

高等学校（1年生）
3月
現実的課題への移行

一人一人の感想や印象を自由に表現する場を作る。それにより、活動全体に対する振り返りを行い、気づいたことを確認し、共有する。また、より現実的な課題について考える機会とする。

活動の実際

<AHA体験> 手のひらボールペン	
準備物	ボールペン（長いものなら何でもよい）
活 動 内 容	支援及び留意点
①両の手のひらを合わせて、親指の付け根にボールペンをはさむ。 ②手のひらをこすり合わせるように回す。 ③ボールペンが両手の内に収まっている。	○実際にやりながら、やり方をまねてもらおう。 ○よく見ると、ボールペン向きが変わっている。
<発展> ○両手の内に収まった人は、元に戻して、両手のひらを合わせてみる。	
<ふりかえりの視点> ○なかなかできない時、どんな行動を起こした？ ○うまくできた時、どんな行動を起こした？	
<比喻（メタファー）> ○「まねる」ということの大切さに気づく。	

ハイ・ロー	
ねらい	お互いの感じ方に共感すること
準備物	なし
活 動 内 容	支援及び留意点
①自分の中での満足したこと、うまくいったこと等（ハイポイント）を思い出す。 ②各自が述べる。 ③落ち込んだことやうまくいかなかったこと等（ローポイント）を思い出す。 ④各自が述べる。	○ふりかえりの方法の一つであり、活動後に行う。 ○よくある反省会にならないように気を付ける。 ○次につながるきっかけとする。 ○お互いにしっかり質問して、理解に努め、内容を深めていく。 ○発言はできるだけ順番を避け、自主的主体的に行う。 ○発言者に次を指名させたり、マスコットを渡していく方法もある。



サンクス

準備物	なし	
活 動 内 容	支援及び留意点	
①活動について、いろいろな場面を思い出す。 ②その中で一人一人に対して感謝したいことを考える。 ③指導者が例示する。 ④初めの1人が全員に対して言っていく。 ⑤1人ずつ順に言っていく。	○学級で1年間の最後に行く。 ○感謝することがすぐ思い浮かぶような学級づくりを心掛ける。 ○他人の自分に対する評価を聞くことによって、自己評価が高まる。 ○10人なら、 $10 \times 9 = 90$ 回の発言となる。	
<発展> ○感謝したいことを紙に書いて渡す。 ○1人の人にスポットをあて、その人に対して他の全員が感謝したいことを言う。		
<ねらい> ○他者の指摘によって、自分のいい所を見つけること。		



ふりかえり

準備物	玉、箱	
活 動 内 容	支援及び留意点	
①1人1人が、1年の初めに学級がうまくいくために必要だと感じたことを再確認する。 ②箱を回し、1人が1つずつ玉を取っていく。 ③今後大切にしたいことを言いながら、玉を箱に入れていく。 ④言い終わったら、次に回す。 ⑤全員が終了したら、再び箱を回す。	○目標づくりやルールづくりで作った物を見ながら、思い出す。 ○玉はボールでも、木の実でも、ビー玉でもよい。箱の大きさも自由。 ○「共有する」ための作業である。	
<発展> ○箱をそれぞれの両足を使って回す。 ○箱をそれぞれの片足を使って回す。		
<ねらい> ○この1年間で達成できたこととできなかったことをふりかえり、これからの自分の生活に生かしていく。		



現実課題検討

課題解決活動を通して得られたことをどう日常生活に生かしていくかを話し合う。また、現実存在する課題を取り上げ、その解決方法を検討し、来年度の方向性を探る。