

まずは本誌を開くところからスタート

私は37年間、埼玉県の公立中学校の教師として勤め、退職するまでの13年間、中学生にライオンズクエストプログラムの思春期版を使って授業実践し、その効果を体感して参りました。

また、本プログラムに御賛同いただいた保護者の方々のおかげで、退職後も、幼稚園生・小学生・中学生に対し、放課後、公民館やマンションの多目的室等を会場に、現在まで約4年間にわたって授業を実践する機会を頂戴しました。

この経験は、中学生に思春期版でしか教えたことがなかった私にとって、あらゆる年齢層の子どもたちに、それぞれに適したプログラムを実施することができ、大変勉強になりました。また、ここでも子どもたちの変容を目の当たりにし、ますます本プログラムに惚れ込んだ次第です。

私がこの中で、いつも苦勞するのが、子どもたちの発達段階や興味関心にぴったりの指導計画を作ったり、授業のやり方を吟味することです。プログラムを何冊も手にしたり、ページをめくりながら検討するのが何とも面倒でした。また、目次の授業名をみただけでは、その授業内容を明確に想起しがたいものもあるので、「授業内容を簡潔に表した一覧表があれば、便利なのになあ」と思ったのが、本誌を作るきっかけです。要は、授業者としての自分のために作ったものなのです。

み取る時間が設けられ、互いに発表しあうことで、プログラムの概要を知ることができます。受講者が現場に戻って、「さあ、ライフスキルの授業をやってみよう!」と思った時に、まずは本誌を開くところからスタートしてください。ちょっと薄れかけていた記憶も、なんとなく理解していたことも、きっとはっきり蘇りますよ!そして、「ワークショップで実施したあの模擬授業は、ここに位置しているんだな〜」「同じねらいの授業がここにもあるぞ」と確認することができ、プログラムの全体像がつかめることでしょう。

また、ライオンズクエストプログラムに関心をお持ちの方には、本プログラムが青少年の健全育成を目指した楽しい授業をいかに多く掲載しているか、ご理解いただけるのではないのでしょうか。1日も早く、全国各地で開催されているワークショップへのご参加をお待ちしています!

2018年7月
ライオンズクエスト認定講師 柴 咲子



目次

table of contents

ライフスキル授業 早わかりマップ

授業内容の検討や指導計画の作成に便利!
Ver.ライオンズクエストライフスキル教育プログラム

はじめに	1
目次	2
ライオンズクエストの特徴について	3
授業一覧&関連マップの使い方	7
幼稚園／保育所(園)版・小学生版	8
単元1	9
単元2	11
単元3	13
単元4	15
単元5	17
思春期版	20
単元1	21
単元2	22
サービスラーニング	23
単元3	24
単元4	25
単元5	26
単元6	27
単元7	28
まとめ	29
おわりに	30

ライオンズクエストの特徴について

1 学習環境の整備で最も重要なことは、子どもたちの好ましい集団形成（仲間作り）です。

どんなにすばらしく設備が整った教室や優秀な先生方が揃っていても、子どもたちがビクビク、ドキドキしている状態では、学力の向上は望めません。居心地の良い安心・安全なクラスにおいて、「リラックスする中での集中力」をもつことが大切なのです。全プログラムの単元1では、まずお互いの名前を覚えあったり、特徴を知り合う楽しい授業をたっぷり用意していま

す。また、エネジャイザー（元気の出る活動）は、幼保版や小学校版では、各授業の後に1～2個、また思春期版では、各単元の冊子の前方に10個ほど、まとめて掲載しています。ぜひ、1つでも多く実施し、テレビゲームでは味わうことのできない、集団で遊ぶ楽しさを子どもたちに満喫させてあげてください！

2 道徳科にぴったり！一方的な単なるスキル教育ではなく、子どもが考え、議論し、互いに学び合います。

子どもたちと共にスキルを考え、その使い方がわかったところで、子どもたちが遭遇しそうな問題を課題として提示し、今学んだスキルを使って練習する時間を設け、各自やペアやグループでトライ！子どもたちは、「わかる」から「できる」力を身につけ

