

「信頼関係・人間関係づくり」の手法を取り入れたカリキュラム

—安心して学べる仲間づくりを目指して—

高知市立三里小学校 教 諭 田中 美津子
高知県心の教育センター 指導主事 橋本 万里子

「信頼関係・人間関係づくり」の手法として、心の冒険教育、プロジェクトアドベンチャー、構成的グループ・エンカウンター等の理論・実践を学び、学級経営に生かせるよう研究を進めてきた。これらの手法を取り入れた授業を、在籍校を中心に子どもたちの実態に合わせながら、活動やねらいを設定し実践した。その結果を基に、人間関係づくりのためのカリキュラム案（2・5年生）を作成した。人間関係づくりの手法を教科・各領域の中に取り入れ計画し、誰でもが日常的に活用できるようアクティビティ集（活動集）・ふりかえりカードも作成した。仲間づくりの資料として、学級経営に生かせるよう提案したい。

キーワード：人間関係づくり、カリキュラム、ふりかえりカード、アクティビティ集

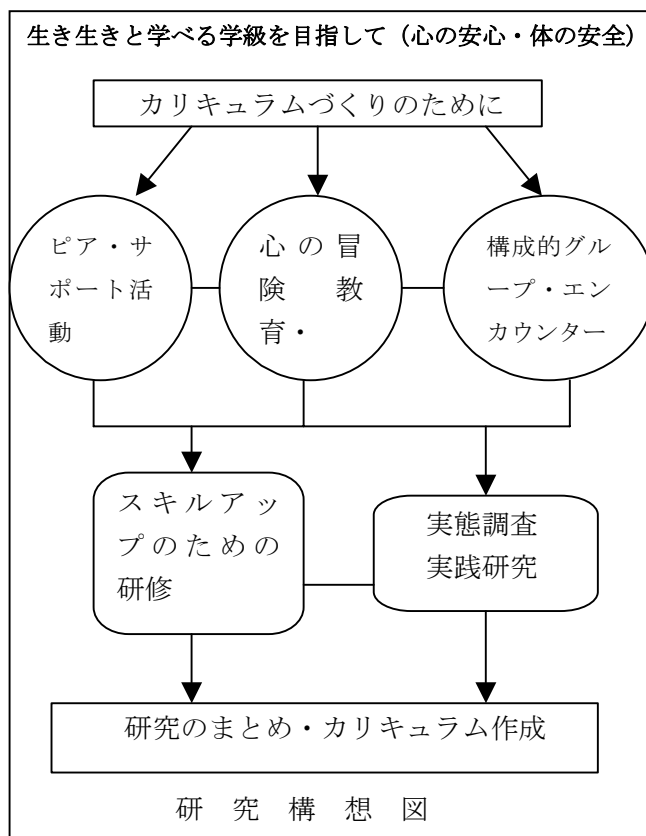
1 はじめに

子どもたちは、学校や地域の中で様々な人と出会い、かかわる中で育っていく。しかし、近年社会環境の急激な変化の中、子どもたちは人や社会、自然とかかわって生きる生活体験が減少し、コミュニケーション力やソーシャルスキルの低下が危惧されている。そして、様々な生活環境の中で育った子どもたちの、友達同士のかかわり方も一様でない。今までかかわった子どもたちの中にも、友達同士の問題解決の過程で自己表現することが上手くできず、トラブルになる子どもも少なくなかった。そこで、学級経営に人間関係づくりの手法として、心の冒険教育、構成的グループ・エンカウンターの活動を定期的に取り入れ、子どもたちのコミュニケーション力やソーシャルスキルを高め、居心地のよい学級集団を目指したいと考えた。そのためには、日ごろの学級経営や教科学習の中に、様々な人間関係づくりの手法を取り入れ、実践していくことが有効であると考えた。

そこで、どの学年のいつの時期にどんな活動を取り入れたら効果的か、実践研究を重ね検証し、その結果を基にカリキュラムづくりに取り組んだ。

2 研究目的

- (1) 学級経営に人間関係づくりの理論と手法を取り入れることによって、教師と子ども、子どもと子どものかかわりに信頼関係が生まれることにより、居心地の良い学級集団をつくる。
- (2) 児童の実態に合わせた実践研究を重ね、検証授業結果をもとに日常的に活用できるカリキュラムを作成する。



3 研究内容

(1) カリキュラムづくり

(2) 基礎研究

人間関係づくりの研究として以下の3つの手法について文献を研究した。

① 心の冒険教育、プロジェクトアドベンチャー（P A）

② 構成的グループ・エンカウンター（S G E）

③ ピア・サポート活動

(3) 研修会

次のような研修会や授業に参加・参観しスキルアップのための研修を深めた。

月 日	研 修 名	研 修 内 容
4月6日	構成的グループ・エンカウンター研修会	S G E
4月12日	心の冒険教育研修会	心の冒険教育
5月10日	日高中学校1年生（集団づくり・仲間づくり）校内研修会	心の冒険教育・P A
5月28日	心の冒険教育体験会（初級）	心の冒険教育
7月23～25日	教育カウンセラー養成講座	S G E
8月2～4日	心の冒険教育講座Ⅰ	心の冒険教育
8月8～12日	心の冒険教育指導者研究会	心の冒険教育
8月22日	エンカウターのリーダーとしてのあり方	S G E
8月24～26日	心の冒険教育講座Ⅱ	心の冒険教育
10月4日	蓮池小学校	心の冒険教育
10月29日	心の冒険教育体験会（初級）	心の冒険教育
11月2日	拳の川小学校5年生・教職員研修会	S G E
11月12, 13日	P A J 10周年記念シンポジウム	P A
12月16日	川内小学校 わくわく心の冒険教育児童生徒体験会	心の冒険教育
1月18日	城山高校 心の冒険教育体験授業	心の冒険教育
1月26日	国府小学校 わくわく心の冒険教育児童生徒体験会	心の冒険教育

