１　ふわふわことばをふやそう！

◆目　　的　・普段の生活の中で使う言葉を意識する。
　　・温かい言葉がけができるようにする。
◆学　　年　小学校低学年～
◆所要時間　４５分
◆準 備 物　ワークシート

進め方

①　普段の生活の中で、だれかに何かを言われていやだったことはなかったか、ふり返る。また、そのとき、どんなことを言われたのかワークシートの１の欄に記入し、話し合う。
　※子どもたちが発表した言葉を黒板（模造紙）にまとめて書く。

②　そのような言葉を言われたとき、どんな気持ちになったのかについて話し合う。
　※言われていやな気持ちになる言葉を総称する言い方を考えて○○○○の中に記入するのもよい。

③　普段の生活の中で、誰かに何かを言われてうれしかったことはなかったか、ふり返る。また、そのとき、どんなことを言われたのかワークシートの２の欄に記入し、話し合う。
　※子どもたちが発表した言葉を黒板（模造紙）にまとめて書く。

④　そのような言葉を言われたとき、どんな気持ちになったのかについて話し合う。
　※言われてうれしい気持ちになる言葉を総称する言い方を考えて○○○○の中に記入するのもよい。

⑤　黒板を見ながら、友だちに言われたい言葉はどちらなのかを、その理由も含めて話し合う。

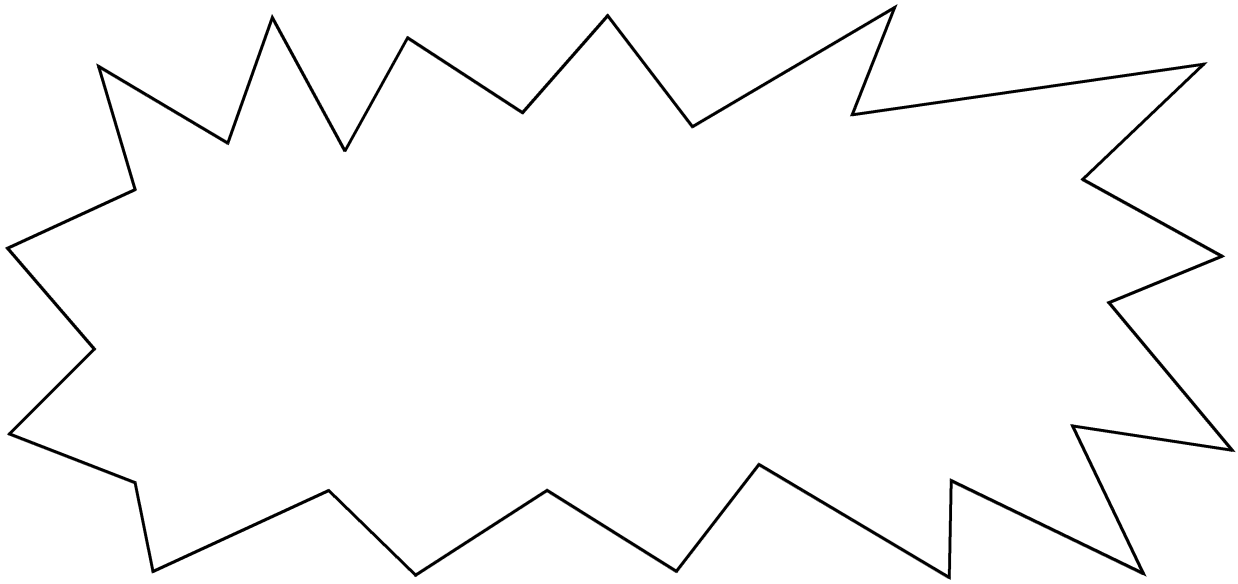
⑥　話合いを通して、思ったことや感じたことをワークシートの３の欄に記入し、発表し合う。

発展

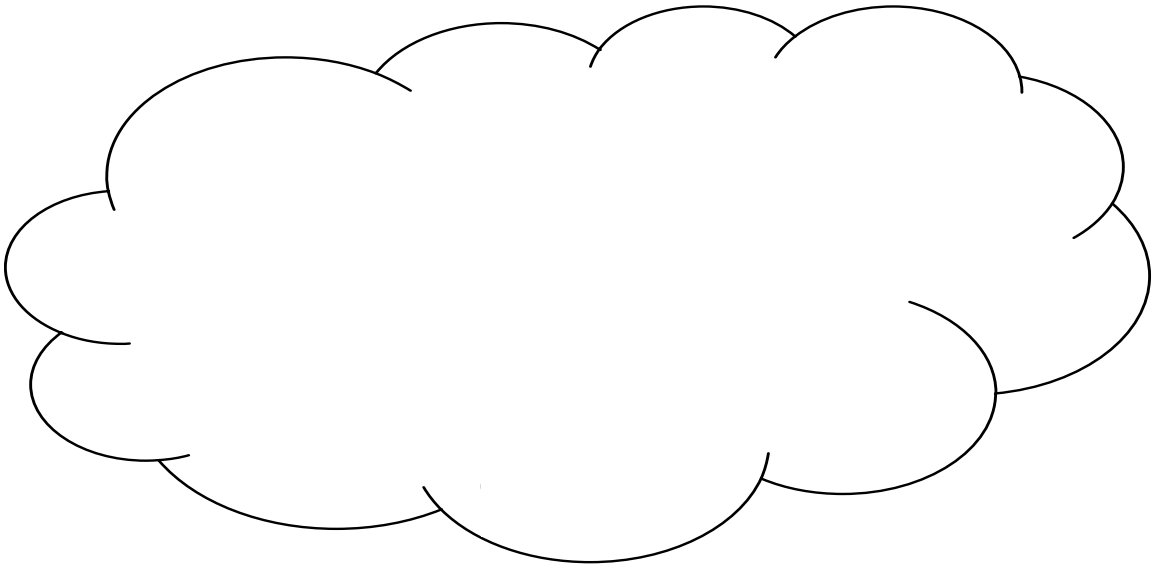
・　子どもたちから出された言葉をまとめたものを教室内に掲示しておき、もめ事がおこったときなどに、話し合ったことをふり返らせるのもよい。

