</p>	
活動	<p>正しい聞き方のポイント</p> <p>★では、まず簡単な劇を見てもらいます。一人手伝ってくれる人はいますか？</p> <p>★△モデリングをする。〔△は台本を見ながら進める。1回目は否定的、2回目は受容的〕</p> <p>★どちらの聞き方がよかったですか？また、どんなところがよかったですか？</p> <p>△2回目、人の目を見る、うなづく</p> <p>★ポイントは赤目のうさちゃんです。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>※正しい聞き方のポイント「“アカメ”の“ウサ”ちゃん」</p> <p>①<u>あ</u>いづちを打つ、②体(<u>か</u>らだ)を向ける、③目(<u>め</u>)を見る、④<u>う</u>なづく⑤最後(<u>さい</u>ご)まで話を聞く</p> </div> <p>★人の目を見ることが苦手な人は、目と目の間、鼻の上あたりを見るように心掛けるとよいでしょう。ほかにも、相手の話した内容を繰り返す方法もあります。</p> <p>★話し手は反応してくれると話しやすくなります。しかし、オーバーにやると話し手が緊張することもあります。上手に聞くのは意外と難しいです。</p>	<p>手伝ってくれる生徒は事前に決めておき、台本を渡しておくとしムーズに行える。</p> <p>プリントを配る。 ポスターを掲示する。</p>
	<p>ロールプレイ</p> <p>★ではペアになって正しい聞き方の練習をしましょう。一人が話し手、一人が聞き手になります。</p> <p>△ロールプレイをする。その後役割を交換して行い、感想を伝え合う。</p> <p>★やってみてどうでしたか？</p> <p>△うなずいてくれると気分がのってくる/うなづくのは難しい。</p>	<p>話すテーマは「合唱練習で頑張っていること」などとする。</p>
まとめ	<p>★話し手は反応してくれると話しやすくなります。しかし、オーバーにやると話し手が緊張することもあります。上手に聞くのは意外と難しいです。</p> <p>★今回の活動の感想をワークシートに記入してください。</p>	