(4) 実態調査

- ・ 楽しい学校生活を送るためのアンケートQ-U

A小学校（5年生 6月・12月） B小学校（3年生 6月・11月）

(5) 実践研究 12回（教材の研究・準備・分析・考察）、検証授業 2回

全14時間

A小学校 2年生	A小学校 5年生	B小学校 3年生
6月24日（金） 心の冒険教育	10月18日（火） 心の冒険教育	10月24日（月） 心の冒険教育
11月9日（水） 心の冒険教育	11月9日（水） 心の冒険教育	11月7日（月） 心の冒険教育
12月8日（木） S G E （検証）	12月1日（木） 心の冒険教育 （検証）	11月24日（木） S G E

① 実践研究にあたり児童の実態調査「楽しい学校生活を送るためのアンケートQ-U」を活用し学級の子どもたちの様子を分析・考察した。また、担任からの聞き取りも行った。

Q-Uアンケートは、「いごこちのよいクラスにするためのアンケート」、「やる気のあるクラスをつくるためのアンケート」の2つからなる。

今回の実践研究には、「いごこちのよいクラスにするためのアンケート」結果を基に児童の実態を客観的に把握し、活動を計画した。

ア Q-Uから見た学級の特徴

担任から見た児童の実態

(A小学校 5年生)

- ・ 一見まとまった学級に見えるが、その反面児童一人一人が、自分の個性や自己表現をすることが、苦手な学級。
- ・ 児童間の人間関係の形成が不十分で、特に男子集団の人間関係が難しくみんなで協力して何かをやるという意欲に欠ける。

(B小学校 3年生)

- ・ 児童一人一人が自分の個性や自己表現をするのが苦手。
- ・ 児童たちの活動意欲は高いが、児童間の友達関係が稀薄で、トラブルになることもある。
- ・ 児童が集団として生活していくための、基本的な学級のルールが確立していない。

(A小学校 2年生)

- ・ クラス替えで学級に対し、不安と希望で落ち着かない。
- ・ 学級集団としては弱く、個々の対応を求める児童が多い。

児童一人一人が自分の個性や自己表現をする機会が少なく、人間関係の形成も未熟である。

イ 育てたい力と活動のねらい

	A小学校 2年生	A小学校 5年生	B小学校 3年生
育てたい力	・ 自己理解・他者理解 ・ グループ活動	・ 自己理解・他者理解 ・ コミュニケーション能力	・ 自己理解・他者理解 ・ ルール確立
活動のねらい	・ 友達と仲良くし互いの良さを見つける。 ・ みんなが1つになる。 ・ 安全に気をつけながら、楽しくゲームをする。	・ 体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・ 体験活動を通して仲間とかかわる楽しさを知り、互いの良さに気づく。 ・ 安全に配慮し、協力して活動する。	・ 友達と集団で遊ぶ楽しさを知る。 ・ 自分や友達のがんばり、良さに気づく。 ・ ルールを守り互いに協力して、ゲームをする。

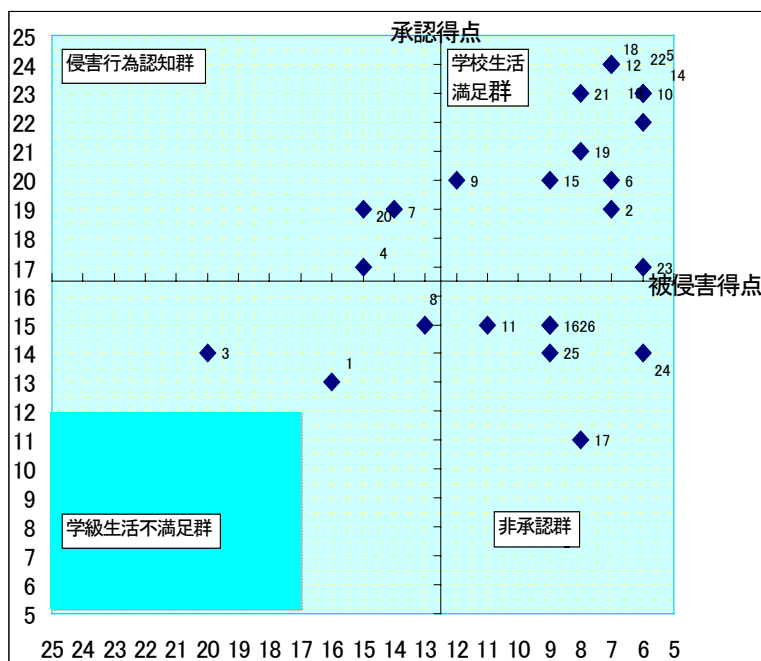


図1 学級生活満足度尺度 (6月)

	1学期
学校生活満足群	20%
侵害行為認知群	24%
非承認群	30%
学校生活不満足群	26%

図2 学級生活満足度尺度の割合

ウ 人間関係づくりを取り入れた実践研究実施一覧

A小学校

日 時	クラス	「人間関係づくり」のねらい	主な活動
6月24日（金） 実践研究（PA）	2の1 2の2	・みんなが1つになる。 ・友達にやさしくかかわる。	キャッチ インパルス はちくまピカチュー パイプライン
11月9日（水） 実践研究（PA）	2の2	・体験活動を通して仲間と関わる楽しさを知り、互いの良さに気づく。	アドジャン おさるとバナナ フープ知恵の輪
12月8日（木） 検証授業（SGE）	2の1 2の2	・集団遊びの楽しさを知る。 友達の良さを見つけ発表し、受け入れられる喜びを味わう。	クリスマス ツリー 新聞パズル いいとこさがし
10月18日（火） 10月19日（水） 実践研究（PA）	5の1 5の2	・体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 運動を通して仲間と関わる楽しさを知り、互いの良さに気づく。	ビート おおかみから 守れ パイプライン
11月9日（水） 実践研究（PA）	5の2 5の1	・体験活動を通して仲間と関わる楽しさを知り、互いを認め自分の良さに気づく。	ワムサムサム エルボータグ ジャグリング
11月29日（火） 実践研究 （PA）	5の1	・運動を通して自分や仲間にとって、心地のよい活動状態に気づく。 ・安全に配慮し、協力して活動する。	ラッキー7 チェンジアップ 風船列車
12月1日（木） 検証授業 （PA）	5の2	・運動を通して自分や仲間にとって、心地のよい活動状態に気づく。 ・安全に配慮し、協力して活動する。	ラッキー7 チェンジアップ 風船列車

