

2023年度(令和5年度)

チャレンジ・ウィーク

ふくやま

地域で進めるみんなの職場体験

— たくましく生きるために —

実習ノート

福山市立新市中央中学校

1年 組 番 名前

体験活動の心得

1. 意義と目的

「チャレンジ・ウィークふくやま」は、学校を離れ、地域の中で活動する「体験活動週間」です。ふだん学校ではできないこと、将来やってみたいこと、時間をかけて取り組みたいことなどを活動内容としています。

みなさんは、自分で課題を見つけ、自ら学び、考え、判断し、行動し、よりよく解決していく資質や能力を身につけなければなりません。そのためには、様々な人々と出会い、ふれあうことにより、自己をしっかりと見つめ、自分の生き方を考え、一人の人間として自己の確立を図ることが必要です。

そこで、この「チャレンジ・ウィーク」の活動を通して、自分の目標を持ち、地域の中へ積極的に入り、様々なことを学び、輝く自分と出会い、自己を確立し、たくましく生きていく力を養ってほしいと思います。

2. 体験活動の目標

(1) 自ら学び、考え、判断し、行動する力を身につける（自己表現力・課題解決力）

職場の担当者の方に指示されたことについて、自分で考え、わからないことは質問し、しっかりと理解した上で、自己表現をしましょう。

(2) 日々の目標を持ち、自主的・主体的に取り組む（チャレンジ&チェンジする力）

体験活動には、教科書はありません。自分が何をしなければならないか、自分に何ができるか、自分が何をしようとしているかをしっかりと考え、日々の目標を持って1日をスタートしましょう。また、立てた目標に対する振り返りをしっかりと行い、よりよい活動にできるよう、改善していきましょう。

(3) さまざまな人とふれあい、豊かな人間関係を築く（つながる力）

学校の友だちや先生以外の人との出会いがあります。新しい生活環境や集団の中で自分らしさをおおいに発揮するとともに、積極的にあいさつを交わし、心の通い合う人間関係を築いていきましょう。

(4) 正しい礼儀作法やマナー、人との接し方・言葉遣いを身につける（つながる力）

その時、その場、その人に応じた接し方や言葉遣いに気をつけて、普段では体験できない場面を乗り越えていく中で、社会人としてのマナーや礼儀などを意識しながら身につけましょう。常に、周囲への心配りを忘れないことが大切です。

(5) 自分の将来の目標や、日々の勉強との関わりを知る (自己理解力)

実際の職場では、今行っている学校の勉強で使っている考え方やグループ学習での取組などが発揮される場合があります。また、職種によっては、教科の専門的な知識が発揮されているようなものもあります。体験の中で、自分は将来どんな仕事がしたいのかや、今後の学習へどのように体験の学びを活かしていくか考えましょう。

新市中央中学校区でつきたい力

職場体験に関わる全活動を通じて、次のチェック項目全てを達成できるよう頑張ろう！	
つながる力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	
互いのよさや違いを認め合い、協働して課題解決をしている。	
<input type="checkbox"/> 友達や事業所の人と協力して各活動に取り組むことができた。 <input type="checkbox"/> 友達や事業所の人のお話や考えをしっかりと聞く (理解する) ことができた。 <input type="checkbox"/> 友達や事業所の人と協力する際、自ら進んで関わる事ができた。	
チャレンジする力 ← (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	→ チェンジする力 (課題解決力) (A…3つ B…2つ C…1つ以下)
【チャレンジ&チェンジする力】活動を振り返り、改善策を考えることができる。 【課題解決力】解決すべき課題を設定し、情報を比較、分類、関連付けて考え、互いの考えを検討し合い、課題を解決している。	
<input type="checkbox"/> 各活動の中で、苦手なことや困難なことにも挑戦できた。 <input type="checkbox"/> 各活動の中で、やるべきことを最後までやりとげることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動を行う際は、目標 (計画) を設定して取り組むことができた。	<input type="checkbox"/> 各活動の中で、自分自身の課題や活動の課題を見つけることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動の課題を踏まえ、さらに良い活動になるよう改善策を考えることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動の中で、考えた改善策を実行することができた。
自己表現力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	
自分の思いや考えを、多様な表現方法を用いて説明できる。	
<input type="checkbox"/> 各活動で学んだことや考えたことを、分かりやすく実習ノートやスライドにまとめることができた。 <input type="checkbox"/> 自分の思いや考えを、友達や事業所の人にしっかりと伝えることができた。 <input type="checkbox"/> 時と場に応じた言動をとることができた (あいさつ・マナー など)。	
自己理解力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	
自分の将来の夢や目標を持つ。	
<input type="checkbox"/> 各活動の中で、仕事の大切さや意義について理解を深めることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動に取り組む中で、自分の進路や将来について考えることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動を通じて、自分の進路や将来の目標の実現に向けて、必要な力が何かを具体的に考えることができた。	

