

コミュニケーションスキルライフ

| | |
|------|--|
| 指導目標 | 人間関係の中で「どうしていいかわからず困ってしまうこと」は大人でもあります。自分も相手も心地よいコミュニケーションを実現するためには、スキル＝「うまくやっていくために必要な知識と具体的な技術やコツ」があります。この科目では、学校外学修「コミュニケーションスキル」の学習を軸に、ロールプレイ的なスクーリングを通して、スキルを身につける練習をしていきます。何かうまくいかないことがあると、自分や相手の性格のせいにしてしまいがちですが、スキルの練習が足りないだけと考え、学習に取り組みます。 (1) どの年代、ライフステージにおいても社会の中でコミュニケーションは欠かせない大切なものである。新カリキュラムの教育目標に掲げた求める力「表現力」や「傾聴力」などを養う。 (2) 学習を通してコミュニケーションの成り立ちと仕組みを理解し、自分らしいやり取りを振り返り確認、主体的に取り組んでみる。 (3) 自分と人と社会の間をつなぐ架け橋になる力をつける。 |
|------|--|

| | | | |
|----|---|--------------|--------------------------------|
| 教材 | 教科書：「コミュニケーションスキル～自分も相手も心地よく過ごすために～」(NHK学園) レポート、学習ノート、スクーリングノート | レポート 面接指導 | 全6回 必要時間数：4回(1回45分×4) |
| | | 放送 | 高校講座なし VODは全13回(うち1回オリエンテーション) |
| | | 到達度チェック・試験 | 中間到達度チェックなし・年度末試験(1月) |