B小学校

10月24日（月） 実践研究（PA）	3の1	・自分のがんばりや友達のがんばり、良さに気づく。	インパルス 手つなぎオニ フープリレー
11月7日（月） 実践研究（PA）	3の1	・ルールを守り互いに協力してゲームをする。	ラッキー7 エブリボディー アップ チキンベース ボール
11月24日（木） 実践研究 （SGE）	3の1	・友達と集団で遊ぶ楽しさを味わい、雰囲気づくりをする。 ・友達の考えを認め、協力して1枚の絵を仕上げる。	ジャンケン列車 スクイグル （へんしん ライン）

★ 主な活動の中には、子どものたちの様子を見ながらふりかえりをする。授業後もふりかえりをする。

第2学年学級活動（仲間づくり）学習指導略案

12月8日（木） 5校時（学年集会室）

1 エクササイズ名 「クリスマスツリー」・「いいとこさがし」

2 ねらい

- 集団遊びの楽しさを知る。
- 友達の良さを見つけ発表し、受け入れられる喜びを味わう。

3 準備物

新聞紙、いいとこさがしカード、ふりかえりカード

4 展 開

	活 動 内 容	○ 支 援 と ◎ 留意点 ・評価
導 入	○ ウォーミングアップ ・ 3組のグループをつくる。 ・ 生まれ月ごとに分かれる。	○ 分からない児童がいないように、声がけをしながらグループ分けをする。 ◎ 1グループ8、9人にする。
展 開	○ エクササイズ（1） 「クリスマスツリー」 ・ 新聞紙の上にグループごとに乗って行く。最後の1人が乗るまでがまんしている。 ・ 降りるときも1人ずつ順番に下りる。 ○ エクササイズ（2） 「いいとこさがし」 ・ 円になって座る。 ・ カードを見ながら一人ずつ、友達のいいところについて発表する。	○ ルールを説明する。 ◎ 新聞紙の上に1人ずつ順番に乗っていく。 ◎ 最後の1人が乗って、10秒間みんなで支え合う。 ◎ 声をかけ合って互いに励ましあう。 ・ グループで協力し合って、乗っているか ◎ 友達のいいところをたくさん見つけられるように、2日ぐらい前に「いいところさがし」カードを渡しておく。 ・ 大きな声で発表できたか
ま と め	○ シェアリング ・ 感じたことを発表する。 ・ 友達にいいところを言ってもらって、どんな気持ちか。 ・ 友達のいいところを言って、どんな気持ちか。 ・ ふりかえりカードを書く。	◎ 話し合いができるように、近くの人5～6人で話し合わせる。 ・ 自分の思いや感じたことが書けているか

授業後の感想

本時の授業は、学期末でもあったので、エンカウンターの手法を使って活動した。「いいとこさがし」は、事前には書き込み用のカードを渡しておき、全員が発表してもらえるよう担任と話し合い配慮した。発表が始まるとだんだん円の大きさが小さくなって、次は誰の「いいとこ」発表かなと目をきらきらさせながら友達の発表を聞いていた。ふりかえりカードでも、「自分のいいところを発表されて、はずかしかったけれどもうれしい。」「今の気持ちはとってもいい気持ち。」などの感想があり、自己肯定感が高まり時期的に子どもたちにとって、効果のある手法だと捉えることができた。

検証授業後・ふりかえりカード

2年

集計

1. 活動が終わった今の気持ちは、どれですか？（1ばん近い顔をぬってください。）



23人

2人

2. 友達となかよく・協力できましたか。



21人

4人

3. やくそくがまもれましたか。



21人

4人

4. 田中先生と勉強して楽しかったですか。



25人



写真1 「クリスマスツリー」

ふりかえりカード

二年二組（ ）

1. 活動が終わった今の気持ちは、どれですか？（1ばん近い顔をぬってください。）



2. 友達となかよく・協力できましたか。



3. やくそくがまもれましたか。



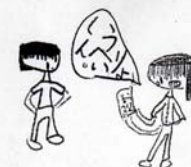
4. 田中先生と勉強して楽しかったですか。



5. 今日の活動で、1番心に残っていることを、絵で書いてください。

6. 「いいところさがし」で友達のことを
いってあげたり、いってもらってどんな
気持ちになりましたか。

ちょっとはすかしから
たけとこまど
てもうれいです。



「いいところさがし」で友達のことをいってあげたり、いってもらってどんな気持ちになりましたか。

- ・いってあげるときは、ちょっとドキドキしたけど、いってもらったときは、うれしかった。
- ・ドキドキしたけど自分で読んでよかった。みんなもがんばって読めたのでよかったです。
- ・読むとき、きんちょうしました。今はいい気持ちです。

「インパルス」

「アドジャン」

「新聞パズル」

ふりかえりカード

2ねん（ ）

1. いまのきもち、どれですか？（1ばん近い顔をぬってください。）



2. みんなとなかよくできましたか。



3. やくそくやルールがまもれましたか。



4. きょうのかつどうで、1ばん心にのこっていることを、えや文で書いてください。

みんながたきょうとうして
10びょうで、ぐきなかって
ラストでできたこと



ふりかえりカード

2ねん2くみ（ ）

1. かつどうをはじめる前の気持ちは、どれでしたか？
（1ばん近い顔をぬってください。）



2. かつどうが終わった今の気持ちは、どれですか？



3. みんなとなかよくできましたか。

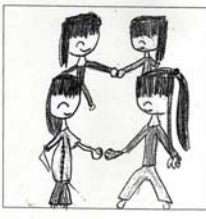


4. やくそくやルールがまもれましたか。



5. きょうのかつどうで、1ばん心にのこっていることを、絵や文で書いてください。
（ともだちのいいところを見つけた人は、かいてください。）

わたしは、11
ろんなゲーム
をしました。わ
たしがたのしか
たことは、さい
しょのあひこ
じんのたの
しかったで。



ふりかえりカード

2ねん1くみ（ ）

1. いまのきもち、どれですか？（1ばん近い顔をぬってください。）



2. みんなとなかよくできましたか。



3. やくそくやルールがまもれましたか。



4. きょうのかつどうで、1ばん心にのこっていることを、えや文で書いてください。
（ともだちのいいところを見つけた人は、かいてください。）

新聞パズルでかきな、た
ところが一ばんうれしかった。
こんども、やりたいな。



第5学年体育科（体づくり運動）学習指導略案

12月1日（木） 6校時 （体育館）

- 1 アクティビティ名 「ラッキー7」「チェンジアップ」「風船列車」
- 2 目 標
 - 運動を通して自分や仲間にとって、心地のよい活動状態であることに気づく。
 - 安全に配慮し、協力して活動する。
- 3 準備物
 - 風船・ふりかえりカード
- 4 展 開