※事後	★合唱練習を通して相手の考えを聞いた場面の振り返りを行う。	
-----	-------------------------------	--

## 2－1 正しい聞き方

年 組 番

### ●正しい聞き方のポイント

話し相手が話しやすくなるような、もっと話したくなるような聞き方とは、どんな聞き方でしたか。「正しい聞き方のポイントをまとめましょう。」

### 正しい聞き方の ポイントは、

#### アカメのウサちゃん

ア

カ

メ

の

ウ

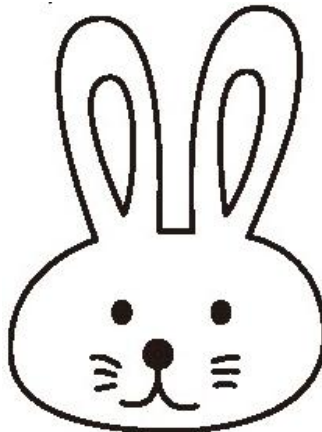
サ

ち

ゃ

ん

©2011 Koizumi & Yamada



活動の感想



## ◆劇用台本

### <1回目（拒否的態度）>

（設定は、友達同士）

生徒：「ちょっと聞いて。昨日数学のテストが返ってきて、点を見たら100点だったんだ！」

教師：「……。」（下を向いて服などをいじっている。生徒が話すときは、周りを見たり、違うことをしたりして、興味のない態度をとる）

生徒：「数学のテストは、前からいい点取りたいと思ってたから、1週間前からすごい勉強頑張ったんだ。」

教師：「うーん。」（声にならないくらいの小さな声で、生返事をする）

生徒：「だからすごくうれしくて親にテストの点を教えたら、親も喜んでくれて『よくがんばったね！』と言ってくれたんだ！」

教師：「……。」（興味のない態度をとる）

### <2回目（受容的態度）>

（設定は、友達同士）

生徒：「ちょっと聞いて。昨日数学のテストが返ってきて、点を見たら100点だったんだ！」

教師：「えー！すごいね〜！」（相手の目を見て、途中うなずいたり、驚いたり受容的な態度を示す）

生徒：「数学のテストは、前からいい点取りたいと思ってたから、1週間前からすごい勉強頑張ったんだ。」

教師：「よく頑張ったね〜！」

生徒：「だからすごくうれしくて親にテストの点を教えたら、親も喜んでくれて『よくがんばったね！』と言ってくれたんだ！」

教師：「それは、うれしいよね！」

# 正しい聞き方の ポイントは、

## アカメのウサちゃん

⑦ あいづちを打つ

⑧ 体を向ける

✕ 目を見る

の

⑨ うなづく

⑩ 最後まで  
話を聞く

ち

ゃ

ん



<h1>2-2 聞く と 聴く</h1>	<p>【ねらいとする能力】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 他者への気付き ・ 自己のコントロール</li> <li>・ 対人関係</li> </ul>
<p>【目的】</p> <p>話を聞いて事実を知ることと、話の内容から相手の気持ちを理解することの違いについて知り、「相手の気持ちを知るヒント」を押さえた聞き方ができる。</p>	

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★前は正しい聞き方のポイントについて学びましたね。ところで「きく」には「聞く」と「聴く」の二つの漢字があることを知っていましたか？どんな違いがあるのでしょうか？</p> <p>△同じ。/よく聞く。/講演は聴く。</p>	
説 明	<p>聞くことは簡単なことだと思っている人もいますが、今日は前回に引き続き人の話をきくことに注目し、相手も気持ちを考えながらのきき方を学習しましょう。</p>	
活 動	<p>聞く と 聴く の 違い</p> <p>★①「音・声を耳で感じ取ること。耳に感じて、知ること」 ②「心を落ち着け、注意して耳に入れること。傾聴」 この二つは「きく」について辞書で調べた意味です。どちらが「聞く」でどちらが「聴く」でしょうか？ △①が「聞く」。②が「聴く」。</p> <p>★「聞く」は耳から入ってきた情報を音として認識すること。「聴く」は更にその内容をよく理解し、相手の気持ちなどを察することを含みます。</p>	<p>3つのポイントを押さえて板書(掲示)する。</p>
	<p>相手の気持ちを知るヒント</p> <p>★話し手の気持ちを察することのできるようにこれからカードゲームをします。カードの指示に従って話をしてもらいます。一度手本を見せます（モデリングをする）。私はどんな気持ちだと思いますか？ △悲しい。</p> <p>★言葉ではありますがどうして悲しいと思ったのですか。 △声が悲しそう。/うれしい顔をしていない。/ためいきをついていた。</p> <p>★話を聞きながら、同時に人の気持ちを知るヒントに注目します。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>*相手の気持ちを知るヒント「シカ」の”こま”</p> <p>①しぐさ ②顔(かお)の表情 ③声(こえ)の大きさ ④周(まわ)りの様子</p> </div>	<p>「悲しい気持ちで『ありがとう』という」の内容でモデリングする。</p>
	<p>ゲームをする</p> <p>★ではグループで「気持ち読み取りゲーム」をやってみましょう。前回学んだ「正しい聞き方のポイント」と「相手の気持ちを知るヒント」を使って相手の気持ちを当てましょう。</p> <p>△ゲームをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>「気持ち読み取りゲーム」のルール</p> <p>①三～四人のグループをつくる</p> <p>②出題者は、指令カードの中から1枚カードを選び、そのカードに書かれている指令にあった演技をする。</p> <p>③そのほかの人は、出題者の演技を見て、その人の気持ちを当てる。</p> </div>	
ま と め	<p>★人の話は「聴く」ことが大切です。そのためには正しい聞き方をし、相手の気持ちを知るヒントにも注目しましょう。普段の自分の聞き方を振り返ってみましょう。</p> <p>★今回の活動の感想をワークシートに記入してください。</p>	