【ワークシート】

1　〇〇〇〇ことば



2　〇〇〇〇ことば



3

２　自分も好き･みんなも好き

◆目　　的　自分の良さや友だちの良さを知り、違いを認め合う。
◆学　　年　小学校中学年～
◆所要時間　４５分
◆準 備 物　・自己紹介カード（一人当たり５枚程度）
　　・ふりかえりシート
　　・ＢＧＭ用の機器

進め方

①　自己紹介カード（５枚程度）に、自分のことでみんなに知ってほしい４つの事柄を記入する。ただし、そのうちの１つは本当ではないことを書く。
　※③の活動において、相手の話をより注意深く聞こうとする態度を引き出すために、本当ではないことを１つ書かせる。
②　ＢＧＭを聴きながら教室の中を歩き回り、ＢＧＭが止まったところで一番近くにいる相手と２人のペアをつくる。
③　一方がカードを渡して自己紹介をする。カードを受け取った人は、４つの中から正しいものを３つ当てる。次に、２人の立場を入れ替えて、同じことを繰り返す。
④　②③をあと４回程度繰り返す。
⑤　自分の席に戻り、受け取った自己紹介カードを見ながら、友だちの自己紹介に関して最も心に残ったことを発表し合う。
⑥　友だちの発表したことを聞いたり、活動を通して感じたりしたことをふり返りシートに書く。
　※何人かに発表してもらう。

留意点

・　学級開きの直後に実施すると効果的である。
・　カードに書く内容については、机間巡視をして適切なアドバイスをする。

【自己紹介カード】

わたしの名前は（　　）です。

１　わたしは　　です。

２　わたしは　　です。

３　わたしは　　です。

４　わたしは　　です。

よろしくおねがいします

【ふりかえりシート】

名前（　　）

３　しあわせビンゴ

◆目　　的　・立ち止まって自分の心と向き合うことで、自分を受け入れ、大切にしようとする態度を養う。
・自分と同じことを感じる人もいれば、違うことを感じる人がいることを再認識し、個性を認めることができる。
◆学　　年　小学校中学年～
◆所要時間　４５分
◆準 備 物　ワークシート
参考文献：神奈川県教育委員会『人権学習ワークシート集』2002

進め方

①　４人程度のグループをつくり、「しあわせビンゴ」のやり方の説明を聞く。
※ワークシートを始める前に、みんなの「うれしいこと」「しあわせなこと」が違って当たり前ということを確認する。

②　話し手を大切にする聴き方ができるように、以下のルールを知り、聴く練習をする。
・聴き手は、話し手の感じていることを否定しない。
・「そうだね。」「なっとく。」と相槌を打つ。
・気付かなかったしあわせを発表した人には、「おどろき！」「気が付かなかった！」と声をかける。
・相手の目を見て、話し手の話に傾聴し、うなずく。

③　「しあわせビンゴ」（ワークシート）を行う。

④　自分のことや他の人のことで感じたことや気付いたことを、ワークシートの下の欄に記入し、発表し合う。
※自分と他の人では、感じ方が同じところもあれば違うところもあるということや、自分だけでは気付かなかった、しあわせなことはたくさんあるということに気付かせる。

【ワークシート】

しあわせビンゴ

① あなたが、今までに、「うれしいな。」「しあわせだな。」と感じたときは、どんなときですか。ビンゴカードの８つのマスに書いてみましょう。

② ４人くらいのグループになって、一人一つずつ順番にビンゴカードに書いた内容を発表します。

③ 友だちが発表するのをよく聞いて、「そういうこともあるだろうな。」「なるほど。」と思ったら、心から「そうだね！」「なっとく！」と大きな声で言いましょう。

④ 「そうだね！」「なっとく！」とだれか一人でも言ってくれたら、その発表した内容に○をつけましょう。また、友だちが発表した内容が自分のカードにもあったら、自分のマスにも○をつけましょう。