活 動 内 容	○支 援 と◎留 意 点 ・評価
1 本時の目標を知る ○ 運動を通して自分や仲間にとって、心地のよい活動状態に気づく。 ○ 安全に配慮し協力して活動する。	◎ 活動を楽しむだけで終わらないように、目標を知らせる。
2 アイスブレーキング（身体、心ほぐし）の活動 ・ ラッキー7 （2人組でジャンケンをして足して7にする。） ・ ふりかえり ・ チェンジアップ （グループ分け） （トランプのマークごとに小さい数字から順に並ぶ。）	◎ 子どもと支援者間の緊張を解くために、簡単な活動から始める。 ○ ルール説明をする。 ジャンケンには1～5の数を出す。 「ラッキー7」と言いながらジャンケンする。 ・ 笑顔がみられるか ・ 声を掛け合っているか ・ 積極的に相手を見つけているか ジャンケンして気づいたことを聞く。
3 イニシアティブ（課題解決）の活動 ・ 風船列車 （4組に分かれる） （前の人と自分との間に自分の風船をはさむ。）	○ ルール説明をする。 前の人や風船に触れることはできない。 先頭の人や風船は誰かが自分の風船と2個はさむ。 ・ 声をかけ合っているか ・ 仲間の声が聞こえているか ・ 協力できているか
4 ディブリーフィング（ふりかえり） ・ 感じたことや思ったことを話す。 ・ ふりかえりカードに書く。	○ 活動を思い出させながら、感じたこと思ったことを発表したりカードに書くようにする。

授業後の感想

風船を挟み、各グループで決めたゴールに進んでいく「風船列車」では、「1・2、1・2」のかけ声もよく出ていた。子どもたちのふりかえりやカードの感想も、「友達の声をよく聞いて先頭に伝えた。テンポ、体の動きをみんなに合わせた。」など学習目標を達成できる感想が多く書かれていた。

検証授業後・ふりかえりカード

5年

集計

1. 自分とみんなを大切にし、楽しく活動できましたか。



2. ルールを守って一生懸命取り組みましたか。



3. 安全に気をつけて活動できましたか。



4. 自分の考えや行動が積極的にできましたか。



5. 風船列車について



写真2 「風船列車」

ふりかえりカード

5年

組

()

1. 自分とみんなを大切にし、楽しく活動できましたか。



2. ルールを守って一生懸命取り組みましたか。



3. 安全に気をつけて活動できましたか。



4. 自分の考えや行動が積極的にできましたか。



5. 風船列車について

あなたは、どんなことに気をつけましたか。	前の人に重みさを合わせて風船をおとさないようにした。
グループの中からどんな声が聞こえてきましたか。	ゆっくりいざよとがゆっくり歩、休ませよう。
友達の声聞いて、あなたはどんなことができましたか。	友達の言うことに合わせて歩、ゆっくり歩いた。

「風船列車」からの感想

- ・ 割れないように、すごく気をつけた。声も始めからかけようと思った。
- ・ 風船がすぐ落ちないように、われるまえすんぜんまでつめる。
- ・ 「1、2、1、2」と、みんながいっせいに大きな声で言った。
- ・ 「ワンツー、ワンツー」と言う声や「がんばれ」と言う声が出ていた。
- ・ 一緒に大きな声を出して、落ちたときにも「どんまい」とか言った。

「ジャグリング」

「おおかみから守れ」

「パイプライン」

ふりかえりカード

5年 2組 ()

1. 今日の活動をふりかえり、一番自分の気持ちに近い顔を選んでください。



ばっちり



ふつう



イマイチ

2. 自分とみんなを大切にし、楽しく活動できましたか。



3. ルールを守って一生懸命取り組みましたか。



4. 安全に気をつけて活動できましたか。



5. 自分の考えを積極的に言えましたか。



6. 今日の活動を通して感じたことを自由に書いてください。(友達のがんばり等)

友達のがんばりは、協力していた所せ、ふたん、あまり遊ばない人にやさしくしていた人せ、ボールをおとしても、だれもせめたりしてなかったのが良かったです。

ふりかえりカード

5年 1組 ()

1. 活動を始める前の気持ちはどうでしたか？(顔に○をつけて下さい。)



2. 自分とみんなを大切にし、楽しく活動できましたか。



3. ルールを守って一生懸命取り組みましたか。



4. 安全に気をつけて活動できましたか。



5. 自分の考えを積極的に言えましたか。



6. 今日の活動を通して気づいたことを自由に書いてください。(特に友達のがんばりや自分のがんばり・何が楽しかったか、よかった点)

友達やケルがその親の時、必死で赤ちゃんを育てていたすがたを見てすごい協力して赤ちゃんを育てているんだなあとちょっと感動していました。ケルの時はみんなが協力してたからこころしいんだなと思いました。

ふりかえりカード

5年 2組 ()

1. 活動を始める前の気持ちはどうでしたか？(顔に○をつけて下さい。)



2. 自分とみんなを大切にし、楽しく活動できましたか。



3. ルールを守って一生懸命取り組みましたか。



4. 安全に気をつけて活動できましたか。



5. 自分の考えを積極的に言えましたか。



6. 今日の活動を通して気づいたことを自由に書いてください。(特に友達のがんばりや自分のがんばり・何が楽しかったか、よかった点)

私は最後に竹で玉をつなげて行くゲームが良かったです。先生も言っていたけど、最初の方はゆくりなく、じつに玉を運ぶ事ができたけど、最後の方はあせって、何回も落とすといっていました。でもみんなが「ゆくりん」「あせらず」と声をかけてくれました。すると、私もみんなも「おつかいどう」とか言ったりしました。なので最後まで、玉を運べたと思います。協力もできたし楽しかったです。

