

ライオンズクエストプログラムのワークショップを受講なさった先生方が教育現場に戻られ、1つでも多くの授業を実践し、生徒と共にライフスキルの授業を楽しんでいただきたいという、その一心で執筆させていただきました。

また、これからワークショップを受講しようかなと考えている方にとっては、ライオンズクエストプログラムってどんな授業があるのかな、ライフスキルってどんなものだろう、と興味を持っていただく機会になればと思っています。詳細は、どうぞプログラムをご覧ください。

先生方は、ご自分の専門教科に関しては自信をもって授業に臨まれていることでしょう。しかし、初めて実施するライフスキルの授業には、ちょっぴり不安があるかもしれませんね。でも、大丈夫！あなたのそばには、じっと見守り、そっとアドバイスをしてくれる先輩教師がいますよ。そう、それがこの本です。この先輩は、教育現場で13年間もライフスキルの授業を実践してきた経験はあるものの、何と言っても授業者は、あなた自身です。生徒の実態を十分わかっているあなたが、このプログラムを上手に使って、自分のクラスにぴったりの授業を作り上げてください。

ライフスキルの授業ができることは、あなたの教師としての糧となり、そして、生徒たちがすばらしい変容を遂げるに違いありません。

「柴 咲子の～」と題名にあるように、あくまでも、この本は私個人の考えや体験に基づき執筆させていただきました。もっと別な方法で授業をなさる方もいらっしゃると思いますので、1つの例としてどうぞ参考になさってください。

魅力的な授業がぎゅっと詰まったライオンズクエストプログラムの世界へ、ようこそ！さあ、早速、ライフスキルの授業を始めましょう！！

ライオンズクエスト認定講師
柴 咲子

目次 1 ライフスキル授業お助けレシピ

子どもたちも先生も 楽しめる！学べる！元気になれる！

Ver. ライオンズクエストライフスキル教育プログラム 思春期版

※注）ライオンズクエストプログラムの各授業名ではなく、授業の概要がわかる見出しを表記しています。

まえがき 1

▶〈单元1〉十代のみんな、思春期へGO！

ライフスキルって何？何のために学ぶの？ 5
 みんなの総意で決める学級のルール 9
 クラスみんなのコミュニケーション力をアップ！ 11
 インタビューでわかったことを、本人に代わってペアが紹介！ 13
 全員が主役！自己紹介バグから飛び出す自分らしさを表す物 15
 目標の立て方？どうすれば目標を達成できる？ 17

▶〈单元2〉本当の自信とコミュニケーションスキルの形成

自信をもって活動できる人になりたい！ 23
 話をしっかり聞いてもらえると、すごく楽しい！ 25
 人をほめることは、相手も自分もうれしくなる！ 29
 今は、責任感のある人になる訓練中なんだ！ 33
 「意思決定スキル」で責任感のある人に！ 35

▶〈单元3〉心の成長と感情のコントロール

1つでも多くの喜びのタネをあげる人になりたい！ 41
 ちょっと考え方を変えるだけで、気持ちも行動も前向きに！ 45
 怒りの鎮め方を学べば、ほら解決の糸口も見えてくる！ 49
 相手の人格を傷つけず、自分の気持ちを上手に伝えよう！ 53

▶〈单元4〉友人関係の改善

「知り合い」と「友人」の違いを考え、好ましい友情を築きたい！ 57
 良い友人関係を築くために、好ましくない活動を避けよう！ 59
 効果的な自己主張のスキルを使って、互いに練習！ 61
 友人からの好ましくない誘いに対処する！ 63
 問題解決スキルを使えば、バッチリ！スッキリ！ 65

▶〈单元5〉家族の絆の強化

家族の大切さに気づき、支え合う家族でありたい！ 69
 家族の中での自尊感情が大きく高まる！ 71
 みんなで「家族の宝」を作成しよう！ 73

目次2 ライフスキル授業お助けレシピ

子どもたちも先生も 楽しめる!学べる!元気になれる!

Ver. ライオンズクエストライフスキル教育プログラム 思春期版

※注) ライオンズクエストプログラムの各授業名ではなく、授業の概要がわかる見出しを表記しています。

▶〈单元6〉健康への道を選ぼう

| | |
|-----------------------------------|----|
| 人生の目標を完全に妨げてしまう障害、それは薬物! | 77 |
| 26もの悪影響!いつの間にか禁煙意識が高まる! | 81 |
| 喫煙する理由をあげ、誤解に気づき、対処法をポスターに! | 85 |
| 未成年が飲酒するリスクを知り、回避法を考える! | 87 |

▶〈单元7〉人生の道のり

| | |
|---------------------------|----|
| キャリア教育にぴったりの授業がいっぱい | 91 |
|---------------------------|----|

▶サービスラーニング

| | |
|--------------------------------|----|
| 自分たちで考え・決定・実行!だからこそ頑張れる! | 93 |
| 自分たちが活動することを決定する! | 95 |

▶付録

| | |
|-----------------------|-----|
| ライフスキル教育推進のポイント | 97 |
| 单元概要・授業名一覧 | 105 |

| | |
|------------|-----|
| あとがき | 108 |
|------------|-----|

单元 ①

十代のみんな、 思春期へGO!