⑤ 自分が気が付かなかったしあわせを発表した人には、「おどろき！」「気が付かなかった！」と言いましょう。

⑥ たて・よこ・ななめどれでも３つそろったら、ビンゴの完成です。２つ○がついたら「リーチ！」、３つ○がそろったら「ビンゴ！」と言いましょう。

⑦ 最後に、だれも考えつかなかった「自分だけのしあわせ」があったら、その数を下のマスに書きましょう。

〈ビンゴカード〉

	FREE	

自分だけの しあわせの数
こ

しあわせビンゴをして、自分や友だちのことで気が付いたことを書きましょう。

４　自分発見！

◆目　　的　・自分の良さに気付くとともに、自分の感じ方と違う者に対しても、認め受け入れることができる。
　　・自分と同じことを感じる人もいれば、違うことを感じる人がいることを再認識し、個性を認めることができる。
◆学　　年　小学校高学年～
◆所要時間　４５分
◆準 備 物　・ワークシート
　　・付箋紙（１人当たり１２枚程度）

進め方

①　５～６人のグループに分かれる。
②　１人当たり、１０～１２枚の付箋紙を受け取る。
③　グループのそれぞれのメンバーの名前を付箋紙２枚ずつに書き込む。それぞれの付箋紙に、その人の良いところを、１項目ずつ書く。書いた内容に責任をもつために、自分の名前も記入する。
④　書いた付箋紙を本人に渡す。
⑤　自分のワークシートへ付箋紙を貼り、感想を書く。
⑥　順次、書かれている内容を、グループ内で発表する。

留意点

・　実施する時期としては、ある程度、人間関係ができあがった時期が望ましい。
・　グループのメンバーの良さを見つけにくい子どももいると考えられるので、子ども一人一人の良さを把握しておき、③の活動でその子どもを支援する。
・　学級の実態から、その場で「良いところさがし」の記入が難しいと予想される場合は、事前に一人一人の良さについて考えさせておく。
・　活動をふり返ったり、活動後のワークシートの結果を見直したりすることにより、今後の人間関係づくりに役立てていく。

応用・発展

・　展開例では、「良いところさがし」のふりかえりで、グループ内での発表を取り入れたが、そこから発展させ、朝の会や帰りの会で発表するなど全体の場へ広げていくことも学級集団づくりに有効である。

【ワークシート】

よいところさがし

(　　)組(　　)番　名前(　　)

○友だちからもらった付箋紙（ふせんし）をはりましょう。

○読んだ感想を書きましょう。

５　こんなクラスにしたい！

◆目　　的　・自分たちで考えを出し合い、「こんなクラスにしたい」という願いを込めて、学級目標をつくる。
　　・共同活動を通して、学級集団づくりを進める。
◆学　　年　小学校高学年～
◆所要時間　４５分×２
◆準 備 物　ワークシート

進め方

①　ワークシート「こんなクラスにしたい！」を配布し、学級目標をみんなの力でつくり上げていくことを知らせる。

②　学級目標の中に入れたい言葉を思いつくだけワークシートに書き出す。

③　４～６人のグループをつくる。友だちと相談しながら、②で書き出した目標を文章化したり、合い言葉のようにつなげたりしたものを、ワークシートに３つぐらい書く。

※指導者は机間巡視しながら、悩んでいる子どもの支援をする。

※目標案は、文章化したものもよいが、合い言葉として日常的に繰り返し声に出して確認できるものであってもよいことを、例を示して知らせる。

（例）・「友だちと協力して何事もチャレンジする５－１」
・「いっぱい友だち！もっと友だち！」
・「勇気・友情・ファイト！」
・「わたしが好き！友だちが好き！学校が好き！」
・「かけがえのない仲間と共に、夢一杯精一杯、語ろう、遊ぼう、学ぼう！」
・「６－１憲法＝責任・礼儀・継続・協力・勇気」
・「思いやり・自分に正直に・瞳と心で聞こう・友だちの良さ見つけ＝キラリ発見隊！」

④　③で考えた３つの目標案の中から最も気に入ったものを一つ選択する。また、その理由もワークシートに書く。

⑤　グループ内で、個人で考えた目標案を一人ずつ発表し意見交流をする。

※自分が提案した目標案はもちろん、他の子どもの提案した目標案についても、良いと思えば積極的に意見を述べ、全員でつくり上げていくように助言する。

⑥　各グループで学級会に推薦したい目標案を２つぐらい決める。

⑦　学級会を開き、各グループから推薦された目標案を発表し意見交流をする。

※子どもたちの意見交流の中で、目指す学級像が固まっていくと考えられるので、決定までのプロセスを特に大切にしたい。

※全員が必ず意見を発言するといったルールを決めるなどして、全員参加・全員決定のコンセプトを大事にしたい。

※少数意見を大切にすることも忘れてはならない。指導者が肯定的に評価したり、別の目標案に付け加えることができるものであれば採用することを促したりする

など、子どもたちの意見を尊重していきたい。

⑧　⑦のプロセスを通して、３つの学級目標（目安として）を決定し、全員で読み上げる。

留意点

・　学級開きの時に、このような活動をすることを担任が知らせておき、計画的に進めるとよい。

・　総合的な学習の時間や特別活動の時間を利用することが望ましい。

発展

・　学級目標を「みんなで決めた」という成就感と達成感をもたせ、学級旗（マーク）や学級歌の作成につなげることも考えられる。その際は、学級目標が反映されていることを前提にしてつくり上げることが望まれる。

