

授業協議会記録

1 研究の視点

- 体験を通して自分のストレス対処方法を見直し振り返るという場面を設定したことが、よりよいストレス対処方法を見いだすことにつながったか。

2 自評

（T 1 仙波 弘行 教諭）

- 準備していた内容と異なる意見が生徒から出たときの対応が、うまくできなかった。
- 生徒は、ストレスの対処方法について、自分はどうか振り返ることができていた。
- 生徒と教師の関わりだけでなく生徒同士のやり取りも取り入れようとしたものの、時間の制約で難しかった。
- ティームティーチングで授業を行う場合、打合せの時間を確保することに課題がある。
- 生徒の意見が多く出て、タイムマネジメントに課題が残った。

（T 2 松岡 小百合 養護教諭）

- 授業では、自分を振り返ることを通して、自分に合った適切なストレス対処の方法を考えることを重視した。人によっても状況によっても適切な対処方法は異なるため、様々なアプローチから自分に合った方法を見付け、実践してほしいと考えている。
- 生徒同士の意見の交流を促進する方法について、仙波教諭と相談して取り組んだが、今日は主に生徒と教員のやり取りだった。教員がどう関われば、生徒間の意見交流を促進できるか、具体的な声掛けや関わり方について知りたい。
- ティームティーチングについて、教諭は主に授業の進行を行い、専門的な知識が必要となる場面では養護教諭が関わるという役割分担で行った。授業の中で、養護教諭はどの程度介入すれば良いか、いつも悩む部分であるので知りたい。

3 質疑応答

- ワークシートについて、単元全体を通して作成したものだと思うが、工夫した点は何か。
- 最初の時間に、ワークシートを配付した。上に「自分で自分の心を元気にできたら、どんな自分になれると思うか。また、どんな自分になりたいか」を記入する欄を設けた。下には、「学んだこととそれをどう今後に生かしていくか」を記入する欄を設けた。これから始まる学習に見通しを持たせ、学びを進める目的や今後どのように学びを生かしていくかを、単元を通して意識させようと工夫した。
- 「どんな自分になりたいか」と、今日の振り返りにはどんな記述があったか。
- どんな自分になりたいかについては、「何事にも前向きに取り組める自分」「新しいことに挑戦できる自分」「周りの人も元気にできる自分」「自分の気持ちを上手にコントロールできる自分」等の記述があった。振り返りには、「ストレスの感じ方や自分に合う対処方法は、人によって違うということが分かった。そのときの状況や自分に合った対処方法を、選んでできるようにしたい」「ストレスは生きている限りあるものだから、自分に合った対処方法を知っておいて、上手に付き合っていきたい」「今まではストレスを感じた時は運動をしていたけれど、できない状況のときもある。今回深呼吸をしてみるととてもすっきりしたので、次からストレスを感じたときにやってみよう」等の記述があった。

4 意見

- 実際に体験をして、自分のストレス対処方法を振り返って見直すことで、生徒一人一人が実感しながらよりよい対処方法について考えることができる。そのため、よりよい対処方法を見いだすために効果的であると考え。今日は時間がなかったが、前に出てみんなの前で深呼吸を実践してもらう機会を作ると、実際に緊張を感じる中で深呼吸をして心身がどう変化するかの実感が深まると考えられる。
- ストレスを感じた心の状態を、丸を囲ませたイラスト、ストレスを矢印で表現しているのが分かりやすかった。さらに、人によって同じストレスでも凹む大きさが違うことを視覚的に示すために、凹みの大きさをいろいろ変えたイラスト等を使用すると良い。
- 教員の体験（困難なことをどう乗り越えたか、ストレスを感じたときどう対処しているか等）を語ることも、より適切にストレスに対処しようという生徒の意欲を高めるだろう。