もし、あなたが「学習効果を上げたい!」と望むのであれば、
教材や指導法の工夫、施設設備の充実のどれよりも、
まずその学習集団を「思いやりのある安心・安全な人間関係」にすることが先決です。
入学時やクラス替えをしたばかりの生徒たちの緊張感や不安は、
教師が想像する以上のものなのです。
そこで、单元1では、お互いの名前や特徴を知り合う仲間作りの学習をたっぷり行い、
さらにルール作りや目標設定の学習を行います。

ライフスキルって、何?何のために学ぶの?

楽しい活動で、あっという間に名前や個性を知り合えてしまう!

授業 1

オリエンテーションと
名前の学習

【準備する物】

ワークシート「この人は誰?」(P8 参照)、りんご3、果物ナイフ1、フォーク1、スプーン1、お手ふき3、皿3、柔らかい小ボール1、ワードマップの各カード

授業のあらすじ

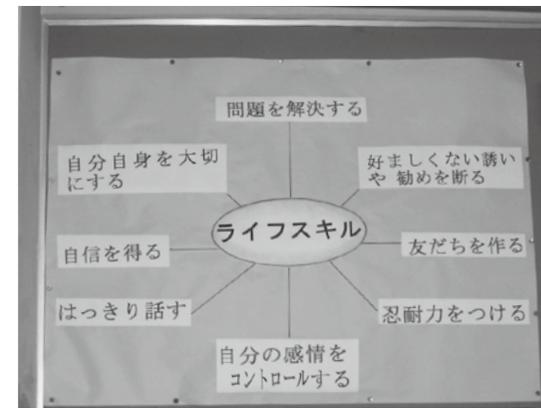
1 皮むきができるという3人の生徒を前に呼び、中身が見えないように包んでおいたナイフとフォークとスプーンのいずれかを選ばせ、みんなの前でりんごの皮むきをしてもらいます。フォークとスプーンの人は悪戦苦闘。見ているみんなも笑いだします。やっぱり皮をむくにはナイフが一番きれいに速くむけます。

2 なぜ、スプーンやフォークではむきにくいのか生徒に尋ねると、「皮をむくための道具ではないから」という答えが返ってきます。「その通り!」。この活動は、りんごをこれから生徒たちが乗り越えなければならない「試練(問題)」に例え、「道具(スキル)」を適切に選んで上手に使っていくことが大切であることを理解させ、ライフスキルの授業に関連づけます。つまりこの活動は、ライフスキルの授業の導入にあたるわけです。

3 生徒たちに日々の生活の中でこれからどんな問題が起こりそうか、班でブレインストーミングの手法で意見を出させます。(※ブレインストーミング=1つのテーマについて短時間にたくさんのアイデアを出す手法)すると、「親と意見があわない、友人から悪い遊びに誘われる、仲間はずれになる、成績が上がらない、友人とけんかする」などが出ます。そこで、それらの解決に役立つスキルを書いたカードを提示しながらワードマップ(P6参照)を作成します。この授業によって、ライフスキルの学習が自分たちにとっていかに大切なものか、そして、これからどんな学習をするのかをつかむことができます。

4 クラスの中で互いに問題解決をはかるには、仲間作りが大切です。そこで、最初の楽しい活動は、「この人は誰?」です。机やイスを後ろに下げ、できるだけ広いスペースを作りましょう。ワークシートとペンを各自が持って、出会った人とまず自己紹介をしあってから、ワークシートに書かれた質問の中でその人に該当しそうなものを予想して尋ねます。例えば「プロ野球は、好きですか?どこの球団のファン?」とか「野菜は好きですか?何が?」などです。みごと該当したら相手からその答えとサインを自分のワークシートに書いてもらいますが、該当しない場合は他の質問をいくつかして、それでも難しいようでしたら自分で質問を考えるのもOKです。1人の人からは1つの項目しかサインがもらえないルールです。制限時間を設けて、「さあ、いくつサインがもらえるかな?!」と励ますと生徒はハッスル。最後に時間があれば、1つずつ質問を教師が読みあげ、それに該当する生徒が挙手が起立するのも楽しいです。

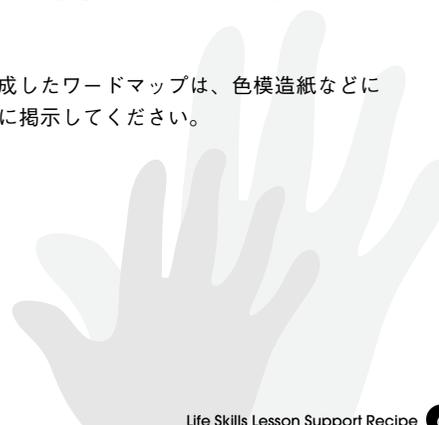
5 2つ目の活動は、「名前のキャッチボール」です。生徒たちは円の隊形になって、ボールを受け取った人が自己紹介をしますが、自分の名前と部活動だけの紹介では、つまらないですね。自分がこれを行っているときが楽しいんだ、またはうれいんだということを1つ紹介するのです。これがポイントで、パッと明るく楽しい雰囲気になります。もちろん、バトンタッチがわりのボールはやさしく下投げにし、ぬいぐるみを使う場合は、次の人のところに歩いて行って手渡しにしてくださいね。