参考：社会性と情動の学習（SEL-8S）の進め方 中学校編 小泉令三／山田洋平著（ミネルヴァ書房）（ユニットB1）

2－2 聞くと聴く

年 組 番

## 相手の気持ちを知るヒント

『“シカ”の“こま”』



し

か

の

こ

ま

活動の感想



# 相手の気持ちを知る ヒントは、**シカ**のこま！

相手の気持ちを知りたい時は、

しぐさ、顔の表情<sup>ひょうじょう</sup>、声の大きさ、周りの様子  
に注意してみよう。

## しぐさ

ガッツポーズ

ため息

頭をかかえる

## 顔の表情<sup>ひょうじょう</sup>

笑顔

泣き顔

おこった顔

## 声の大きさ

大きくて楽しそうな声

小さくて悲しい声

大きなとなり声

## 周りの様子

周りはどうな様子？

物がこわれている

友だちが泣いている

◇ゲーム用カード

悲しい気持ちで、 「ありがとう」	怒った気持ちで、 「ありがとう」
楽しい気持ちで、 「ありがとう」	感謝の気持ちで、 「ありがとう」

ふざけた気持ちで、 「ごめんなさい」	怒った気持ちで、 「ごめんなさい」
申し訳ない気持ちで、 「ごめんなさい」	あきらめの気持ちで、 「ごめんなさい」

励ます気持ちで、 「頑張って」	怒った気持ちで、 「頑張って」
悲しい気持ちで、 「頑張って」	悔しい気持ちで、 「頑張って」

驚いた気持ちで、 「え～」	悲しい気持ちで、 「え～」
怒った気持ちで、 「え～」	うれしい気持ちで、 「え～」

<h2 style="text-align: center;">3 上手な伝え方</h2>	<p>【ねらいとする能力】</p> <p>・ 他者への気付き    ・ 対人関係</p>
<p>【目的】</p> <p>「伝え方のポイント」（タイミング、相手の気持ちに配慮した言葉遣い、理由や効果を説明する）を理解し、「伝え方のポイント」に従った伝え方を実行できる。</p>	

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★皆さんはこれまでに友人や先輩にアドバイスをしてもらって、うれしかったことや逆に嫌な思いをしたことはありますか。</p> <p>△部活の先輩に優しく教えてもらってうれしかった/厳しい言葉で命令されてやる気をなくした。</p>	
説 明	<p>クラスで合唱を作り上げるときにもたくさんの意見を伝え合う必要がありますが、伝える側の言い方や態度次第で受け取る側の印象がずいぶん異なります。今日は「上手な伝え方」について学びます。</p>	
活 動	<p>★アドバイスをもらってうれしかったときと嫌な思いをしたときの違いは何ですか。</p> <p>△言い方や言葉が強い。/説明がない。/自分の立場に立ってくれると嬉しい。</p> <p>★アドバイスや意見を上手に伝えるためのポイントをまとめます（板書）。伝え方のポイントは『“タコ”の“わ”』と覚えましょう。</p> <p>①タイミング 相手が今、話を聞ける状態なのかを判別して声を掛けます。</p> <p>②言葉遣い 相手の気持ちや立場を考えた言葉遣いになるよう気を付けましょう。</p> <p>③伝える理由（わけ）や効果の説明 どうしてそれを伝えるのか、伝えたらどんな効果があるのかを伝えると相手は納得してくれるでしょう。</p> <p>相手に何かを伝えたいときは特にこのことに気を付けて伝えと、伝えたいことを気持ちよく受け入れてもらえそうです。</p>	<p>三つのポイントを押さえて板書(掲示)する。</p>
	<p>★では、さっそく自分の「伝え方のポイント」をおさえて、上手な伝え方の練習をしていきましょう。隣の人とペアになってください。ワークシートに三つの「相手に伝える場面」が設定されています。自分が取り組みやすいものを一つ選び、相手に伝えてください。相手役の方はロールプレイの後にどんなところがよかったかを教えてあげてください。</p> <p>△ロールプレイをする。その後役割を交換して行い、感想を伝え合う。</p>	<p>ワークシートを配る。クラスの実情に合わせて二～三人組をつくる。</p>
	<p>★何組か前で見せてくれませんか。</p> <p>△何組か全員の前でロールプレイをする。</p> <p>★今のロールプレイを見てよかったところはどこでしょう。</p> <p>△ゆっくり話していた。/優しい声の掛け方だった。/伝えた理由が分かりやすかった。</p>	
まとめ	<p>★今回の活動の感想をワークシートに記入してください。</p>	