第3学年学級活動（仲間づくり）学習指導略案

11月24日(木) 5校時（教室）

1 エクササイズ名 「ジャンケン列車」 「スクイグル・へんしんライン」

2 ねらい

○ 友達と集団で遊ぶ楽しさを味わい、雰囲気づくりをする。

○ 友達の考えを認め、協力して1枚の絵を仕上げる。

3 準備物

画用紙・クレヨン・ふりかえりカード

4 展開

	活 動 内 容	○支援と◎留意点 ☆気づき
導 入	○ ウォーミングアップ ○ エクササイズ（1） 「ジャンケン列車」 ・ 2人組でじゃんけんをする。 ・ 負けた人が勝った人の後ろにつながる。	○ ルールを説明し、ジャンケンで楽しい雰囲気づくりをする。 ○ よりたくさんの友達とふれあうようにする。 ◎ 勝ち負けは関係ないことを確認する。 ☆ 勝った人・列車になった人の今の気持ち。
展 開	○ エクササイズ（2） 「スクイグル・へんしんライン」 ・ 2人組で、1枚の画用紙にクレヨンで、グルグルと好きなように線を描いていく。（黒色） ・ 何かの形に見えたものに色を塗っていく。 ・ 何が見えたか、みんなに発表する。	◎ 画用紙いっぱい、抵抗なくメチャクチャの線をいれていくが、塗りつぶさないように確認する。 ◎ 友達が見えた形は、すべて認めていくようにする。
ま と め	○ シェアリング ・ ふりかえりカードを書く。 ・ 描いているとき、どんな気持ちがしたか。 ・ できあがった絵を見て、思ったこと、感じたこと。	○ 2人組で話し合わせる。 ○ お互いに、思ったこと、感じたことが言えるように声がけをしていく。

授業後の感想

「へんしんライン」は共同絵画で2人組の活動である。体育館での活動と場所が違ったので、子どもたちは活動に興味深かった。「へんしんライン」は、絵の上手・下手に関わらず誰でもが楽しめるエクササイズである。子どもたちは、2人組で話し合いながら線の中から、自分が見えたものを形にして色塗りをする。シェアリングも含めて、90分位時間がかかったが自分たちの作品を含め、友達の作品にもとても関心があったため、子どもたちの持続力、集中力で全員発表することができた。

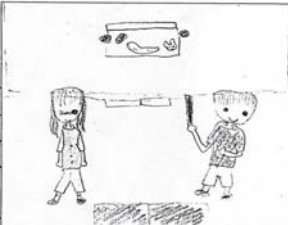
「へんしんライン」からの感想

ふりかえりカード

三年 一組 ()

- 活動が終わった今の気持ちは、どれですか？
(1ばん近い顔をぬってください。)
- 友達となかよく・協力できましたか。
- やくそくがまもれましたか。
- 田中先生と勉強して楽しかったですか。
- 今日の活動で、1番心に残っていることを、絵で書いてください。
- 二人で絵をかいている時の気持ちや
気づいたこと・発見したことをかいて
ね。
(友達のいいところを見つけた人は、書いてください。)

わたしは、おもしろい系会か
できたので、うれしかった。
なあと、よく、きょうがして、かいて
さいごには、こんなえかきでさる
なんて、おもって、いまでも、こころ
えに、かき、おもしろい系会か、できて、
よかったです。



ふりかえりカード

三年 一組 ()

- 活動が終わった今の気持ちは、どれですか？
(1ばん近い顔をぬってください。)
- 友達となかよく・協力できましたか。
- やくそくがまもれましたか。
- 田中先生と勉強して楽しかったですか。
- 今日の活動で、1番心に残っていることを、絵で書いてください。
- 二人で絵をかいている時の気持ちや
気づいたこと・発見したことをかいて
ね。
(友達のいいところを見つけた人は、書いてください。)

わたしはまだみつからないと
きに、○○くんが、いっは、
みつけたくれたのがうれしか
た。あと、今日したへんしんライ
ンはいえにあるものででき
るのでもう、お母さんや、お友
だちとやりたいです。楽しか
たです。



「フープリレー」

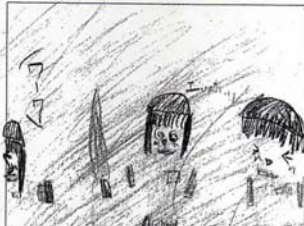
「手つなぎオニ」

ふりかえりカード

3年 1組 ()

- 活動をはじめる前の気持ちは、どれでしたか？
(1ばん近い顔をぬってください。)
- 活動が終わった今の気持ちは、どれですか？
- みんなとなかよくできましたか。
- やくそくやルールが守れましたか。
- 今日の活動で、1番心に残っていることを、絵や文で書いてください。
(友達のいいところを見つけた人は、書いてください。)

