通信教育実施計画

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） 「ワークシートと資料集」（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。

	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
月	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～		○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> ○1. 脳と学習の仕組みについて知る ○2. 学習するために最適な状態のつくり方を試してみる ・アファメーションの作成 ・リラックス法の試行 本校対面面接指導　6月上旬		<VOD1> ①学ぶことをといなおす 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> ○1. 自分の感覚をチェックしよう ○2. 自分に合ったインテリジェンスをチェックしよう ○3. マインドマップを作成する 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よう ②突っ込んで学ぼう		
			3	<セッション3> ○1. 記憶の仕組みについて体験的に学ぶ ○2.「エビングハウスの忘却曲線」から復習の大切さを学ぶ ○3. 学習したことを証明する ○4. 振り返りの効果を知る 本校対面面接指導　7月下旬		<VOD3> ①記憶のしくみ 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> ○1. 日常の些細なことがストレッサーになること、個人差があることを学ぶ ○2. リラックスする体験を積む ○3. コーピングの方法を学ぶ 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 ②ストレス反応と個人差		
			5	<セッション5> ○1. コーピングについて学ぶ ○2. 自分のストレスとストレスマネジメントを知る 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1 ②ストレスマネジメント2		
9				前期補講（1）				
				前期補講（2）				
11	第4回 11月20日	自分を知る、育む	6	<セッション6> ○1. ストレス対応について考える ○2.「ジョハリの窓」「20の私」から自己開示を試みる ○3.「エゴグラム」を理解する 本校対面面接指導　10月下旬（セッション7と連続）		<VOD6> ①自分の生活を確認する ②自分を知る、はぐくむ		
			7	<セッション7> ○1.コミュニケーションの基礎を理解する ○2. 自己と他者を大事にしたコミュニケーションを理解する ○3. ロールプレイを通じ体験的に理解する 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実践ポイント		

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.相手に伝わる文（口頭ではないコミュニケーション）について理解する ○2.相手に伝わる文の書き方を理解する 本校対面面接指導　12月上旬（セッション9･10と連続）	<VOD8> ①対面的コミュニケーション ②媒介的コミュニケーション		
			9	<セッション9> ○1.集団における意思決定を理解する ○2.ブレインストーミングとKJ法を理解する 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ブレインストーミングとKJ法		
1	第6回 1月10日	体験することの意義と実践	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 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		
1				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）			