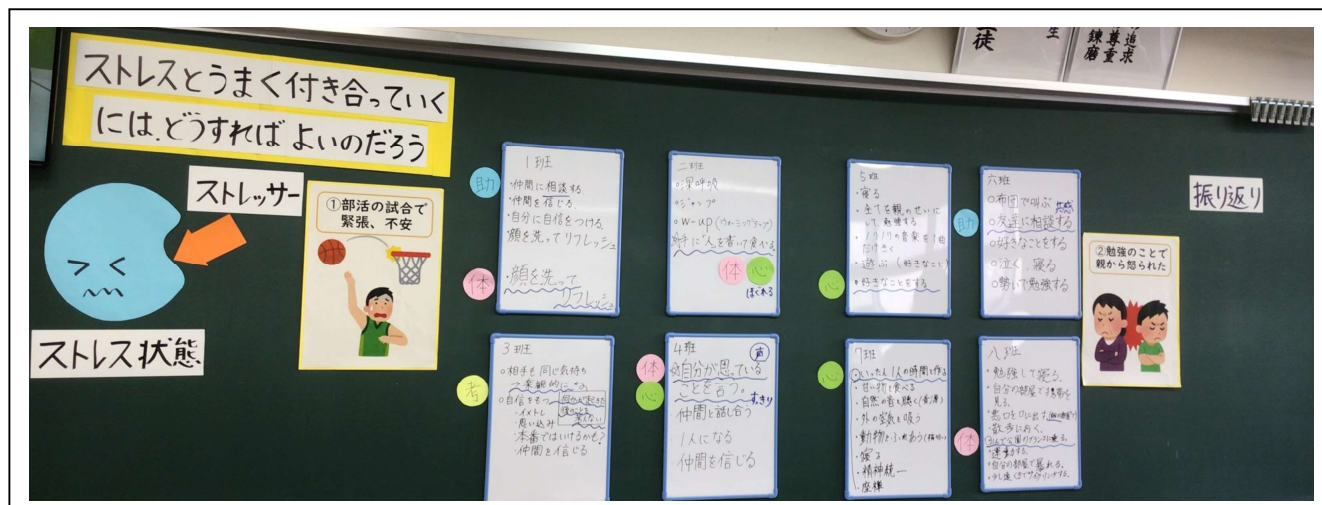


授業の成果と課題

1 授業の実際

(1) 板書



(2) 生徒の学びの実際

- ストレスの感じ方や自分に合う対処方法は、人によって違うことが分かった。自分も周りの人も傷付けない、自分に合った方法を見つけてやっていきたい。
- 状況やストレスの原因によって、対処方法を変えていく必要があることを学んだ。場面に応じて、対処方法を選んでできるようにしたい。
- ストレスには、乗り越えることで自分の心が強くなるという良い面があることを、今日初めて知った。それを、ストレスを感じたときに思い出すことで、前向きに考えられると思う。
- ストレスの対処方法には、体の面からのアプローチや考え方を变えること等、いくつか種類があることが分かった。どれかの方法が合わなくても、また別の方法も試しながら、自分に合った対処方法を見付けたい。
- 今までは親とけんかしたとき、親の悪口を言って発散していた。でも、悪口を言うことで自己嫌悪を感じ、すっきりできなかった。これからは、けんかしそうになったら深呼吸をして落ち着いて、自分の気持ちを冷静に伝えたい。

2 成果（○）と課題（●）

(1) 課題意識を継続させる単元構想

- 実際の生徒の悩みに基づいたパフォーマンス課題を最初に提示することで、課題意識を持って学習に取り組める環境を整えた。何が分かれば悩んでいる友達に声を掛けられるのか、考えながら学習を進めることで、課題意識を継続させるようにした。授業後、パフォーマンス課題のページを開いて、学習内容をメモしている生徒もあり、友達の相談に応えようとする中で知識の定着が図られ、自分に合った対処方法を考えられていると感じた。

- パフォーマンス課題について取り組む本単元の第5時まで、パフォーマンス課題があることを失念していた生徒もいた。前時まで、随時パフォーマンス課題について触れる機会を設ければ良かった。

(2) 実践や体験を通して考える場の設定による、よりよいストレス対処方法の発見と実践

- 今までの自分のストレス対処の方法を見直し振り返らせることで、よりよいストレス対処方法を見いだすことに繋がると考え、授業展開を工夫した。具体的には、深呼吸法や漸進的筋弛緩法を全員で実施したり、グループワークで出た対処方法を種類別に分類して板書したりした。リラクゼーションの実施では、「心も体もすっきりした」「体がほぐれた」など、実施前後での心身の良い変化を感じていた生徒が多くいた。対処方法を種類別に分類して板書したことで、「対処方法にも種類があり、選んだ方法が合わない場合は別の方法を試してみたい」という発言が聞かれた。これらの工夫は、自分に合った対処方法を見いだすことに繋がったと考えられる。
- 多くの生徒が自分の経験を振り返った一方、対処方法を話し合う際、「自分はしたことがない

けれど、この方法があると思う」など、実践を伴わない発言も聞かれた。より自分事として考えられるような工夫が必要である。

(3) 養護教諭の専門性を生かすチームティーチングの工夫

- 学級担任は主に授業の進行，養護教諭はストレスを感じるメカニズムの説明や正しいリラクゼーション方法の実施等を行い，役割分担を明確にして授業を実施した。授業後に養護教諭が授業に参加したことについて生徒に聞くと，「特に大切な部分は，養護の先生が話したのだと思った。聞いておかなければと思った」「一人の先生より二人の先生の授業の方が，意見の交流も多くなってメリハリがあったと思う」とのことであった。養護教諭が授業に参加することで，心の健康についての重要性に気付くきっかけになったと考える。
- ストレス対処の方法について全体で考える場面では，どの程度養護教諭が意見交換に参入すればよいかの判断が難しかった。また，スムーズな授業展開のためには綿密な打合せが必要であるが，その時間の確保にも課題があると感じた。次回は，養護教諭が関わる場面に絞って打合せを行いたい。