大いふ、?という声
もしてはけまして、
た人もいたよ。
頭から入れ!!とポイント
も教えてくれた人
もいました。

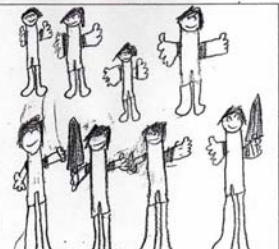


ふりかえりカード

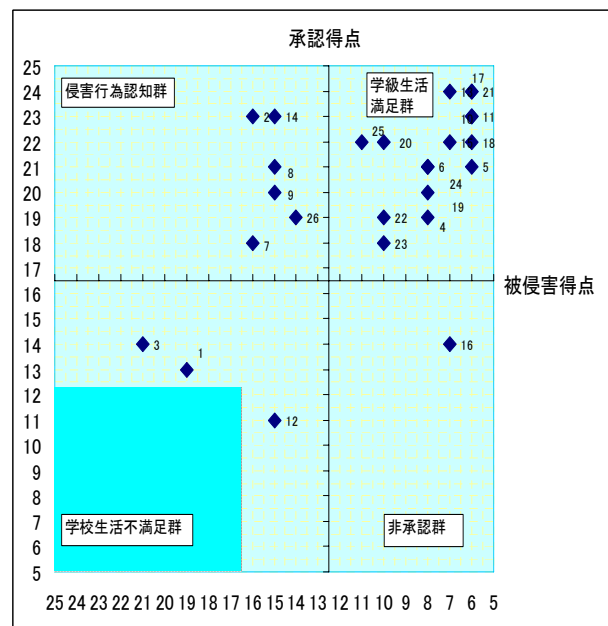
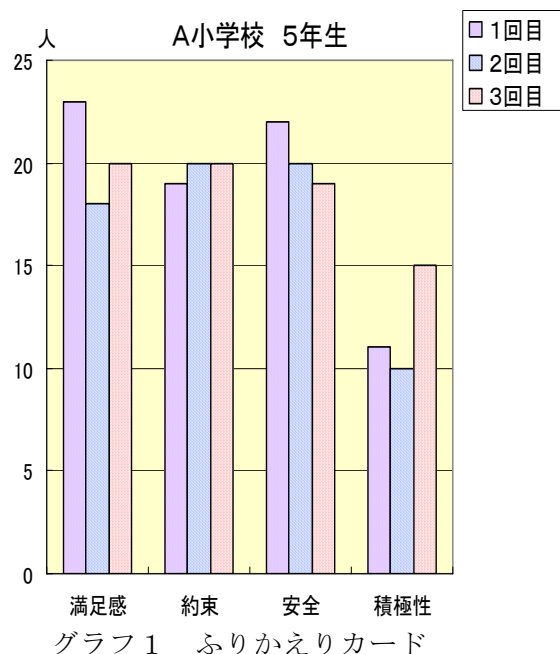
3年 1組 ()

- 活動をはじめる前の気持ちは、どれでしたか？
(1ばん近い顔をぬってください。)
- 活動が終わった今の気持ちは、どれですか？
- みんなとなかよくできましたか。
- やくそくやルールが守れましたか。
- 今日の活動で、1番心に残っていることを、絵や文で書いてください。
(友達のいいところを見つけた人は、書いてください。)

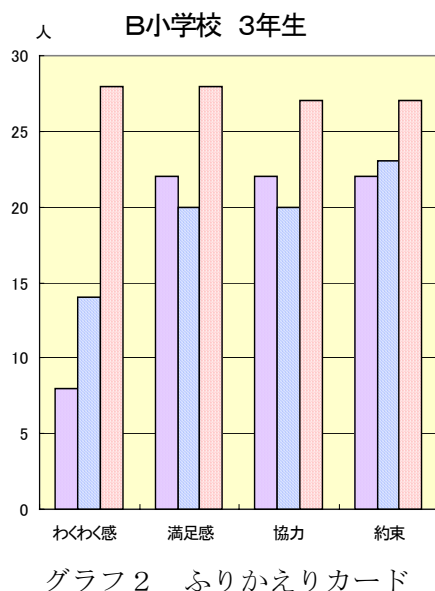
おに、このとき、
くはたち、されて、ほく
かたちしました。それ
から、みんなで、きょう、
いお、ない、ポイント、では、
てくれた人もいました。
わが、を、く、っているとき
は、おに、は、さ、れて、い、お、き



オ Q-Uや授業後のふりかえりカードを分析



A小学校5年生のふりかえりカードを集計すると、授業後の満足感も高いことが分かる。また、4つの項目の内、積極性（自分の考えや行動が積極的にできましたか）が3回目の授業「第5学年体育科（体づくり）」では大きく伸びた。このことから、活動を通して子どもたちの中に何を発言しても否定されないという、安心して学べる環境づくりができてきたのではと捉えることができた。このことは、非承認群が1学期の19%から4%に減少し、学級満足群は58%から62%へと増加した、12月のQ-Uアンケート結果からも、捉えることができる。



	1 学期	2 学期
学級生活満足群	2 0 %	7 0 %
侵害行為認知群	2 4 %	1 7 %
非承認群	3 0 %	1 0 %
学級生活不満足群	2 6 %	3 %

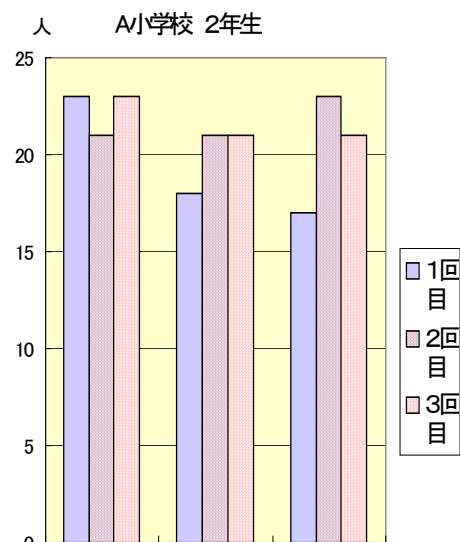
図 5 学級生活満足尺度の割合

B小学校3年生には、心の冒険教育とSGEの2つの手法を取り入れることで、日々全く関係づくりのない学級にも、子どもたちの意欲・関心が高まる有効な手法とすることができた。授業に関して、ほぼ90%以上満足感があり活動に意欲的に取り組んでいると捉えることができる。

また、Q-Uアンケートから1学期と2学期では全ての領域で大きな変化が見られた。この結果から、学級内のルールが確立し仲間づくりができていている学級と捉えることができた。

A小学校2年生は授業の満足感が高く、友達と仲よくルールも守り意欲的に活動していたことが分かる。ふりかえりカードの感想からも、「〇〇の活動が楽しかった。」という自分中心の感想から、誰々ちゃんが助けてくれてうれしかった。」「みなと協力して完成させてうれしかった。」など、活動中友達とかかわって感じた感想が書かれるようになった。

このことから、2年生なりに活動のねらいなどを意識し活動に取り組んでいたのではと捉えることができた。



グラフ3 ふりかえりカード

4 研究のまとめ

(1) 成果

- ① Q-Uのアンケートを活用したことは、子どもたちの実態に合わせた活動を、どの時期に行うのが有効かを知るうえで重要であることが分かった。
- ② 授業後にふりかえりカードを活用するなど、ふりかえりを行うことは適切な活動を設定していくうえで大事なポイントであった。
- ③ 何よりも特別活動や道徳、各教科のねらいをおさえておくことが重要であった。