ます。そして、子ども同士の発表の場では、「なるほど」と感心しあったり、「こんなこともあるよ」と学び合ったり・・・そうです！本プログラムは、考え、議論する、そして実践力をつけたい「道徳科」にぴったりなのです。

3 幼保版から小学生版、思春期版まで、体系的にプログラム化されています。

本プログラムは、同じねらいをもつ授業を、繰り返し学ぶことによって、スキルを強化できるように、構成されています。しかし、その授業内容は、子どもたちの興味、思考力の発達段階に合わせて、教材や手法が工夫されています。例えば、幼児期では、クマのQちゃん（ぬいぐるみ）相手にすすめたり、小学校低学年では詩やリズム遊びを取り入れたり、高学年ではロールプレイで発表させたり・・・と。特に大切なスキル（例：話の聞き方スキル、意思決定スキルなど）は、どの学年のプログラムにも

掲載されています。授業を実施する際、子どもたちの実態を一番把握しているのは担任の先生です。その先生が、実施しようとする授業の前後の学年の授業にも目を通して、自分のクラスにぴったりの授業を見つけてください。「練習問題は、この学年のものを使って・・・」というように2つ以上の授業を混合して活用することも可能です。

4 学校・家庭・地域の中で、子どもたちの自尊感情を高め、さらに9つの価値観が身につきます。



本プログラムは、子どもたちの長所に着目し、それを伸ばす方法論に基づいています。となく、人は、他の人の欠点ばかりに目をやりがちです。そして、その

話題でもちきりになると、これが「いじめ」にもつながります。また、自分の良さに気付かず、自信を無くしている子どもも多いのです。本プログラムの授業を進めて行くと、学校内だけではなく、家庭や地域の中で、子どもたちが自分の良さに気付いたり、また、他の人から気付かせてもらって、自尊感情を高めることができます。また、左記の9つの価値観がいつのまにか身につくようにプログラム化されているのです。

5 親や教師の願い、あらゆるニーズにお応えします。

保護者の方や先生方などに「今の子どもたちにどんな力をつけたいですか？」とお尋ねしたら、「思いやり」「善悪の判断力」「夢や目標」「コミュニケーション力」「感謝の気持ちを表す」「忍耐力」等々あげてくださいます。これらは、いずれも「心理

社会能力」で集団生活の中で、身に付けたい能力です。本プログラムは、この能力のどのニーズにも対応できるのです。いくつかのニーズについての関連授業を掲載しました。参考にさせていただきます。

たとえば、こんなニーズにお応えします！

新しい仲間と早く打ち解け、よい集団を作ってほしい！

入学時や進級時の子どもたちの不安感、緊張感は大人の想像以上のものです。子どもたちは、新しい仲間、新しい先生と出会い、1日でも早くみんなと打ち解け、居心地の良いクラスに！と願っていることでしょう。それには、お互いの名前や特徴を知ること、共に守り合うルールを決めること、仲間がいるから楽しいと感じる活動をする、自分の果たす

役割を持ち、それをしっかり果たすことが必要です。4月の仲間作りの授業が、1年間の学級経営の鍵を握っています。先生も、子どもたちと一緒に、たっぷりライフスキルの授業を楽しんでください。子どもたちの良さをたくさん発見できることでしょう。

▶関連授業

- 幼保版 単元1の全授業
- 小学校版 単元1の全学年の全授業
- 思春期版 単元1-1～6（1-2・3は、後方ページに2年生用と3年生用も掲載）

感情的に行動することなく、うまく感情をコントロールして、対処する力をつけてほしい！

「ジェットコースターは好きですか？」その答えは、どちらでも良いのです。人の感情はその人の経験、体調等によって様々であり、どう感じようと決して批判されるものではなく、尊重されるべきものです。しかし、その感情の中で厄介なのが怒りの感情です。怒りに任せた行動は、とんでもないトラ

ブルに発展するでしょう。自分が怒ったときや他人が怒ったときは、どうすれば良いのか。また、日々の生活の中で、ショックを感じる状況に陥ったときにはどうすれば良いのか、対処法を学びます。

