

## 育 Me 科 学習指導案 「しなやかマインドセット」

○ねらい

「どうせ…」 「絶対に…」 と物事を悲観的に捉えてしまうとき、別の言葉を使って表現することで気持ちをマイナス方向に向かわせないマインドセットの方法を理解する。

	活動内容	進め方・支援	育 Me 科の視点
事前	○ワークシートに、自分がする悲観的な考えを思いつく限り書き残しておく。(悲観的な考え→自己否定、妬み、不安、不満、葛藤など)	・授業の1週間前に実施する。	
導入	<p>1 あいさつ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・前回の学習内容「謝る」をペアで確認する。</li> </ul> <p>2 学習内容の理解</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の学習内容を確認する前に、前年度の学習内容「発想の転換」の学習内容を確認する。</li> <li>・教師が「どうせ…」 「絶対に…」 と悲観的に物事を捉えていることについて実体験を話す。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">(例)何か新しいことに興味をもったとき、何かを勧められたときに「どうせ私にはできない」と思った。</div> <p>3 本時のめあての掲示</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">いつもと違う言葉を使って、物事を楽観的に捉えよう！</div>	<p>・自分の言葉で話させる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>「発想の転換」</p> <p>発想の転換は、悲観的・楽観的な発想を「もしかしたら…」の発想で相互に関連付け、自分の考えや気持ちをコントロールすることを学んだ。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「わかりやすい伝え方」「非言語的コミュニケーション」を用いて、相手に理解してもらえるよう丁寧に話させる。</li> <li>・「発想の転換」との違いを明らかにする。</li> <li>・教師の実体験は生徒が共感できる内容とする。</li> </ul>
展開	<p>4 学習内容の把握</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・物事を楽観的に捉えるための言葉を確認する。</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【楽観的な言葉リスト】 「まだ」「ときどき」「たまに」「多少」「かもしれない」「今のところ」「現在」「場合によっては」「これまでは」</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・物事を悲観的に捉えた例文を提示し、全体で楽観的な表現に変える。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">(例)「私は作文が下手だ」→「私はこれまで作文が下手だったかもしれない。(マインドセット、本時の学び)でも練習すればうまくなるかも。(思考の転換)」</div> <p>5 演習</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・悲観的な捉えをした例文を複数提示し、それぞれに「楽観的な言葉リスト」から最適な言葉を付け加え、楽観的な表現に変えていく。</li> <li>・個人で考えた楽観的な表現をグループで交流しながら、必要に応じてよりよい表現に修正する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「楽観的な言葉リスト」を提示する。</li> <li>・言葉の意味が理解できているか確認する。</li> <li>・演習につなげるため、表現はじっくりと考えさせる。</li> <li>・ワークシートを配布し、個人で取り組む。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・質より量を大切にしてお考えさせる。</li> <li>・「上手に話を聴こう」交流する際に、個人が考えた内容の理解が不十分なときは確認をさせる。</li> </ul>
まとめ	<p>6 ふりかえり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・演習の中で生まれた良い表現を全体で紹介する。</li> <li>・本時学習した内容を、日常生活の中で実践できているか確認する。</li> <li>・自分が普段からよく悲観的に捉えてしまうことを「楽観的な言葉リスト」を使って楽観的な表現に変える。(ワークシート)</li> <li>・振り返りを記入する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・タブレットに記入する。</li> </ul>	
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【出口での生徒の意識】</p> <p>「物事を悲観的に捉えてしまい、自分の気持ちを自分で落とすことがある。楽観的な表現に変えて、物事を前向きにとらえるようにしたい。」</p> </div>		