例えば資料1に示した2年生「人間関係づくり」年間カリキュラムの中で、2学期中期の体育科目標が「友達と仲良くし互いの良さを見つけ、楽しくゲームをする」であることから、心の冒険教育の中から、「男女仲良く安全に気をつけて活動する」をねらいとする活動を選んだ。中でも「おさるとバナナ」「手つなぎオニ」などは、普段子どもたちがやっているおにごっこに、少しバリエーションを加えたもので子どもたちの反応もよく、体育科の目標と心の冒険教育のねらいが一致したとてもよい教材になった。また、2学期末の学級活動目標が「望ましい人間関係の育成」であることから、構成的グループ・エンカウンターの中から「友達の良さを見つけ発表し、受け入れられる喜びを味わう」をねらいとする「いいとこさがし」などの活動をおこなった。

このように、年間カリキュラムの中でどんな活動を設定できるのかを実践研究・検証授業等を行いながら明らかにすることができた。(カリキュラムは資料4、5参照)

(2) 課題

PAJの関智子氏から「アドベンチャーの要素はいつでも・どこにでもあります。目の前にあるカリキュラムにどうアドベンチャー要素を加えられるか。」という課題を与えられた。来年は、作成したカリキュラムを基にいろいろと創造し実践しながら、短時間でも計画的に継続していきたい。そして、検証していくことでさらに活用しやすいカリキュラムにしたい。

5 おわりに

本県において、平成14年度からスタートした第2期土佐の教育改革の6つの大きな柱の中にも、「豊かな心を育む教育の推進」が掲げられ、子どもたちがお互いに助け合う温かな人間関係を育む活動の推進が示されている。

そこで心の教育センターでも、いじめや不登校など、子どもたちの悩みに対応するため、様々な取組をしてきた。特に、予防的な取組として、人間関係づくりを中心とした研修に力を入れてきた。

これまでも構成的グループ・エンカウンター、心の冒険教育、ピア・サポート活動等の人間関係づくりの手法は、「教科学習に生かす視点」や「効果的な学級経営」などの実践研究が行われ、これらの手法を取り入れることで子どもたちの信頼関係・人間関係が深まり、予防的な効果があることが実証されている。心の教育センターでも小・中・高の校種を問わず多くの学校に人間関係づくりを目的

とする研修会に出向き、子どもたちの心の安定が図られたという感想をいただいている。

しかし、導入すれば効果があると言われるこのような手法を、忙しい学校の中でどのように教科、領域の中に位置づけていけばより有効に活用できるのか。ということが研究の課題としてあげられていた。

そこで本研究では小学校に研究授業として入らせてもらいながら、どの時期にどんな活動を取り入れたらよいかを、年間計画の中で実際に検証しながらカリキュラムづくりに取り組んできた。カリキュラム作成にあたっては学級担任と、子どもたちの状態を話し合い連携を密にした。また、楽しい学級生活を送るためのアンケートQ-Uをもとに客観的にクラスの子どもたちの状態を把握することにもつとめた。

また、本研究のまとめとしてカリキュラム冊子を作成した。その中の年間カリキュラムは実践に入らせていただいた小学校の年間行事の中で考えたものであるが、このカリキュラムを参考にして、それぞれの学校に合った形で活用していただきたいと考える。日常的に活用できるカリキュラムになればという思いから、次のような項目で冊子の作成にあたった。

- ① 心の冒険教育とは、構成的グループ・エンカウンターとは
- ② 「人間関係づくり」年間カリキュラム
- ③ アクティビティ（活動）の目的、アクティビティ（活動）、短時間でできるアクティビティ（活動）
- ④ ふりかえりカード

この冊子が多くの先生方に活用して頂けることを願っている。

<参考文献・資料>

宮地暁男/森浩二：『豊かな人間関係を育む学校づくり ―心の冒険教育の導入―』

（平成 14 年度 高知県教育センター紀要 第 39 号別冊 2 号）

プロジェクトアドベンチャージャパン：『グループのちからを生かす』（2005 年 みくに出版）

ウィリアム・J・クレイドラー/リサ・ファーロン：『対立がちからに』（2001 年 みくに出版）

國分康孝・國分久子：『構成的グループエンカウンター事典』（2004 年 図書文化）

國分康孝：『エンカウンターで学級が変わる（小学校編）』（1996 年 11 月 10 日）

國分康孝：『エンカウンターで学級が変わる Part 2（小学校編）』（2004 年 8 月 30 日）

文部省：『小学校学習指導要領解説 特別活動編、道徳編、体育編』（平成 11 年 5 月）

河村茂雄：『たのしい学校生活を送るためのアンケート実施・解釈ハンドブック』

（平成 17 年 5 月 20 日 図書文化）

2 年 生 「 人 間 関 係 づ ぐ り 」 年 間 カ リ キ ュ ラ ム

※活動 ・心の冒険教育 ・構成的グループ・エンカウンター(SGE)