▶関連授業

- 幼保版 単元2-4
- 小学校版 1年単元2-3 2年単元5-2 4年単元1-2
- 思春期版 単元3-1～9

目標に向かって、努力する姿勢を持ってほしい！

子どもたちに、今学期や今年の目標を立てさせると、「勉強がんばる」「部活がんばる」といった漠然としたものをあげる者が多いです。思春期版の単元1-10では、効果的な個人目標の立て方とはどういうものか？また、それを達成させるためには、どんな取り組みをすべきか、どんな問題が起き、その対処はどうするのか、いつまでにどこまで達成しよ

うか、誰にどんなサポートをお願いしようかと考えていきます。そして、単元7では、今までの自分の成功体験を発表したり、自分にとっての「良いモデル」の尊敬できる点を発表しあったり、また外部ゲストを招き、インタビューします。子どもたちに長い人生を見通して考えさせる授業展開は、まさしくキャリア教育です。

▶関連授業

- 思春期版 単元1-10 単元7の全授業

みんなはこの学校の仲間だよ 単元目標：仲間として互いに認め合い、気持ちよく過ごせる学級を作る
(幼保版：「みんなともだち みんななかま」)

幼保版	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生
<p>授業 1 あたらしい仲間との出会い！</p> <p>仲間作り 25分</p> <p>くまのQちゃんの正式な名前とみんなに呼んでほしい名前の2つを入れ込んだ詩を読んだ後、名前を互いに正しく呼びあうことの大切さを理解する。各自がみんなに呼んでほしい名前を発表し、それを教師が札に書き、身につけていく。「Qちゃん特急」ゲームをしながら、互いの名前を覚える。</p>	<p>授業 1 私も新しい仲間だよ！</p> <p>仲間作り</p> <p>くまのQちゃんと一緒に「遊び歌」で楽しく、お互いを知り合う活動をする。また、自分がみんなに呼んでほしい名前を紹介し、それを紙のヘッドバンドに教師が書き、全員がそれをつけた状態で、その名前を連呼しながら、互いの名前を覚えあう。</p>	<p>授業 1 はじめまして！</p> <p>仲間作り</p> <p>自分たちのやりたい遊び(ゲーム)を言い、それを基に楽しい活動しながら、お互いを知り合う。紙に自分がみんなに呼んでほしい名前と好きな遊びを書いて、それをリズムカルで紹介しあう。2人組でインタビューしあい、その内容を全体で紹介する。</p>	<p>授業 1 あなたと私、みんな3年生！</p> <p>仲間作り</p> <p>3年生になるとどんな変化があるか、「言葉の一房」(ワードクラスター)を作る。次に、自分がみんなに呼んでほしい名前を楽しく発表する活動を行う。「この人を見つけよう」の用紙を使って、お互いの特徴を知り合う活動をする。</p>	<p>授業 1 名前を知ろう</p> <p>仲間作り</p> <p>「何でもバスケット」ゲームで、楽しくお互いの特徴を知り合う。次に、紙を配り、みんなから呼ばれたい名前とその裏に自分が好きなこと(もの)を書き、両面が見えるように天井からつり下げる。「たからさがし」の活動を行い、さらに互いの特徴を知り合う。</p>	<p>授業 1 みんな大切な友達</p> <p>仲間作り</p> <p>全体に、お互いのことをどれくらい知っているか話した後、「5つのひみつ」カードを書く。自分が呼んでほしい名前でお互いが呼び合うことが、いかに大切なことが説明を聞く。「ワードピクチャー」で自分の名前を表現し、発表する。次に2人組で互いの共通点を探し、4人組、8人組でもやってみる。</p>