・　全校集会等で発表・紹介できる機会があれば、それを１つの目標に設定して、学級全員が協力して目標・マーク・歌をつくり上げていくという活動にもなる。また、参観授業や異学年交流会等を利用して発表・紹介することも可能である。

・　１つの学年に学級が複数ある場合は、学級を学年に置き換えて実施する工夫も必要である。学級王国的にならないためにも、学年部での話合いは不可欠である。

・　年間を通して、学級目標・学級歌を、朝の会や帰りの会で確認したり、歌ったりして活用することもよい。

・　学級目標を学級集団づくりの点検機能の役割を果たしていくものとして位置付け、日々の生活の中で生じる様々な問題を解決するための拠り所として活用することも有効である。

・　学級旗（マーク）は、様々な活動（遠足・野外活動・修学旅行・集会等）の機会に、学級のシンボルマークとして携帯・掲示していくことで、雰囲気づくりにも効果があると考えられる。

・　学級目標は、学期末・学年末には、「学級の点検」（ふりかえり）をする際に、児童に自己評価させるなどして、学級経営の参考とする。

【ワークシート】

こんなクラスにしたい！

名前(　　)

◎　学級目標をみんなでつくりあげていきます。あなたが「こんなクラスにしたい」という願いを込めて、学級目標をつくりあげていきましょう。

(A)　目標の中に入れたい言葉を書き出しましょう。(思いつくだけ)

(例)なかま、友だち・・・

(B)　目標を文章化したり、合い言葉のようにつなげたりしてみよう。(3つぐらい)

(例)・友だちと協力して何事にもチャレンジする5－1

・遊ぼう・学ぼう・語ろう・夢一杯精一杯友だち一杯　など

○

○

○

(C)　(B)で考えた目標の中で一番気に入ったものを書きましょう。

○

(理由)

６　こんなときどうする

◆目　　的　・様々な種類のいじめについての理解を深めること。
　　・いじめられている子どもを支援する方策や人々、組織を確認すること。
　　・いじめに対する様々な反応を分析すること。
◆学　　年　小学校高学年～
◆所要時間　５０分×２
◆準 備 物　・１から４までの番号を書いた紙
　　・ワークシート
　　・ふりかえりシート

参考文献：（財）人権教育啓発推進センター『コンパシート【羅針盤】子どもを対象とする人権教育総合マニュアル』2009

進め方

①　「いじめなどの状況には、様々な対応ができることについて考えましょう。」という説明を聞く。

②　いじめの場面およびそれに対する３つの対応方法（選択肢）を聞く。そして、自分ならば、どの対応方法を選ぶかを考える。また、それ以外の対応方法があるかどうかを考える。

※資料を参考にして、いじめの場面および対応方法についての文章を読み上げる。事前に模造紙に書いておき、掲示するのもよい。

③　自分の対応方法を選択し、該当する番号のコーナーに移動する。独自の方法を選んだ場合は、４番のコーナーに移動する。

※事前に教室の四隅（４つのコーナー）に、１～４の番号を書いた紙を貼っておく。

※子どもたちが自分の意見を決めて、移動し終えたら、各コーナーにいる子どもに、なぜそこを選んだのか、その主な長所と短所はどんな点にあるかについて発表してもらう。また、４番のコーナーを選んだ子どもには、どう対応するつもりか説明してもらう。

④　②③の活動を５～６回繰り返したら、次のような質問について考え、このアクティビティをふり返る。

「いじめの場面の中には対応しにくいものがありましたか。それはどれで、どんな理由からでしょうか。」

「いじめられた人は、どこに助けや支援を求めることができるでしょう。」

「人が誰かをいじめるのは、どんな理由からでしょう。その理由は納得のいくものでしょうか。」

「あなたがいじめられて、助けを求めたのに、その人が何もしてくれない場合には、あなたはどうすべきでしょう。」

「仕方がないいじめだと考えがちないじめがあるでしょうか。あるとすれば、それはなぜでしょう。ないとすれば、それはなぜでしょう。」

「子どもたちがいじめられたときに、その子どもたちを助ける責任は誰にあるのでしょう。」
「大人でもいじめを経験する可能性はあるでしょうか。」
「大人がいじめられたときに、その人を助ける責任は誰にあるのでしょう。」
「いじめをする人の行動を誰も止めないとしたら、どんなことが起こるでしょうか。いじめをしている人にとって、社会にとってどうなるでしょう。」

⑤　「ワークシート」に自分の考えを記入し、いじめの問題と人権について関連付ける。

【ワークシート】

他の人をいじめる権利をもつ人はいるでしょうか。いるとすれば、それはなぜでしょう。いないとすれば、それはなぜでしょう。
ある人がいじめられているとすると、その人のどんな人権が侵害されている可能性があるでしょう。
いじめをなくすとき、すべての人にとっての人権環境はどのように改善されるでしょうか。