【ワードマップ】

ちょっぴりアドバイス

- りんごの皮むきは、意外にもスプーンやフォークで上手にむいてしまう生徒がいます。その時は、焦らなくても大丈夫。「君がナイフを使ったら、もっと速くてきれいにむけるね」と言えば良いのです。また、ナイフでもなかなかうまくむけない生徒には、「適切に道具を選んだ後は、練習をしっかりとやる必要があるんだね」と、ライフスキルに関連づけて話をしましょう。この活動は各クラス毎でなくとも、学年集会の形で実施することもできます。
- 楽しい活動は、人数や時間の関係でいずれか1つでも良いです。また、「名前のキャッチボール」は、1人1分話すと30分以上かかってしまいますので、始めから2時間扱いで計画するのも良いでしょう。時間短縮をはかりたいなら、もちろん先生のお手本は短くし、立ったままで活動するといいですよ。
- 「この人は誰?」のワークシートは、プログラムの概要書の巻末についているCD-ROMにデータが入っています。質問内容は、子どもたちが盛り上がるものに工夫できますよ。「好きなテレビ番組は?」「好きなお笑いタレントは?」「給食の献立で一番好きなものは?」なども楽しいですね。
- 「名前のキャッチボール」の活動で、生徒たちは誰にそのボールを渡すか躊躇します。何も指示しなければ、異性を意識して同性ばかりに渡してしまいます。(無理もありません。思春期ですからね〜) また、もしかすると既にクラスの中で孤立気味の生徒がいるかもしれません。そこで、あらかじめボールを誰に渡すか、くじで決めておくことをお奨めします。自分にボールが来たら、必ず決められた生徒にボールを渡すルールにするのです。この授業の2年生バージョンとして「私たちが結ぶ紐」、3年生バージョンとして「バウンスゲーム」が用意されていますが、同様にペアを決めてから始めると良いです。特に2年生の「私たちが結ぶ紐」では、クラスカラーの毛糸玉(毛糸2玉分を硬く巻き直したボール)の糸端を自分で持って次の人に渡す活動をするのですが、赤い毛糸のクラスは「赤い糸で結ばれる」ことに過剰反応を示し、変な盛り上がり(笑)を見せますのでこの方法が得策です。
- 授業の中で作成したワードマップは、色模造紙などに貼って、学級に掲示してください。



ライフスキルって、何?何のために学ぶの? (続き)

楽しい活動で、あっという間に名前や個性を知り合えてしまう!

授業後の様子など

●生徒たちはすぐさま名前呼び合うようになり、楽しそうにおしゃべりし、ぐっと生徒同士の距離が縮まります。この授業を学級の委員や係を決める組織作りの前に実施しておく、あっという間に学級組織は決まってしまう。それも実に和やかな雰囲気の中で。なぜならば、ほとんどが立候補とその演説、多数決、拍手の流れで決まってしまうからです。クラスが「やる気の塊」になってしまうのです。きっとこの素敵なクラスの仲間のために自分も力を尽くしたい!と思えるのでしょうね。

●「名前のキャッチボール」を保護者の学級懇談会で使うことをお奨めします。たとえボールや小道具は使わなくとも、「お子さんの名前を言っていた後、

最近、我が子のことでうれしかったこと、楽しかったことを1つ紹介して下さい」と言ってみてください。まずは教師のお手本からスタート。きっと、「先生も私たちと同じ親なんだ」と保護者は担任に親近感を持ってくれることでしょう。(お子さんのいない教師は、自分のクラスの子もたちとのことを紹介してください) あっという間に緊張感がほぐれ、ざっくばらんに会話ができ、実り多い懇談会になることでしょう。



単元1 授業1 ワークシート

年 組 番 氏名: _____ 日付: _____

この人は誰?

それぞれの記述に合う人を探し、枠にサインをもらおう!

| | | |
|---------------------------|--------------------|----------------------|
| 今とは違う都道府県に住んでいたことがある人。どこ? | 水泳で50回以上泳げる人。最高何m? | ペットを飼っている人。どんなペット? |
| 誕生月が同じ人。何月? | 楽器を演奏できる人。どの楽器? | 何か集めている人。何を? |
| 表彰されたことのある人。何で? | 野菜が好きな人。どんな野菜? | 同じくらいの身長の人。何cm? |
| 最近マンガを読んだ人。題名は? | 家が近所の人。どのくらい近い? | プロ野球が好きな人。どのチームのファン? |
| 有名人に会ったことがある人。誰? | (自分で質問を考えよう) | (自分で質問を考えよう) |

ここにいるのは知らない人ではなく、これから友だちになる人
There are no strangers here-only friends we haven't met.