◎「人間関係づくり」の流れ・行事	・特別活動 ★ 目標 ☆ ねらい	・教科 ・道徳 ★ 目標 ☆ ねらい
◎ リレーションづくり ◎ 友人の輪を広げる ・始業式 ◎ 友達と仲良く遊ぶ ◎ 友達のいろいろなことを知る ・遠足 ・運動会 ◎ 1学期をふりかえる ・終業式	・学級活動 ★ 望ましい人間関係の育成 (2) - (ウ) ☆ 新しい友達、先生とのふれあい ・ジャンケン列車 あいさつゲーム (30分) ☆ 学級目標を決める ・ピーニング (45分) ☆ 自分と同じ考えや違う友達がいることを知り、互いを認め合う ・四つの窓 (30分) ☆ 自己肯定感、自尊感情を高める ・あなたの〇〇が好きです がんばり賞あげよう (45分)	・道徳 2の(3) ★ 信頼友情 ・心の冒険教育 ☆ 友達にやさしく関わる ☆ みんなが1つになる ・ギャッチ インパルス はちくまどカチュー パイプライン ふりかえり (45分) ・体育 ★ ルールを守り、仲良くゲームをする ・心の冒険教育 ☆ 仲良くみんなで楽しむ ・進化ジャンケン 手つなぎおに ビート ふりかえり (45分) ・国語 ★ 漢字合わせをする ☆ 友達と協力して活動する ・クッキーデート (30分)
◎ 自分の良さ、友達の良さを見つける ・始業式 ・遠足 ◎ グループ活動ができる ・夢ひろば ・音楽・学習発表 ◎ 2学期をふりかえる ・終業式	・学級活動 ★ 望ましい人間関係の育成 (2) - (ウ) ☆ リレーションづくり ・聖徳太子ゲーム フルーツバスケット (45分) ☆ 仲良くみんなで楽しむ ・チェンジ3 ミラーストレッツ (45分) ☆ 友達の良さを見つけ発表し、受け入れられる喜びを味わう ・いいとこさがし シェアリング (45分) ・パチパチカード (45分)	・体育 ★ やさしいルール遊び方を身に付け、みんなで楽しくゲームをする ☆ ルールを守って楽しく遊ぶことの大切さを知る ・カムオン 王様ドッジボール (45分) ・体育 ★ 友達と仲良くし互いの良さを見つけ、楽しくゲームをする ・心の冒険教育 ☆ 男女仲良く安全に気をつけて活動する ・アドジャン おきるとバナナ フープ知恵の輪 ふりかえり (45分) ・国語 ★ ことば合わせゲームをする ☆ 友達と仲良く楽しむ ・クッキーデート (30分)
◎ 互いのかかわり合いの中で、成長してきた自分をふりかえり、自己肯定する ・始業式 ◎ 進級への喜びと 自覚、めあてをもって1年間のまとめをする ・修了式	・学級活動 ★ 望ましい人間関係の育成 (2) - (ウ) ☆ リレーションづくり ・質問ジャンケン ジャンケン列車 (45分) ☆ ルールを理解し、楽しく活動する ・3つのポーズ エルボータグ (45分) ☆ 自尊感情や自己肯定感を高める ・がんばったことベスト5 ほめほめ賞 (45分)	・国語 ★ 思い浮かんだものを絵にし、友達と見せ合って話し合う ☆ 互いに感じたものを認め合う ・へんしんライン (共同絵画) シェアリング (45分) ・体育 ★ 用具の動きに合わせて自分の体をいろいろな形に動かして、楽しく遊ぶことができる ・心の冒険教育 ☆ ルールを守り、男女仲よく活動する ・コントローラーロボット 大なわぐり (45分) ・音楽 ★ 簡単な音符をつかって、リズム打ちができる ☆ リズムの聴取と表現を楽しみながら、表現能力を育てる ・リズムリレー (20分)

	◎「人間関係づくり」の進め・行事	・特別活動 ★ 目標 ・活動 ☆ ねらい	・教科 ・道徳 ★目標 ・活動 ☆ ねらい
1学期	◎ リレーションづくり 友人の輪を広げる ・始業式	★ 望ましい人間関係の育成 (2) - (ウ) ☆ 新しい友達、先生とのふれあい ・自己紹介ゲーム 質問ジャンケン (30分) ・心の冒険教育 ・ネーミング (10分)	・体育 ★ 体への気づき、体の調整、仲間との交流 ☆ 協力し楽しんで活動する ・ピート フェンシング (15分) ・体育 ★ 体の柔らかさ、力強い動き及び動きを継続する能力を高める ☆ 目標や課題に向かって協力する ・キャッチ HAVE, YOU, EVER 地味を教え ふりかえり (45分) ・道徳 2- (3) ★ 信頼友情 ☆ 思いやりや信頼感を味わう 信頼体験 ・後だしジャンケン 目かくしジョキング シェアリング (45分) ・図画工作 ★ 作品を見せ合いながら、想像力や表現力の豊かさや良さを認め合う ☆ 協力して1枚の絵をしあげる 自己受容 ・共同絵画 シェアリング (45分) ・国語 ★ 二字熟語の練習を行い、知識の定着を図る ☆ 協力し楽しんで活動する リレーションづくり ・クッキーデート (漢字欄) (45分)
2学期	◎ 友達を深く知り、 友達のよいところに気づく ・始業式 ・遠足	★ 望ましい人間関係の育成 (2) - (ウ) ☆ 夏休み中の思い出を通して、自分との共通点を見つける ・サイコロトキнг (30分) ☆ 表現力と多様な考え方に気づき、お互いを認め合える ・無人島SOS シェアリング (45分) ☆ 体験活動して仲間と関わる楽しさを知り、互いの良さに気づく ・ワザアサ エルボーカッパ シヤガリグ フリかえり (45分) ☆ 自分のしたことをふりかえり、自分自身でほめることの楽しさを知る ・がんばったことベスト5 (20分) 自分で選んだ賞状 (20分)	・体育 ★ 体を動かす楽しさや心地よさを味わう ★ 運動を通して仲間と関わる楽しさを知り、互いの良さに気づく ☆ ルールを守る ☆ 目標や課題に向かって協力する ・気持ちよく パースデューチェーン ピート おおかみから守られ バイブライン ふりかえり (45分) ・体育 ★ 運動を通して自分や仲間にとって、居心地の良い活動状態であることに気づく ☆ 安全に配慮し協力して活動する ☆ 目標や課題に向かって協力する ・心の冒険教育 ・ラッキークッキー チェンジアップ 風船列車 ふりかえり (45分) ・道徳 2- (3) ★ 信頼友情 ☆ 身体的、心理的なリスクのある様々な活動を通して、仲間といすることで自分を守られていると実感する ・マンモスのきば ビーシュータ ミゼット ふりかえり (45分)
3学期	◎ 学年のまとめ 最高学年になる自覚を持つ ・始業式 ・連合音楽会 ・卒業式	★ 望ましい人間関係の育成 (2) - (ウ) ☆ 否定されることがなく自由に発言する活動を通して、抵抗なく発言できる学校の雰囲気をつくる ・ブレインストーミング シェアリング (30分) ☆ 目標や課題に向かって協力する ・たまご救済作戦 ふりかえり (45分) ☆ 他者に対し肯定的な感情を育て、温かな人間関係をつくる ・別れの花束 (45分)	・国語 ★ 語の構成から熟語の意味を考える ☆ 協力し楽しんで活動する リレーションづくり ・クッキーデート (漢字欄) (45分) ・体育 ★ いろいろな用具を用いて、楽しく運動をする ☆ コミュニケーションをとって協力し話し合うことの大切さを知る ・おてだまおに イタリンゴルフ フープ下げ ふりかえり (45分)