

総合セッション I (オンライン・対面)

指導目標	総合セッション I から総合セッション II への発展学習。①人間関係の基盤である「自己理解(主に I)」「他者理解(主に II)」について学ぶ。②コミュニケーション能力を高める(I・II)。③セルフマネジメント力である「ストレスマネジメント(I)」「アンガーマネジメント(II)」を高める。④「学び方」を問い直し、多感覚学習法や脳の機能などから学ぶことへの視野を広げる。 ※対面の面接指導(セッション)は同日に2~3コマ授業として行なうこともある。
------	---

教材	「学び方のまなびかた」(NHK学園) 「わたしと生きる/だれかと生きる」(NHK学園) 「スクーリングノート」(NHK学園) 学習書:なし	レポート	全6回
		面接指導	必要時間数:8時間
		放送	高校講座ナシ VODは全20回
		到達度チェック・試験	年度末試験(1月)

単位	2単位
評価	評価に用いる具体的な学習要素について記載する。 【①知識・技能】レポート各回の学習内容・成果および年度末試験での成果にもとづき評価します。 【②思考・判断・表現】レポート各回の学習内容・成果、および年度末試験での成果にもとづき評価します。 【③主体的に学習に取り組む態度】レポート各回の学習内容・成果、レポート提出状況(提出期限)、スクーリング出席状況(必要時間の出席充足)、VOD視聴状況にもとづき評価します。上記①~③の総合評価により、年度末に5段階で評定を決定します。

月	添削指導(レポート)		面接指導(対面)		面接指導(オンライン)	VOD	オンライン指導	中間到達度チェック 年度末試験
	回(提出期限)	指導単元・項目	回	指導内容・学習活動等		内容	内容	内容・範囲
4				セッション10回をどのように配分するかは地域により異なる。ここでは本校の実施時期を記載。	<グループ分け> ・2グループ(地域別AとB) ・火曜日 A13:30~、B14:30~		〇オリエンテーション ~総合セッション I へようこそ! 学習の仕方、セッション、レポート、VOD視聴など	中間到達度チェックは実施せず。年度末試験はレポート1~5回
6	第1回 6月20日	「学ぶ」ことを問い直す	1	<セッション1> 〇1. 脳と学習の仕組みについて知る 〇2. 脳にいい食事について知る 〇3. 学習するために最適な状態のつくり方を試してみる ・アフターセッションの作成 ・リラクゼーション法の試行 本校対面面接指導 6月上旬		<VOD1> ①学ぶことをとيناおす ②最適な心の状態をつくる		
7	第2回 8月10日	突っ込んで学ぶ	2	<セッション2> 〇1. 感覚チェックについて他の人との違いを知る 〇2. インテリジェンスチェックについて他の人との違いを知る 〇3. マインドマップを作れるようになる 本校対面面接指導 6月下旬		<VOD2> ①自分に合った方法で情報を取り入れる ②突っ込んで考える		
			3	<セッション3> 〇1. 記憶の仕組みを理解する 〇2. 脳の特徴を生かした記憶術について知る 〇3. エビングハウスの忘却曲線から復習の重要性を理解する 本校対面面接指導 7月下旬		<VOD3> ①記憶のしくみを知る ②知っていることを証明する、振り返る		
8	第3回 9月10日	ストレスとストレスマネジメント	4	<セッション4> 〇1. ストレスに関する学説について理解する 〇2. 個人を取り巻くストレスについて考える 〇3. 日常の些細なことがストレスになることを知る 本校対面面接指導 9月上旬(セッション5と連続)		<VOD4> ①ストレスとは何か ②ストレス反応と個人差		
			5	<セッション5> 〇1. ストレスの緩和要因について理解する 〇2. 多くのコーピングを身につける 〇3. ストレスマネジメントのさまざまな方法を体験する 本校対面面接指導 9月上旬(セッション4と連続)		<VOD5> ①ストレスマネジメント ②コーピング	〇前半のまとめVOD	
9				前期補講(1) 前期補講(2)				
11	第4回 11月10日	自分を知る、育む	6	<セッション6> 〇1. 自分のストレス、ストレス反応、その対応を考える 〇2. 自分の楽しみ、やってみようこと、を他者とシェアする 〇3. 「ジョハリの窓」に基づく自己開示について考え体験する 本校対面面接指導 10月下旬(セッション7と連続)		<VOD6> ①自分のストレスを確認する ②自分を知る、はぐくむ		
			7	<セッション7> 〇1. コミュニケーションの不調を意識できるようになる 〇2. いく通りものメッセージを選べるようになる 〇3. 異文化コミュニケーションの障害となる常識に気づけるようになる 本校対面面接指導 10月下旬(セッション6と連続)		<VOD7> ①コミュニケーションのコツ ②コミュニケーションのしくみ		

12	第5回 12月10日	コミュニケーションを考える	8 <セッション8> ○1. コミュニケーションの原則を理解できるようになる ○2. 課題の分離ができるようになる ○3. 相手に伝わるコミュニケーションを考えられるようになる 本校対面面接指導 12月上旬(セッション9・10と連続)	<VOD8> ①課題の分離 ②対面的/媒介的コミュニケーション	○年度末試験対策VOD	
1	第6回 1月10日	体験することの意義と実践	9 <セッション9> ○1. みんなで考えることに期待される働きを説明できるようになる ○2. プレインストーミングを実践できるようになる ○3. 自分の感覚に注目・集中する 本校対面面接指導 12月上旬(セッション8と10と連続)	<VOD9> ①集団における意思決定 ②プレインストーミングとKJ法		
			10 <セッション10> ○1. 体験の意義を理解する ○2. グループ活動としてそれぞれの役割を理解する ○3. 新たな自分を発見する 本校対面面接指導 12月上旬(セッション8・9と連続)	<VOD10> ①体験から学ぶ ②グループ活動からの発見		
			後期補講(1)			年度末試験(レポート第1回~第5回)
			後期補講(2)			