⑥　「ふりかえりシート」に回答を記入し、意見交流をする。

【ふりかえりシート】

このアクティビティを通して、どんなことを学びましたか。

留意点

・　このアクティビティは、「人権教育の手びき第51集」の活動展開例などを活用して、子どもたちの人権についての知識理解を深めた上で実施する必要がある。

【資料】

クラスの子どもたちがあなたの悪口を言い、物をよこせと強制するようになりました。こんなことをされるといやな気分です。あなたはどうすべきでしょう。 １　何もしない。そんなことをされるのは、自分が何か悪いことをしたからに違いないから。 ２　こちらもその連中の悪口を言い返し、脅してやる。 ３　親か先生に事情を話す。 ４　１～３以外のことをする。

クラスの子どもたちが、ケータイの掲示板を使って、あなたについてのひどい噂を広めています。多くの子どもたちがあなたと遊ばなくなり、話しかけることさえしません。あなたの友人まで、その噂が本当ではないかと思い始めています。あなたはどうすべきでしょう。
１　何もしない。誰もが噂は本当だと思っているのなら、誰も私のことを信じないだろう。
２　他の子どもについて、悪い噂を広める。
３　みんなにその噂は本当ではないと伝える。
４　１～３以外のことをする。

あなたの姉や兄は、誰も見ていないときにあなたを叩いたり蹴ったりして、告げ口をしたらもっと痛い目にあわせてやると言います。あなたはどうすべきでしょう。
１　親か先生に事情を話す。
２　学校の友人に、姉や兄とケンカするので、手を貸してくれるよう頼む。
３　姉や兄に、痛いからやめてくれと頼む。
４　１～３以外のことをする。

あなたの先生は、授業中に間違った答えを言うたびに、あなたに「おまえには何を教えてもむだだ」などと言います。他の子どもたちもあなたの悪口を言い始めました。あなたはどうすべきでしょう。
１　校長先生のところに行って事情を話す。
２　学校に行きたくないので、欠席し始める。
３　親に、別の学校に転校してもよいか聞いてみる。
４　１～３以外のことをする。

あなたの友人の一人が、年下の子どもをいじめたりからかったりしているのを見ました。あなたはどうすべきでしょう。
１　友人に知られないようにして、先生にそのことを知らせる。
２　その友人があなたもいじめたりからかうようになったら、友人が年下の子どもをいじめるのを手伝う。
３　友人に「君がしていることは間違ってる」と言う。
４　１～３以外のことをする。

別の学校の高学年の子どもたちが、あなたの小学校の低学年の子どもたちをいじめようとしています。一人で帰宅しようとしているところをつかまえたり、取り囲んだりして、お金や食べ物、おもちゃを取り上げています。あなたはどうすべきでしょう。
１　グループで登下校し、十分に注意する。
２　学校の先生や親などにそのことを伝え、助けを求める。
３　友人といっしょに、その子どもたちに、やめるよう言う。
４　１～３以外のことをする。

読み書きがとても苦手な友人をからかってきましたが、最近、その友人が一人でいるようになったことに気づきました。目に涙をためているのを見たこともあります。あなたはどうすべきでしょう。
１　何もしない。おそらく気分がすぐれないだけで、自分には関係ない。
２　友人をからかうのをやめて、なぜ泣いているのかを聞く。
３　「もうみんなの前でからかわないけれど、おまえは本当にできないからもっと勉強すべきだ」と言う。
４　１～３以外のことをする。

※子どもや地域の実態等に応じて、状況を工夫してください。

7　写真を読む

◆目　　的　人の痛みを理解し、共有しようとするための想像力を育てる。
◆学　　年　中学生・高校生
◆所要時間　５０分
◆準 備 物　いろいろな国の人々の様々な状況を写した写真（人物の顔が写っているもの）

参考文献：人権教育の指導方法等に関する調査研究会議『人権教育の指導方法等の在り方について［第三次とりまとめ］～実践編～』2009

進め方

①　４～６人のグループになり、喜怒哀楽をはじめ、様々な感情を表している人物の写真を数枚ずつ受け取る。
　※　写真のソースは様々にあるので、機会があるごとに集めておくとよい。
②　各自、それぞれの写真の人物が、どんな場面に置かれていて、どのような気持ちであるのかを想像する。
　※　表情が必ずしも人の心のすべての面を表しているとは限らないことを説明しておく。
③　各グループで、②で想像したことを、順次、述べ合う。また、そう考える理由も述べ合う。
④　③のもとに話合いをして、意見を分かち合う。
⑤　１枚の写真に表れた人の表情がいかに多様に解釈されうるかも含め、他人の感情を理解することの意味を話し合う。
⑥　各自、「ふりかえりシート」に回答を記入する。何人かが発表し意見を交流する。

【ふりかえりシート】

このアクティビティを通して、どんなことを学びましたか。

留意点

・　写真のテーマによっては、小学生を対象に実施することも可能である。

発展

・　表情を読む活動から、表現する活動につなげることも考えられる。ある場面を提示して、その当事者になったつもりで、それを表情や態度で表す活動、あるいは、それを絵や文章で表現する活動も、感性を育てる上で役立つと考えられる。