※事後	<p>★伝え方の違いで相手が喜んでくれるか、あるいは嫌な思いをするかわ変わってきます。パート練習やクラス練習、クラスでの話し合いの場面で「伝え方のポイント」を意識して相手の立場に立った声掛けを行ってほしい。</p>	
-----	---	--

参考：社会性と情動の学習（SEL-8S）の進め方 中学校編 小泉令三／山田洋平著（ミネルヴァ書房）（ユニット C5）

### 3 上手な伝え方

年 組 番

#### 場面 A

今日の昼休みクラス練習の予定です。広い体育館でピアノが使える数少ない練習日です。給食の片付けを素早く終わらせて、体育館に向かおうとすると同じクラスの A 君たち数名が今日は練習がない別のクラスの友達と何やら話し込んでいます。A 君たちは笑顔で盛り上がっていて、なかなか話が尽きそうにありません……。

#### 場面 B

合唱の練習を繰り返し、各パートで音取りがおおよそできるようになりました。いよいよクラス全体で合わせてみると、何だかとてもいい感じに仕上がってきています。更により合唱にするために〇〇パートの音量が少し足りないように感じます。どのパートも一生懸命に歌っているのですが、〇〇パートの音量がもっと出れば……。

#### 場面 C

合唱でクラス練習をしています。全体の課題やよさを見付けるためにパートリーダーが一人ずつ前に出て合唱を聞くことになりました。次は自分が前に出る番、パートリーダーのあなたが指揮台の横から合唱の様子を見ると、右端の数名がニヤニヤしながらふざけていました……。

( ) さんのこんなところがよかった！



( ) さんのこんなところがよかった！



活動の感想



# 伝え方のポイント

相手に伝える時は  
“タコのわ”

**た** タイミング

**こ** (相手の気持ちに配慮した)  
言葉遣い

**の**

**わ** 伝える理由や  
効果の説明



<h2 style="text-align: center;">4 いろいろな意見</h2>	<p>【ねらいとする能力】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 他者への気付き    ・ 自己のコントロール</li> <li>・ 対人関係</li> </ul>
<p>【目的】</p> <p>ブレーストーミングの手順を知り、「クラス合唱をよりよくなるための工夫」についての話し合いで全員の意見を踏まえた最善の集団意思の決定ができる。</p>	

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★クラス合唱をよりよいものにするために残された時間でどのような工夫ができるでしょうか？</p> <p>△練習方法の工夫/意識の高まり。</p>	
説 明	<p>今日は、クラスで何かを決めるときに自由に意見を出していく話し合いの仕方について学習します。</p>	
活 動	<p>★数名の人しか発言しなかったり、間違った意見を言ってしまうのではないかと考えていたりすると名案を生む妨げになります。そのため、誰でもどんなことでも言えるような雰囲気作りが大切です。また、話し合いは意見を出し合うことでなく、出た意見をさらに発展させることが大切です。そのようなことを踏まえて、「ブレーストーミング」という話し合いの方法を教えます。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>※ブレーストーミングのポイント『“ヒカジリ”』</p> <p>①批判（ひはん）厳禁、②改善（かいぜん）、発展、③自由（じゆう）に発想、④質（しつ）より量</p> </div>	<p>「ブレーストーミングのポイント」の説明を使って説明する。</p> <p>「話し合いの手順」を説明する</p>
	<p>★ポイントは『“ヒカジリ”』と覚えます。ではこのヒカジリを頭に入れて、話し合いの手順に従って「クラス合唱をよりよいものにする工夫」について話し合いの準備をしましょう。</p> <p>△話し合いの手順</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. カードに各自意見を書き、全員分を集める。</li> <li>2. 集めたカードをグループ分けする。</li> <li>※3. 4. 話を膨らませ、結論をまとめるのは事後の学習とする。</li> </ol>	<p>生活班やパートごとのグループで活動する。</p>
まとめ	<p>★「ブレーストーミング」を通してたくさんの意見が出ました。この後の学級活動では、今回の活動を基に「クラス合唱をよりよいものにする工夫」について話し合いを深めていきましょう。</p> <p>★今回の活動の感想をワークシートに記入してください。</p>	
※事後	<p>★今回グループ分けした意見を基に学級活動の時間に「クラス合唱をよりよいものにする工夫」について話し合いを行う。全員でアイデアを出し合い発展させることで、よりよいアイデアを出すことができるようにする。</p>	