<p>授業 2 Qちゃん、…よろしいですか？</p> <p>お願いの仕方 25分</p> <p>幼稚園でどんなときに、どんなお願いをすることがあるかを考える。教師のお願いの仕方の悪い例と良い例のロールプレイを観察して、感想を言う。お願いするときの言い方、気持ちの込め方を知る。詩の中に、お願いする事柄を入れて読み上げ、お願いの仕方を練習する。</p>	<p>授業 2 ていねいをお願いする</p> <p>お願いの仕方</p> <p>Qちゃんが、子どもたちの1人にティッシュペーパーを持ってきてほしいと丁寧なお願いの言い方をすると、その子はすぐ行動してくれた。人に何かをお願いするときの丁寧な言い方、仕方のスキルを学び、Qちゃんが用意した小さなプレゼントをもらう際に、Qちゃんの前で1人ひとりが丁寧にお願いをする。</p>	<p>授業 2 思いやりのあるクラスのためのルール</p> <p>ルール作り</p> <p>教師が箱から白い紙を出す度に、ルールに関する読み、子どもたちは何について書かれたものか予想だけをする。次に、白い紙を出す度に子どもたちがルールに関する内容が発表できるか教師が判定し、最後に正解を言う。転入生の話や聞き、どんなルールがあれば良いのか考え、思いやりのルールを作る。</p>	<p>授業 2 思いやりを表現する</p> <p>ルール作り</p> <p>子どもたちが学校で体験しそうないやな項目を見て、それに該当する体験を思い出し、小さな紙に無記名でその内容を書く。教師がそれを回収し、各項目に分類して掲示する。この仲間の中で、このようないやなことが起きないためにはどんなルールが必要かを考え、自分たちの思いやりのルールを作る。</p>	<p>授業 2 あなたもそう感じるの？</p> <p>感情の受容と表現</p> <p>感情を表すのに使えそうな天気の様子を子どもたちがいくつかあげ、模造紙に横並びに絵や文字を書く。その下に関連する感情を表す言葉を書く。各自で「4年生になった私の心の天気」を文字や絵で表し、希望者は発表する。</p>	<p>授業 2 敬意を表するためのルール</p> <p>ルール作り</p> <p>「ルール」から思いつく言葉を「言葉の地図」(ワードクラスター)にする。資料の話を聞き、「尊重」の意味を考える。自分に対しクラスの人がどのように接してほしいかを、1人2枚のカードに書き、それを4つのカテゴリーに分類する。各グループは1つのカテゴリーを担当し、それに関するルールを考え発表し、クラスのルールを作る。</p>
<p>授業 3 なかよく、いっしょにするためのルール</p> <p>ルール作り 28分</p> <p>園内の各場所にルールが色々あることに気付く。園のルールの3つの理由を知る。「なかよく、いっしょにするためのルール」を知らない子どもの話を幾つか聞き、そんなことが起きないために役立つルールを考え、模造紙に書き出す。それを使って、自分たちのクラスの「なかよく、いっしょにするためのルール」を決定する。</p>	<p>授業 3 思いやりと分かち合いのルール</p> <p>ルール作り</p> <p>ジャムとミルクの詩を聞いて、ルールの必要性を理解する。学校のルールの働きを3つ知る。学校で起こりそうな対人関係のトラブルの例について、それは何が問題なのか、そうならないためにはどんなルールがあればよいのかを考えることによって、自分たちの守るべきルールを作る。</p>	<p>授業 3 すみません、～していただけますか？</p> <p>お願いの仕方</p> <p>学校では、どんな時に手助けが必要になるか考える。他の人に助けを求めするための「4つの質問」を知り、ある物語を聞き、その中でそれが使われた箇所を探す。いくつかの状況例の中で、手助けが必要か否かを判断し、必要な時には他の人にていねいなお願いの仕方をロールプレイで発表する。