８　傷つける言葉

◆目　　的　・人を傷つける言葉の原因と与える影響について考えること。
　　・表現の自由の限度を理解すること。
　　・人を傷つける言葉づかいに抗う技能を身に付けること。
◆学　　年　中学生・高校生
◆所要時間　５０分×２
◆準 備 物　・「子どもの権利条約」第１３条を書き込んだ模造紙
　　・付箋紙（１人当たり１０枚程度）
　　・模造紙とマーカー、または黒板とチョーク
　　・尺度表
　　・ワークシート
　　・ふりかえりシート

参考文献：（財）人権教育啓発推進センター『コンパシート【羅針盤】子どもを対象とする人権教育総合マニュアル』2009

進め方

①　「子どもの権利条約」第１３条を確認する。

> **子どもの権利条約第１３条（子ども向け）**
> 子どもは、自由な方法でいろいろな情報や考えを伝える権利、知る権利をもっています。ただし、ほかの人に迷惑をかけてはなりません。

※「子どもの権利条約」第１３条を黒板に書き出すか、それを記入した用紙を黒板に貼る。

※「『子どもの権利条約』は、子どもには表現の自由という権利があるとしているが、他の人の権利を侵害する表現は制限している」ことを子どもたちに説明する。その上で、次のような質問をして、表現の自由について話し合わせる。

「自分が言いたいことは、いつでも言うことができるのは当然だと言えるでしょうか。」

「どのような言葉づかいが、他の人の権利を侵害すると思いますか。」

「どのような言葉づかいが、他の人の心を傷つけると思いますか。」

②　このアクティビティは、①の質問について考えるものであると説明を聞く。

③　自分が聞いたり、互いに言い合ったりしている悪口や人を傷つけるような言葉を、１枚の付箋紙に１つずつ書き込む。

※付箋紙は大きめのものを、１人に１０枚程、配布する。

※付箋紙には、太めのサインペン等で書いてもらう。

④　一斉に、各自が書き込んだ付箋紙を、黒板に示された尺度表の当てはまると思う欄にに貼っていく。

※尺度表を黒板に貼るか黒板に書く。
※学級の人数が多いときは、２０人以下の２グループに分けて行うなど配慮する。
※子どもたちは幼い頃から「悪い言葉」は知っているが、それらの言葉について大人と論議することはほとんどないと思われる。①～④のステップでは、「悪い言葉」を口に出すことは許されるが、そうした言葉を「使っている」のではなく「論議している」ということを、子どもたちに徹底しておく必要がある。
※ある言葉を使うことが許されるかどうかを、子どもたちが考えるステップ⑧～⑫以外のところでは、「悪い言葉」は声に出さず、付箋紙に書いた文字だけにとどめておくという工夫も有効と考えられる。

【尺度表】

苦痛にならない (からかい/ふざけ)	少し苦痛を与える	苦痛を与える	大きな 苦痛を与える	極めて大きな 苦痛を与える

⑤　全員で、尺度表を黙ったままじっくり見る。
※たいていは、同じ言葉を書いた付箋紙が何枚も現れるが、尺度表の度合いの異なる場所に貼られていることになる。

⑥　次のような質問を聞き、尺度表からどんなことを読み取ったかについて発表し合う。
「ある同じ言葉でも、傷つける言葉ではないと思う人もいれば、ひどい言葉だとか心を傷つける言葉だと思う人がいるのは、なぜだと思いますか。」
「ある同じ言葉でも、どのような言い方をされるか、または、誰によって言われるか、ということによって与える苦痛が変わることはあるでしょうか。」
「人々はなぜこのような言葉を使うのでしょう。」
※このアクティビティの中心となる学習のポイントは、同じ言葉でも、全く異なる印象を与える可能性があるということである。すなわち、一つの言葉を冗談だとみなす子どももいれば、非常に心を傷つける言葉であると感じる子どももいるのである。他の子どもたちが、ある言葉を当たり障りのない言葉だと考えていることにより、感性豊かな子どもが傷つけられることがないように、話合いの流れに注意を払う必要がある。

⑦　５～６人のグループに分かれ、グループごとに尺度表（④の尺度表を縮小したもの）を受け取る。黒板の尺度表に貼られた言葉について十分に話し合った上で、グループの尺度表の最も当てはまる欄に書き込んでいく。
※人権への関連付けをあいまいなものにしないため、⑦の活動には、十分な時間を与える必要がある。

⑧　各グループで、次のような質問について考える。
「どの欄に、最も多く『言葉』が書かれましたか。また、なぜ、そうなったので

しょうか。」

「声に出さずに考えてみましょう。あなた自身が使っている言葉は、どこかの欄にあるでしょうか。」

⑨　グループごとに、「極めて大きな苦痛を与える」と判断した言葉を発表する。また、そう判断した理由も説明する。

⑩　各グループから出された「極めて大きな苦痛を与える」言葉について、次のような質問を聞いて考える。

「このような言葉が自分や他の人に対して言われたとき、どのようにすればよいでしょうか。」

※「極めて大きな苦痛を与える」言葉が複数あるときは、このプロセスを繰り返す。

⑪　グループごとに⑩の結果について発表する。

⑫　各自、「ワークシート」に自分の考えを記入し、心を傷つけるような言葉と人権における責任とを関連付ける。

【ワークシート】

大人には、人を傷つけるような言葉を止める責任があるでしょうか。もしあるとすれば、それはなぜでしょう。
子どもには、自分たちの生活の中で、人を傷つけるような言葉を止める責任があるでしょうか。もしあるとすれば、それはなぜでしょう。
人を傷つけるような言葉をなくすために、あなたは自分の学級の中で、どんなことができるでしょうか。