# ブレインストーミングのポイント

- ①批判厳禁・・・出されたアイデアに対する批判や判断、意見はしない。
- ②改善発展・・・他人のアイデアを修正・改善・発展・結合する。
- ③自由に発想・・・つまらない（と思う）アイデア、乱暴な（と思う）アイデア、見当違いな（と思う）アイデアを削除しない。
- ④質より量・・・アイデアは多いほどよい。

## 話合いの手順

1. 付箋紙に各自意見を書き、全員分を集める。
2. 集めた付箋紙をグループ分けする。
3. グループ分けした意見から話を膨らませる。
4. 結論をまとめる。

## 議題 「 」

活動の感想



# フレーション・ストーミングの ポイント

グループで話し合う時は、**ヒカジリ**を注意しましょう！

**ひ** 批判厳禁

どんな意見でも最後まで聞こう!!

**か** 改善発展

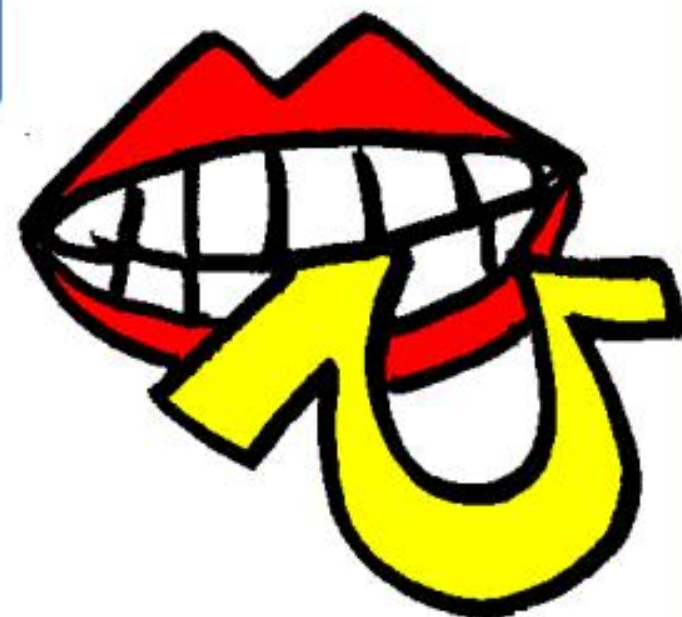
友だちのアイデアを  
参考にしてもOK!!

**じ** 自由に発想

どんなアイデアでも  
大歓迎!!

**り** (質より) 量

たくさんアイデアを  
出すことが大切!!



<h1>5 “私” への思い</h1>	<p>【ねらいとする能力】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自己への気付き</li> <li>・ 他者への気付き</li> </ul>
<p>【目的】</p> <p>ロール・レタリングを通して、クラスの友人の気持ちに気付く。また、他者の気持ちに気付くことの大切さを知る。</p>	