</p>	<p>授業 3 何かをあげて大きくなろう</p> <p>思いやりのある行動</p> <p>やさしい思いやりの気持ちを表す「あげる」方法を短冊に書き、発表しあう。「あげる」4つの種類を知り、短冊を分類し、クラスの「やさしさプレゼントグラフ」を作る。授業後もこのグラフを掲示し、お互いに思いやりの行動をすることによって、このグラフをさらに伸ばしていく。</p>	<p>授業 3 友だちも自分も尊重するためのルール</p> <p>ルール作り</p> <p>資料の「2つの王国の物語」を聞き、ルールがみんなの意見によって作られることの大切さがわかる。2人組で敬意を表するルールを考え、それを発表する。それらを整理して、このクラスの「互いに敬意を表する(尊重しあう)ルール」を作る。</p>	<p>授業 3 やらなければならない仕事</p> <p>仕事の意義と貢献</p> <p>学校のために今まで自分がやった仕事は何かを振り返る。「仕事」を果たすには必要な「スキル」(知識と技能)があることを知る。また仕事を果たす利点には、他の人のためと自分のためになることを構図に表し、気付く。クラスが学校の仕事をするための応募用紙を作成する。</p>
<p>授業 4 幸せなお手伝いさん</p> <p>誰かのために自分ができること 30分</p> <p>Qちゃんの「お手伝いの詩」を聞き、話し合う。毎日しなければならない園での仕事をあげ、誰かのために自分ができることを考え、一覧にする。(最後にこれを発展させ「幸せなお手伝いさんの表」とする)お手伝いの内容を示す演技をして、それを当てる「とまれ」ゲームをして、様々なお手伝いがあることを知る。</p>	<p>授業 4 学校ではたらく人たち</p> <p>自分たちを助けてくれる大人</p> <p>自分の学校で働く人たちの名前とその仕事内容に関するクイズを、子どもたちが解答する。クイズに出なかった人をゲストティーチャーとして迎え、子どもたちがその人たちに質問し、色々なことを教えてもらったり、伝えてもらったりできる機会を持つ。</p>	<p>授業 4 みんなでキルトを作ろう</p> <p>集団活動の遊び</p> <p>今まで、グループで行ったことがある創作活動の経験を振り返り、目標に向かって集団で力を合わせる良さを確認する。クラスみんなで、実際にキルト作りを行い、クラスの仲間としての一体感と達成感を味わう。</p>	<p>授業 4 大事な仕事をしている人々</p> <p>自分たちを助けてくれる大人</p> <p>子どもたちは学校の職員の方の中でインタビューしたい人は誰なのか、その名前とどのような仕事をしている方なのかを発表し、教師が模造紙に書き出す。質問事項を考え、インタビューの仕方を学んだ後、実際にその方をクラスのゲストとして迎え、インタビューを実施する。</p>	<p>授業 4 力をあわせマスク(お面)づくりをしよう</p> <p>集団活動の遊び</p> <p>今まで、協力して行ったグループ活動の経験を振り返り、思いつく言葉を「言葉の地図」(ワードクラスター)に表す。次に、クラスの寸劇などで使うお面を作るために、そのお面の顔を決め、作り方を学ぶ。グループで協力し合って、各自が様々な表情のお面を作成する。</p>	<p>授業 4 何を考えているの？</p> <p>意見の集約と活用</p> <p>運動場を良くするための寄付金を何に使うかについて、みんなの意見をどのように集めるか考える。アンケートの意義は、改善のために使われることを知る。「私たちの学級について感じていること」アンケートに無記名で答え、回収する。再配布し挙手による集計を行い、良いクラスにするための方法を考える。</p>