⑬　各自、「ふりかえりシート」に回答を記入する。何人かが発表し意見を交流する。

【ふりかえりシート】

このアクティビティを通して、どんなことを学びましたか。

発展

- 人を傷つける言葉づかいを止めるために、自分たちにどんなことができるかについてのディスカッションをさらに深める。
- 悪口を言う状況のロールプレイをし、それに対応する方法を子どもたちに体験させる。

９　保育実習体験

◆目　　的　・幼い子どもたちに接し、世話をすることを通して、自分の成長も多くの人々に支えられたことを理解し、自尊感情を高める。
◆学　　年　中学生・高校生
◆所要時間　５０分×２（保育所または幼稚園の訪問）
　　５０分×５（教材・教具の作成、保育実習）
◆準 備 物　・保育実習のための道具（絵本、おもちゃ、遊び道具など）
参考文献：人権教育の指導方法等に関する調査研究会議『人権教育の指導方法等の在り方について［第三次とりまとめ］～実践編～』2009

進め方

①　校区の保育所または幼稚園を訪問し、保育について見学や聞き取りをし、保育計画を立てる。
　※　幼児の立場に立って計画するようにする。
②　一緒に遊べる道具や遊びをグループで考え、必要となる教材・教具を集めたり、作ったりする。
③　保育所または幼稚園に出向き、グループごとに、それぞれの作成した保育計画に沿って保育実習を行う。
④　実習を通じて感じたことや気付いたことを生徒同士で話し合い、実習ノート等にまとめる。

留意点

・　保育実習をより身近なものと感じさせるため、なるべく卒園した保育所・幼稚園で実習を行うとよい。
・　日常的な校種間連携を行い、保育士と教職員とが共に子どもたちの成長を支援する立場で行う。
・　実習でのつながりをもとに、行事への招待や合同の行事が行えるような日常的な校種間連携へとつなげていきたい。

１０　豊かな出会いのために

◆目　　的　・自分を見つめ直す
　　・聴き合う力を高める
　　・好意的な関心をもって人間関係を形成する
◆学　　年　中学生・高校生
◆所要時間　５０分
◆準 備 物　ワークシート

進め方

【活動Ａ】

①　２つの列を組み合わせ、隣り合う２人でペアをつくる。互いに出身校と名前程度の簡単な自己紹介をする。

②　じゃんけんで勝った人が先に話し手になり、示されたテーマに沿って１分間、スピーチをする。

※聴き手は好意的な関心をもって傾聴する。

③　話し手と聴き手を交替する。

④　一方の列で１つずつ席を移動し、新しいペアをつくる。

⑤　２回目のテーマについて、①②③の活動をする。

⑥　同様に３つまたは４つのテーマで、３～４回繰り返す。

※テーマの例「朝食べたもの」「通学途中の風景」「最近見たテレビ番組」など

【活動Ｂ】

①　自席にもどり、ワークシートを受け取る。

※まず、教師が、自分自身のことを例に挙げて説明するとよい。

②　まず、ワークシートのＡ欄の（　　）に自分の好きなもの・ことを書く。次に具体的な事柄をを３つ記入し、それらに関するエピソードも１つ記入する。

③　ワークシートのＢ欄も同様にする。

④　ワークシートのＡ・Ｂ欄に記入した内容をもとにして、Ｃ欄に新しい学校生活でチャレンジしたいことを書く。

⑤　完成させたワークシートを、隣の人に見せながら、その内容を説明する。

※聴き手は相手に対して好意的な関心をもって聴き（傾聴し）、自己紹介が終わったら１つだけ相手のことをほめる。相手の話の内容にかかわって途中で聴き手が質問をしてもよい。

⑥　聴き手と話し手を交代し、⑤の活動をくり返す。

⑦　４人または６人でグループになり、１人１分程度感想を述べ合う。

留意点

・年度初めの集団づくりの取組として活用すると効果的である。

【ワークシート】

A　まず、はじめに

（　　）の好きな私

具体的には

1（　　）
2（　　）
3（　　）

エピソードを一つ

B　それから・・・

（　　）の好きな私

具体的には

1（　　）
2（　　）
3（　　）

エピソードを一つ

C　これからの学校生活でチャレンジしたいこと

１１　私たちの学級憲法

◆目　　的　・権利と責任は表裏一体の関係であることを理解する。
　　・日常生活における権利と責任を考える。
　　・学級のための憲法をつくる。
◆学　　年　中学生・高校生
◆所要時間　５０分×２
◆準 備 物　・ワークシート
　　・ふりかえりシート