| | |
|----|---|
| 単位 | 3単位 |
| 評価 | 【①知識・技能】レポートの各回の学習内容・成果および年度末試験の成果にもとづき評価します。 【②思考・判断・表現】レポートの各回の学習内容・成果および年度末試験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】レポートの学習内容・成果(提出期限)、スクーリング出席状況(必要時間の出席充足)にもとづき評価します。上記①～③の総合評価により、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(スクーリング) | | VOD(レポート内) | | 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 | 週 | 指導内容・学習活動等 | 回 | 内容 | 内容 | 内容・範囲 |
| 4 | | | 1 | ※別途、詳細な指導案・レジュメ・アイスブレイク集を活用し、ワークを中心とした実践的な活動を行う。 記載のない月に実施する場合には、前後の月の内容や、別バージョンの教材を適宜活用する。 | | | ●オリエンテーション(VOD公開) ・科目の学習概要の説明 | |
| | | | 2 | | | | | |
| | | | 3 | | | | | |
| | | | 4 | | | | | |
| 5 | | | 1 | ①「コミュニケーションスキル」第1回レポートより(1章45分×2) ●1章 感情に気づくスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) 気持ち×エピソードワーク(感情を表す言葉探しゲーム) (4) スキルのポイントを確認しよう | | | | |
| | | | 2 | | | | | |
| | | | 3 | | | | | |
| | | | 4 | ●2章 自己紹介のスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) 自己紹介をしてみよう | | | | |
| 6 | 第1回 (6月5日) | ●1章 感情に気づくスキル ～気持ちに振り回されない～ ①インストラクション ②モデルをよく見る ③練習する ④フィードバックをもらう ⑤チャレンジ(レポート課題) ※以下、1～11章は同様の構成で、学習が展開します。 ・自分や相手の感情に目を向け、整理しながらコミュニケーションに活かしていく方法を考える。 | 1 | ②「コミュニケーションスキル」第2回レポートより(1章45分×2) ●3章 伝えるスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) 模擬面接を体験してみよう | 0 | ※レポートに組み込まれている ●オリエンテーション ・科目の学習概要の説明 ●1章 感情に気づくスキル 【モデル場面】学校に遅刻しそうな生徒と家族のやりとり ※全章、テキストと同様の構成で、動画が展開します。 | | |
| | | ●2章 自己紹介のスキル ～自分を知ってもらおう～ ・自己紹介の要素や伝達時の工夫を認識する。 | 2 | ●4章 質問するスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) 質問をしてみよう | 1 | ●2章 自己紹介のスキル 【モデル場面】新年度のホームルームでの自己紹介 | | |
| | | | 3 | | | | | |
| | | | 4 | | | | | |
| 7 | 第2回 (7月5日) | ●3章 伝えるスキル ～面接などTPOに応じたコミュニケーション～ ・普段の会話と公式な場での発表との違いを認識し、面接や大人数の前での発表などにふさわしいコミュニケーションのポイントをおさえる。 | 1 | ③「コミュニケーションスキル」第1、2回レポートより(予備回) ●1章 感情に気づくスキル (1) レポート内動画視聴 (2) リハーサル (3) 振り返り | 3 | ●3章 伝えるスキル 【モデル場面】アルバイトの面接を受ける | | |
| | | ●4章 質問するスキル ～関心を言葉にしてみよう～ ・メールでのやりとりも含め、疑問を解消したり、会話を続けたりするための質問のポイントを理解する。 | 2 | | | | | |
| | | | 3 | ●3章 伝えるスキル (1) レポート内動画視聴 (2) リハーサル (3) 振り返り ※適宜、残りの時間はテキスト内レポート問題部分(チャレンジ!)をもとに、個別レポート作成準備にあてる。 | 4 | ●4章 質問するスキル 【モデル場面】スクーリング中に先生に質問する | | |
| | | | 4 | | | | | |
| 8 | 第3回 (8月5日) | ●5章 聴くスキル ～耳と心をむけてみよう～ ・非言語も含めた傾聴のポイントを理解する。 | 1 | ④「コミュニケーションスキル」第3回レポートより(1章45分×2) ●5章 聴くスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) 傾聴してみよう | 5 | ●5章 聴くスキル 【モデル場面】3年次生のクラスメイトに卒業後の進路の悩みを相談される | | |
| | | ●6章 あたたい言葉をかけてスキル ～相手と自分をホッとさせる言葉かけよう～ ・ほめる、元気づける言葉かけのほかに、リフレーミングを通して短所を長所に変える方法などを学ぶ。 | 2 | | | | | |
| | | | 3 | ●6章 あたたい言葉をかけてスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) リフレーミングワークをしてみよう | 6 | ●6章 あたたい言葉をかけてスキル 【モデル場面】約束に間に合わなかった兄弟に対する声かけ | | |
| | | | 4 | | | | | |
| 9 | | | 1 | ⑤「コミュニケーションスキル」第4回レポートより(1章45分×2) ●7章 頼むスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) おまけのワークをやってみよう(資源探し) | | | | |
| | | | 2 | | | | | |
| | | | 3 | ●8章 SOSを出すスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) SOS場面に合うセリフを考えてみよう | | | | |
| | | | 4 | | | | | |
| 10 | 第4回 (10月5日) | ●7章 頼むスキル ～頼むことに抵抗感はありませんか?～ ・相手に敬意をはらって頼むポイントをおさえ、頼むことを通して信頼関係を深めることを意識する。また、公的機関を含めた頼れる先を見つける。 | 1 | ⑥「コミュニケーションスキル」第5回レポートより(1章45分×2) ●9章 断るスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク(緊張感を解く遊び) (3) スキルのポイントを確認しよう (4) 断るセリフのアイデアを出してみよう。 | 7 | ●7章 頼むスキル 【モデル場面】レポート内の難しい問題について、クラスメイトに教えてもらえるよう頼む | | |
| | | | 2 | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--------|--|---|---|------------------------------|
| | ●8章 SOSを出すスキル ～助けを求めることも立派な能力～ ・自分の心身の状態を含めて早い段階でSOSを出すポイントを学ぶ。また、SNSでのやりとりを含め、受け止める側になったときの対応の仕方でも理解する。 | 3 4 | ●10章 誘うスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク（緊張感を解く遊び） (3) スキルのポイントを確認しよう (4) 誘う場面に合うセリフを考えて言ってみよう | 8 | ●8章 SOSを出すスキル 【モデル場面】心身に影響が出るほどの進路の悩みを家族に打ち明ける | |
| 11 | ●9章 断るスキル ～傷つけない・傷つかない断り方～ ・SNSでのやりとりも含め、自分の気持ちも相手の気持ちも尊重する「自他尊重的」な断り方のポイントを身につける。 ●10章 誘うスキル ～断られても大丈夫～ ・相手を尊重した誘い方のポイントを身につけるとともに、断られた時の自分の感情のコントロール方法についても学ぶ。 | 1 2 | ⑦「コミュニケーションスキル」第6回レポートより（1章45分×2） ●11章 謝るスキル (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク（緊張感を解く遊び） (3) スキルのポイントを確認しよう (4) セリフワーク | 9 | ●9章 断るスキル 【モデル場面】アルバイト後に先輩から誘われた遊びを断る | |
| | | 3 4 | ●12章 コミュニケーションって何だろう？ (1) 今日のテーマを理解しよう (2) アイスブレイク（緊張感を解く遊び） (3) 一般的な「コミュニケーション」の定義を理解しよう (4) 様々なコミュニケーションを楽しむワーク | 10 | ●10章 誘うスキル 【モデル場面】アルバイト後に先輩を遊びに誘う | |
| 12 | ●11章 謝るスキル ～素直なごめんなさいを伝える～ ・素直で誠実な謝罪のポイントをおさえ、人間関係を良好に維持できるようにする。 ●12章 コミュニケーションって何だろう？ ・「コミュニケーション」の定義や要素をあらためて振り返る。 ・人には様々な特性があることを知り、その特性に応じたコミュニケーション上の工夫を想像できるようにする。 ・自分にとってのコミュニケーションについて考える。 | 1 2 | ⑧年度末試験対策 レポート1～5回の内容と、これまでのスクーリングを振り返り、感想・実生活でのチャレンジを振り返る。 | 11 | ●11章 謝るスキル 【場面】友人との待ち合わせに遅刻したことを謝る | ●年度末試験対策（VOD公開） |
| | | 3 4 | | ●12章 コミュニケーションって何だろう？ ・VODキャストとともに、コミュニケーションの要素や工夫を考える。付箋ワークや発表の様子をまとめている。 | 12 | |
| 1 | | 1 | | | | 年度末試験（第1～5回レポート、スクーリングの振り返り） |
| | | 2 | | | | |
| | | 3 | | | | |
| | | 4 | | | | |
| 2 | | 1 | | | | |
| | | 2 | | | | |
| | | 3 | | | | |
| | | 4 | | | | |
| 3 | | 1 | | | | |
| | | 2 | | | | |
| | | 3 | | | | |
| | | 4 | | | | |