十代のみんな、思春期へGO!

この単元は、お互いに知り合い、良い雰囲気の学級を作り、思春期に誰もが経験する身体的、知的、社会的、情緒的变化について学習を深める手助けとなる学習内容で構成されている。

単元 - 授業	授業名	授業紹介
1-1	オリエンテーションと名前の学習	りんごの皮むきをナイフとフォークとスプーンで実施し、子どもたちが遭遇すると思われる試練に対し、適切なスキルを選択し、上手に乗り越えることを知る。ライフスキルの授業でどのようなことを学ぶか知る。仲間になるための互いの特徴を知り合う活動をする。
1-2	学級の基本ルールづくり	「されてうれしい行動」と「されていやな行動」をあげさせ、それをもとにグループ活動で居心地の良い学級にするための基本ルール作りを行う。
1-3	相手を傷つける言動、励ます言動	「励ます・ほめる言葉や行動」と「傷つける・けなす言葉や行動」について考え発表し、クラスへの影響を考える。
1-4	自分を知る、仲間を知る (1)	「さあ、集まろうゲーム」や2人組でのインタビューを行い、お互いの特徴を知り合う楽しい活動をする。インタビューで知り得たことをもとに、次時に全体の場で発表する。
1-5	自分を知る、仲間を知る (2)	前時の授業で行ったインタビューで知り得たことを、全体の場で紹介する。
1-6a	自分を知る、仲間を知る (3)	自分らしさを表す物を持参し、全体の場で一人ひとりが発表する。
1-6b	自分を知る、仲間を知る (3)	自分らしさを表す自分のノートのロゴ(サイン)を決め、自分のノートに貼り付ける。それを机の上に置き、全員で見て回る方法で、作品の発表を行う。
1-7	成長発達と心身の変化	思春期と言う言葉から思いつくことをあげ、思春期は身体的、知的、社会的、情緒的变化が著しいことを知る。思春期を経験したゲストをクラスに招待する場合の質問をグループで検討する。
1-8	好ましい価値観は道しるべ	「好ましい価値観」の掲示物を使ってその定義を考え、その価値観を持つことが自分たちの人生にどのように影響するか考える。
1-9	思春期の理解	思春期を経験したゲストをクラスに招待し、1-7の授業で考えた質問をし、思春期の問題や不安への対処の仕方について、経験に基づいたアドバイスを求める。
1-10	目標設定	「効果的な個人目標の4つの条件」を知り、さらに「目標達成のための7つのステップ」を知る。各自あるいはグループで、その使い方を練習する。本来、単元7の授業内容であるが、早期の学習の必要性から、単元1に特設している。
1-②-1	私たちが結ぶ紐	円形に座って、糸端を持って毛糸玉を渡しながら、自己紹介する。1-1の中学2年生バージョン。
1-②-2	協力への鍵	1-2の「学級の基本的なルールづくり」の中学2年生バージョン。
1-③-1	バウンズゲーム	円形になり、やわらかいボールをバウンドさせながら、順に自己紹介をする。1-1の授業の中学3年生バージョン。
1-③-2	権利と責任	1-2の「学級の基本的なルールづくり」の中学3年生バージョン。



本当の自信とコミュニケーションスキルの形成

この単元は、生徒が自他の長所を認識することによって自信を持ち、コミュニケーションスキルを身につけ、責任感を高め、好ましい意志(意思)決定ができるようになるための手助けとなる学習内容で構成されている。

単元 - 授業	授業名	授業紹介
2-1	本当の自信をつける方法	自信を構成する3つの要素を知り、自分のそれは何なのかを探り、仲間からも気付かせてもらう。また、自分の課題を見つけ、努力しようとする。自信と自慢の違いについても触れる。
2-2・3	好ましい経験や能力・技術と自信の形成	これまでの自分の成功体験を振り返り、「成功の年表」を作成し発表することによって、互いにその成功を認め合う。これは、自信を構成する3つの要素のうち、1つ目に関連している。
2-4	聞いている?	教師が悪い聞き方の「非言語的行動」と「言語的行動」のロールプレイを実施し、それを観察し発表する。その後、それらの悪い聞き方をやめるための儀式を行う。人の話を上手に聞くことは、自信を構成する3つの要素のうち、2つ目に関連している。(次時も同様)
2-5	上手な話の聞き方	前時の復習後、教師が行う上手に聞くロールプレイの「非言語的行動」と「言語的行動」を観察し発表する。「聞き上手になるための3つのポイント」を知り、実際に生徒同士で聞き方の練習をし、評価しあう。
2-6	賞賛の気持ちを表現する	人の良い所をほめることは、自信を構成する3つの要素のうち2つ目に関連している。ほめる方法には、「言語的方法」と「非言語的方法」があり、前者は「あいまいな表現」より「具体的な表現」の方が効果的である。背中に貼った紙皿の手形に、互いを賞賛する言葉を書く活動をする。
2-7	責任をもつようになる方法を学ぶ	「責任ある行動」と「無責任な行動」を対比して考え、一覧にする。「無責任な行動」は、自分や周囲にどのような影響をもたらすか考え、「責任ある行動」ができる人になるために、自分たちのすべき方法を知る。これは、自信を構成する3つの要素のうち3つ目に関連している。
2-8	適切な意志決定ができるようになる	「適切な意志(意思)決定のための6つのステップ」を知り、例題で使い方を理解した後、他の状況設定でこのステップを練習する。特に選択肢を「選択のためのチェックポイント」に照らして、1つでも該当することは除くことが重要である。これは、自信を構成する3つの要素のうち3つ目に関連している。