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★合唱練習を行っていてクラスの人とはよく話をしていますか？</p> <p>△話している。/あまり話していない。</p>	
説 明	<p>★すばらしい合唱を作るためにはクラスでの協力が必ず必要です。この合唱発表会を機会にクラスみんなへの思いを手紙に書いてみましょう。</p>	
活動 前半	<p>★今日行うのは「ロール・レタリング」です。普段からみんなは学級の中でお世話になっている人や感謝をしている人はいますか？</p> <p>△仲のよい友達。/学級役員。/先生。</p> <p>★今からその人（達）に対して普段思っている感謝の気持ちや、逆に不満などを手紙に書いてもらいます。書いた手紙は相手にも見せませんし、先生も見ません。書いた手紙は封筒に入れて封をします。ですから繕ったり隠したりせず、本音で思ったことを書いてください。封をした手紙は1週間先生が保管します。次の活動のときにその手紙を自分で読み返してもらいます。</p>	<p>手紙を書く相手は特定の個人でもよいし、複数や学級の全員に向けたものでもかまわない。</p>
	<p>★プリントを配るので①に「私から〇〇へ」の手紙を書いてください。たくさん書きたい人もいるかもしれませんがなるべく枠に収まるように書いてください。書くときはほかの人の手紙は見えてはいけません。時間をとるので無言で手紙を書いてください。</p> <p>△「私から〇〇へ」手紙を書く。</p> <p>★書き終わった人は封筒に入れて封をし、封筒の表に自分の名前を書いてください。</p> <p>△手紙に封をして箱に入れる（教師は全員の前で箱に封をする）</p>	<p>手紙を配る。</p> <p>安心して本音で手紙を書いてよいことを確認する。</p> <p>封筒を配る。</p>
まとめ	<p>★では来週の活動で続きを行います。</p>	

〔1週間後〕

場 面	教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入	<p>★先週「私から〇〇へ」という手紙を書きましたね。</p> <p>△覚えている。/何を書いたか忘れた。</p>	
説 明	<p>★今日はロール・レタリングの続きをします。</p>	
活動 後半	<p>★今日やることは、先週の手紙を受け取った相手になったつもりで読んでもらいます。そして、相手の気持ちになって、手紙を書いた自分に「返事」を書きます。</p> <p>★では手紙を配ります。（全員が見ている前で箱を開け手紙を配布する）。手紙を開封し、静かに読みましょう読み終わったら、その手紙を読んだ人の気持ちになって、手紙を書いた「自分」に対して手紙を書いてください。</p> <p>△「私から〇〇へ」の手紙を読み、「〇〇から私へ」の手紙を書く。</p>	<p>静かな気持ちで手紙に向かう工夫をする。</p>
まとめ	<p>★ロールレタリングを通して、相手と話していないのに、相手の気持ちに気付くことがあったと思います。また、自分のことで何かを発見した人がいるかもしれません。このように落ち着いて相手の立場を考えてみると新しい発見があるかもしれません。合唱発表会に向けてお互いを思いやる行動がとれるとよいですね。</p>	

## 5 “私” への思い

年 組 番

私から

へ

---

---

---

---

---

---

---

から私へ

---

---

---

---

---

---

---



## ◆教師用資料 「ロール・レタリング」について

### <ロール・レタリングとは>

「ロール・レタリング」とは「ロール・プレイング」をもとにした日本語の造語であり、「役割交換書簡法」とも呼ばれている。

具体的な手順としては、自分が親や友人（矯正施設であれば被害者など）に宛てて手紙を書く。その手紙は、実際には投函せず指導者やセラピストが預かる。指導者が見ないことを形にするため、目の前で鍵のかかる箱に入れるなどの演出を行うこともしばしばある。次に、時間を置いてその手紙を読み、今度はそれに対して、読み手（親、友人、被害者）の立場になって、最初の差出人である「自分」に返事を書く。書いた手紙は原則的に自分以外の人が目には見ることがないので、人の目を気にせず思ったことを自由に書くことができる。またそれを時間を置いて読み返すことで、冷静に内省することができる。

### <ロール・レタリングの歴史>

ロール・レタリングは、日本の少年院でゲシュタルト療法の「空椅子の技法」をヒントに試行錯誤によって生み出された。ゲシュタルト療法とは、個人がもっている「相反する思考」の対決を図る体験療法の1つであり、その技法の1つである「空椅子の技法」は、自分の中の相反する感情や思いを空の椅子に座らせ、対話させる方法である。

ロール・レタリングはこれを応用し、「自分自身」と、親、友人、被害者、過去や未来の自分などの「相手」の双方を演じて、それぞれの立場から手紙を書くことで、自己の内面に関する洞察を深め、問題点に気づく心理技法である。1983年に、当時法務教官であった和田英隆が、初めて試行した。