参考文献：（財）人権教育啓発推進センター『コンパシート【羅針盤】子どもを対象とする人権教育総合マニュアル』2009

進め方

①　他の人に不利益を与えたり、迷惑をかけたりするという理由で、やってはいけないという事柄を思い出し、発表する。

※発表された内容を黒板に列記する。

※次のような内容が予想される。

・人をたたいてはいけない。
・人をいじめてはいけない。
・人の物を盗んではいけない。
・嘘をついてはいけない。

※この活動を通して、子どもたちが既に理解しているいくつかの行動制限を探ることができる。

②　黒板に書かれた文を、例のように肯定的な表現に言い換える。

（例）・人をたたいてはいけない。→私にはたたかれない権利があります。
・人をいじめてはいけない。→私にはいじめられない権利があります。
・人の物を盗んではいけない。→私には自分の物を盗まれない権利があります。
・嘘をついてはいけない。→私には嘘をつかれない権利があります。

③　②のように肯定的な権利の文をつくるプロセスを理解したら、４～６人のグループになる。

④　各グループでワークシートを受け取り、次のような説明を聞き、一人一人がより良い学級生活を過ごせるようにするための基本的な権利を３つか４つ作成する。

ａ　例えば、「だれにも、たたかれない権利があります」というように、「だれにも、‥‥権利があります」という表現にしてください。
ｂ　グループの全員が賛成したときだけ、その権利をワークシートに書き込んでください。
ｃ　各自が考えた権利で似たものがあれば、一つの表現にまとめてください。
ｄ　目標は、たくさんの権利をつくることではなく、だれもが受け容れられる権利

をつくることです。

【ワークシート】

・だれにも、	権利があります。
・だれにも、	権利があります。
・だれにも、	権利があります。
・だれにも、	権利があります。

⑤　各グループが作成した権利を順に発表する。

※発表された権利を、表（権利と責任）の“権利”の欄に列記する。表は黒板に書くか、模造紙などに書いておき黒板などに貼って使用するとよい。

※似たような権利はまとめ、文が修正された場合には、それぞれのグループの承認を求める。

⑥　各グループの発表が終わったら、表に書かれた個々の権利が、だれに対しても守られるようにするには、一人一人がどのような責任を果たさなければならないかを考える。

※答えは、「私には‥‥する責任があります」という表現にするように指示する。

※何人かに答えを発表させ、表の“責任”の欄に書き込む。

【表（権利と責任）】

（　　）	
権　利	責　任
（例） ・だれにも、暴力をふるわれない権利があります。	・私には、だれに対しても、暴力をふるってはいけないという責任があります。
・だれにも、意見を聞いてもらえる権利があります。	・私には、みんなの意見をしっかり聞くという責任があります。

⑦　各グループから発表された権利と責任がすべて書き込まれたら、次のような質問について考え、表の見直しをする。

「さらにまとめることができる権利や責任がないでしょうか。どれか削除できるものはないでしょうか。」

「他に加える必要のある権利や責任はないでしょうか。」

⑧　⑦によって、表ができあがったら、この表にふさわしい名前を考え、話し合う。

※自分たちがつくった表の内容を守ることで、お互いが気持ちよく生活することができるということを強調する。

※状況に応じて、「私たちの学級憲法」「○年○組の権利宣言」などが出てくるようにはたらきかける。

※名前が決まったら、表の一番上の欄に書き込む。そして、きれいに書き直したものを教室の目立つ場所に貼る。

※この表（以下、「学級憲法」）を印刷して、全員に配布するのもよい。

※「学級憲法」が、一緒に学習したり、遊んだりしたりするときの自分たちの規則であると説明する。

⑨　規則は、すべての人の権利が尊重される共同生活ができるように助けてくれるものであることを理解して、活動を終える。

※規則とは、私たちの権利（例えば、参加する、意見を述べる、学ぶ、遊ぶ）を守り、私たちの安全と健康を守り、さらに、他者の権利を尊重する責任を私たちに気づかせるものであることを伝える。

※その後、学級内で問題が生じた場合、「学級憲法」を使って解決するようにする。

ふりかえり

各自、「ふりかえりシート」に回答を記入する。

【ふりかえりシート】

権利と責任について、気づいたことはありましたか。
この活動を通して、どんなことを学びましたか。

発展１（「学級憲法」の見直しをする）

・　「学級憲法」をつくってから、例えば数週間後に、次のような質問について考え、その見直しをする。

「自分たちのつくった『憲法』の内容について、今でも賛成しますか。」

「他のものに比べて守りにくい責任がありますか。それはなぜでしょうか。」

「『学級憲法』に、変えたり、削ったり、追加したりする必要のある権利や責任がありますか。」

※法や規則は、現状に即して、改善されたり、削除されたり、追加されなければならないことを指摘する。

発展２（身のまわりの規則について考える）

・　次のような質問について考え、規則の目的について話し合う。

「自分の生活の中（例えば、自宅、学校、地域）に、どんな規則がありますか。そのような規則をつくったのはだれですか。」

「私たちには、なぜ規則があるのでしょうか。それは私たちにとって必要でしょうか。」

発展３（「学級憲法」と子どもの権利条約）

・　「学級憲法」と「子どもの権利条約」を比較する。そして、「子どもの権利条約」の中の権利やそれに対応する責任の中に、自分たちの「学級憲法」に加えたいものがあるか話し合う。

※「子どもの権利条約（子ども向け）」（『人権教育の手びき第５１集』p.80）を配布する。