

保健教育 学習指導案

指導者 後藤 美由紀

- 1 日 時 令和7年11月15日(土) 第1校時(9:00～9:50)
- 2 学年・組 中学校第2学年1組 計40名(男子20名, 女子20名)
- 3 場 所 中学校2年1組教室
- 4 単 元 名 愛・I・相(手)のある生活
- 5 単元について

児童生徒の発達支援を目的とする生徒指導においては実践上の視点の1番目に「自己存在感の感受」を掲げている(文部科学省, 2022)。自己存在感の感受とは「自分も一人の人間として大切にされている」ということを、学校や学級において実感できることである。それと同時に、ありのままの自分を肯定的に捉える自己肯定感や、他者のために役立った、認められたという自己有用感を育むことも重要視されている。自己存在感を感じられる学校や学級を基礎として自己肯定感や自己有用感は育まれ、また、それらをもとに自己存在感も実感されるものと考えられる。

本学級の生徒は、1年生時に授業者が行った道徳の授業の中で自己のコミュニケーション傾向や自己の対人場面の言動が他者にどのように捉えられるかについて考える活動を通してアサーティブなコミュニケーションやストローク(対人場面での言動など)について学んでいる。ただ、実際の対人場面で既習内容を生かしたコミュニケーションが実践されている様子はあまり見られず、学年や学級集団の中での自他を尊重した対人関係の形成には課題がある。また、授業の効果を検討するために全校生徒を対象に実施した自己肯定意識尺度(平石, 1990)の事前測定において学年間で比較すると、「自己受容」「自己表明・対人的積極性」は学年が上がるにつれ高まっているが、「自己閉鎖性・人間不信」「被評価意識・対人緊張」の平均が2年生は1・3年生に比べ最も高く、他者との関わりに煩わしさを感じたり無理して人に合わせようとしたりする傾向が見られる。そこで2年生を対象として、他者との関わりにおける緊張感を低下することをねらいとする授業を行うことにした。

指導にあたっては、自己の内面を客観視できるようエゴグラム(杉田, 1998)を作成し、その結果から自己の特長に気づかせたい。また、困っている他者のために行動する必要がある場面で自己の特長を直接・間接的に活用して他者への寄り添い方を考える活動の中で多様性を引き出したい。他者の多様な考え方に触れることにより他者理解を深め、授業だけでなく学校生活全体において他者と関わる際の対人緊張が緩和され、他者との共生のために必要な安心・安全を感じることができないのではないかと考える。授業にあたり、他者と話し合い活動を行う際の対人緊張を緩和するために1年時に既習の「プラスのストローク(=他者への肯定的な言動など)」を用いることをルールとする。

6 単元の目標

エゴグラムを作成することで自己の内面と向きあい、その分析結果から気づいた自己の特長を他者が困っている場面でどのように活用するかを考え、共有することで多様な他者視点に触れる。

7 指導計画(全2時間)

時	学習内容
1	心の中をのぞいてみよう
2	愛・I・相(手)のある生活って?(本時2/2)

8 本時の目標

エゴグラムで気づいた自己の特長を他者が困っている場面でどのように活用するかを考え、共有することで多様な他者視点に触れる。

9 「共に生きることを学ぶ保健教育の授業づくり」との関連

授業構想の際、授業者である養護教諭が作成する保健だよりの中にある『愛・I・相(手)のある生活?』を基盤にした。「愛のある生活」とは、本校独自の、校則の代わりとなる生徒らによって作られた「東雲憲章」という行動規範に当たるものの中にある文言であり、保健だよりでは「愛」で自他尊重、「I」で自己意識・自己理解・自己尊重、「相(手)」で他者視点・他者理解・他者尊重をイメージできるよう改変してタイトルに用いており、内容も学校生活で自他尊重を感じられた生徒の言動に関するエピソードを紹介している。このように、保健教育では学校生活で見取った生徒の実態を基盤としている。

10 学習の展開

学習活動と内容	指導上の留意点（◆評価）
1. 前時のエゴグラムの結果について振り返る。	○「思っていたとおりだった」「予想外だった」などの選択肢を提示し、挙手で生徒同士の思いを確認することで自己開示できる雰囲気を作る。
愛・I・相(手)のある生活って？	
2. 愛・I・相(手)のある生活について考え、意見を全体で共有する。 ・自分で考えたこと、班員が考えたことをワークシートに記入する。	○既習の自他尊重(アサーティブネス)と関連付けられるような声かけを行う。 ○まず個で考えた後、班で共有する時間を設定する。
3. 愛・I・相(手)のある生活のために自己の特長をどう活用するかを考える。 ・「一緒に帰る予定の友達がカギをなくして帰れない」という場面で自分にできることを考える。 一緒に探す 先生に伝えに行く 他の友達と一緒に探すよう頼む ・ワークシートに記入する。	○友達が困っていて自分にも影響がある(必然的に何かする必要性が発生する)場面を設定する。 ○【愛・I・相(手)】の3つの視点をワークシートに提示することで具体的な行動を考えられるようにする。 ○自己の特長と関連付けることが難しそうな生徒には机間指導で声をかける。
4. 考えを班で共有した後、班で出た意見を全体で共有する。	○各班で考えの共有が円滑にできているか声をかけながら机間指導する。
5. 前時の記入内容と併せて見ながらワークシートに感想を記入する。	◆直接・間接など多様なかわり方に触れることができているか

【引用・参考文献】

文部科学省(2022),『生徒指導提要(改訂版)』

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/1404008_00001.htm (2025年10月20日閲覧)

- 平石賢二(1990),「青年期における自己意識の構造－自己確立感と自己拡散感からみた心理学的健康」,
『教育心理学研究』, 38 巻, 320-329
- 平石賢二(1993),「青年期における自己意識の発達に関する研究(Ⅱ)－重要な他者からの評価との関連－」,
『名古屋大学教育学部紀要』, 40 巻, 99-125
- 杉田峰康(1998),『教育カウンセリングと交流分析』, チーム医療