

プログラム 3-1「あなたの健康と対人関係のスキル」 学習指導案

段階	時間	授業の展開	指導上の留意点・生徒の学習の到達点
導入	5分	1. 授業のねらいや全体像を知る ・授業の内容(スライド1) ・あなたの健康とは(スライド2)	○からだ、こころ、周囲とのつながりが健康に影響あっていることを認識させる。
		◎学習目標 自分と相手の意思決定を尊重するコミュニケーションスキルを知り、実践しよう	
展開	10分	2. 「自分の意思」について考える ・意思決定に影響を及ぼすこと(スライド3) ・ピアプレッシャー(同調圧力)(スライド4) ・自分が本当にしたいことを考えてみよう(スライド5)	○意思決定には、親や友人からの意見など、様々な要素が影響していることを認識する。 ○思春期の間に特に影響を受けやすいピアプレッシャー(同調圧力)があることを理解する。 ○意思決定に影響を及ぼす要素を理解したうえで、「自分の本当にしたいこと」について考える。
	5分	3. 自分の意思を伝える方法を学ぶ ・Iメッセージ(スライド6) ・3つのコミュニケーションスタイル(スライド7)	○自分の意思を伝えるための具体的なコミュニケーションスキルを学習する。
	5分	4. コミュニケーションスキルを活用した対話の練習 ・考えてみよう あなたが飼いたいペットは何?(スライド8) ・考えてみよう あなたが飼いたいペットは何?(スライド9)	○「3. 自分の意思を伝える方法を学ぶ」で学習したコミュニケーションスキルを使って、自分の意思を伝える練習をする。

きょうとプレコン 高校生教育プログラム

	5分	5. 自他を尊重したコミュニケーション ・アサーティブコミュニケーション(スライド10)	○自分と相手の意思を尊重したコミュニケーションの取り方を考える。
	5分	6. 自他を尊重したコミュニケーションの実践 ・自他を尊重する ロールプレイ①(スライド11) ・自他を尊重する ロールプレイ①解答例(スライド12)	○コミュニケーションスキルを活用して、より具体的な場面を想定して自他を尊重したコミュニケーションを実践する。 ○ワークの方法やお題は、各学校・生徒の状況に合わせて選択し実施する。 ・個人で考えた後、周りの人に感想を聞く ・グループでロールプレイの応答を考えるなど
	5分	・自他を尊重する ロールプレイ②(スライド13) ・自他を尊重する ロールプレイ②解答例(スライド14)	*注意点は【ロールプレイ①】と同様
	5分	・自他を尊重する ロールプレイ③(スライド15) ・自他を尊重する ロールプレイ③解答例(スライド16)	*注意点は【ロールプレイ①】と同様
まとめ	5分	7. 本時の振り返り ・本日のまとめ(スライド17)	