その後、矯正現場を中心として多くの実践が行われ、学会でもその効果や事例が発表された。その効果は心理学・教育学などの研究者からも注目され、現在では矯正施設にとどまらず、学校教育やカウンセリングでも用いられている。

### <参考文献>

ロール・レタリングについての文献をいくつか紹介する。ロール・レタリングについて理解を深めたい場合は、ぜひ参考にしてほしい。

春口徳雄（1987）. 役割交換書簡法 創元社

杉田峰康（監修）春口徳雄（編著）（1995）. ロール・レタリング（役割交換書簡法）の理論と実際 チーム医療

岡本泰弘（2007）. 実践“ロールレタリング” 北大路書房

6 ポジティブに考えよう	<b>【ねらいとする能力】</b> ・自己への気付き ・他者への気付き
<b>【目的】</b> 自分やクラスの目標に向けて、落ち込んだ時でも悲観的にならずポジティブな考え方で学校行事を乗り切ることができる。	

場 面		教師の指示（★）子どもの反応・行動（△）	留意点
導 入		★合唱練習を行っていて落ち込んだことやしんどいと思うことはありましたか？ △ある。/ない。 練習がうまくいかないとき。パートリーダーとしてまとめられないとき。	
説 明		★人は誰でも落ち込んだり、気持ちが乗らなかつたりすることがあります。ですがネガティブな雰囲気ではよい合唱を作り出すことはできません。今日は、様々な状況で前向きな考え方ができるような学習をします。	
活 動	悲観的な考えを知る	★落ち込んでしまう原因の一つは「悲観的な考え方」です。落ち込みやすい人は過剰に物事を悲観的に考えがちです。ワークシートの①～⑦までを先生が演じながら示すので、皆さんはそれを見て、悲観的な考え方だと思うものを選んでください。 △〔教師のモデリングを見て、プリントに回答する〕	ワークシートを配る。
	前向きな考えに変える	★誰にでもあるちょっとした出来事でも悲観的に考えると、自分や友人を否定する考え方になってしまいます。気持ちよくクラス合唱を盛り上げるために、悲観的な考え方をポジティブな、前向きになるような考え方に変えましょう。 △〔グループで話し合って発表〕	適切な考え方の回答例を参照する。
まとめ		★クラスでよい雰囲気の中で合唱をつくりあげていくためにも気持ちが落ち込んでいるときは、意識的にプラスのことを考えるとよいでしょう。 ★今回の活動の感想をワークシートに記入してください。	



## 6 ポジティブに考えよう

年 組 番

### 悲観的な考え方

(1) 次の中で悲観的な考え方をしているものを選びましょう。

① (音取はできてきたが強弱ができていない)  
強弱ができていない。

② (自分のパートで難しい部分の音取ができていない)  
私たちのパートはなんてダメなんだ。  
合唱の足手まといで申し訳ない。

③ (最近練習しても合唱に変化がない)  
練習方法を見直すために  
みんなで話し合おう。

④ (合唱の練習が時間通りに始まらなかった)  
今日の反省を生かして次回からは5分前行動で始めよう。

⑤ (音楽の授業で今日の出来は90点と言われた)  
100点を取らないと意味がない。

⑥ (隣のクラス見比べて合唱の仕上がりがいまいちのような気がする)  
自分たちのクラスはだめなんだ。

⑦ アドバイスを送っても返事(リアクション)が返ってこない  
アドバイスに対しては反応をするようクラスでルールを決めよう。

(2) 悲観的な考え方を、適切な考え方に変えましょう。

番号	適切な考え方

## (2) 適切な考え方の参考例

番号	適切な考え方
①	音取りはできているんだからこれから強弱を意識して練習をしよう。 あとは強弱を極めればよい合唱になるな。
②	難しい部分なのでじっくり練習しないと。 これをクリアしてよい合唱に仕上げるぞ！
⑤	やったー90点だ！ あと10点はどんなところだったんだろう？次回は100点取るぞ。
⑥	ほかのクラスはよく聞こえるもんだ！ ほかのクラスに負けないように私たちも頑張ろう。