3. 注意事項

【基本的な姿勢・態度】

- ①指示を待つのではなく、積極的に取り組む。
- ②活動場所では、活動内容をしっかりと理解することを心がけ、わからないことがある時には、積極的に質問する。
- ③体験場所では、仕事の苦勞や厳しさを十分体験するとともに、日常生活では得がたい経験の中から喜びを見出す。
- ④失敗しても投げやりになったり、失望したりすることなく、担当者に報告し、相談しながら全力を尽くす。
- ⑤常に自分を振り返り、指示や注意に対して、素直に耳を傾けることのできる姿勢や態度で取り組む。
- ⑥中学生としての自覚を持ち、言葉遣い・服装・態度などに注意を払う。
- ⑦「はい」「わかりました」「ありがとうございました」など、大きな声で、はっきりと言い、気持ちのよい人間関係を築く。
- ⑧お世話になる事業所に対して感謝の気持ちを持ち、進んで事業所のために奉仕する気持ちを持つ。

【活動について】

- ①遅刻、早退、無断欠席がないようにする。
 - ・やむを得ず欠席をする場合は、始業時刻前に、早めに保護者が学校と事業所に電話連絡をする。
 - ・決められた出勤時刻の10分前には、確実に到着できるように余裕をもって家を出る。
 - ・やむを得ず早退する場合（体調不良など不慮の事態が生じた際）は、事業所の担当者に申し出て、学校に連絡してもらう。
- ②家で緊急なことが発生したときには、学校に連絡を入れてもらう。
- ③通勤方法（通勤路、交通手段）はあらかじめ決められた方法に従う。
- ④服装は原則として制服または体操服とする。持ち物は、実習ノート、筆記用具、弁当、水筒、タオル、その他活動に必要な物とし、かばんは学校で使用しているものとする。
- ⑤昼食は、弁当を持参し、近隣の店で弁当や飲食物を購入しない。
 - ・不要物を持ち込んだり、お菓子やジュース等の飲食をしたりしない。
- ⑥活動中は、担当者の指示に従い、事業所の規則を守るとともに、学校のルールも守る。
 - ・特に挨拶、言葉遣い、時間、服装に気をつける。
 - ・無駄話をせず、丁寧に、てきぱきと仕事をこなし、事業所に迷惑をかけないようにする。
- ⑦万が一、活動中にけがや事故などのトラブルが発生したり、物を破損したりした

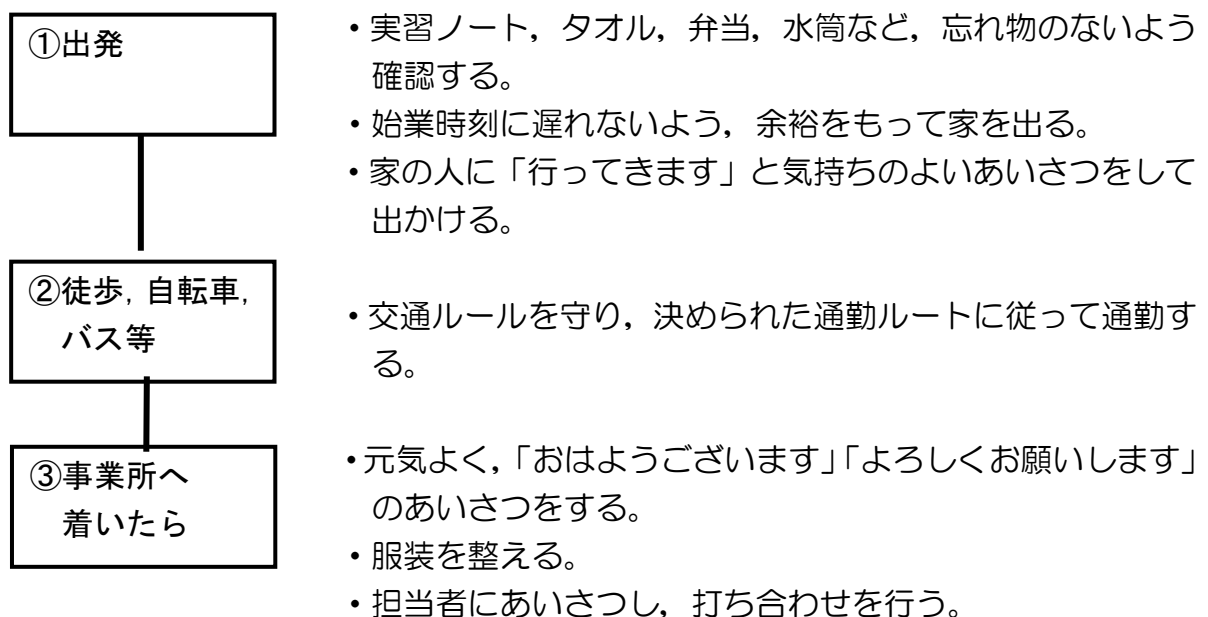
場合は、すみやかに担当者に申し出て、指示を仰ぐ。

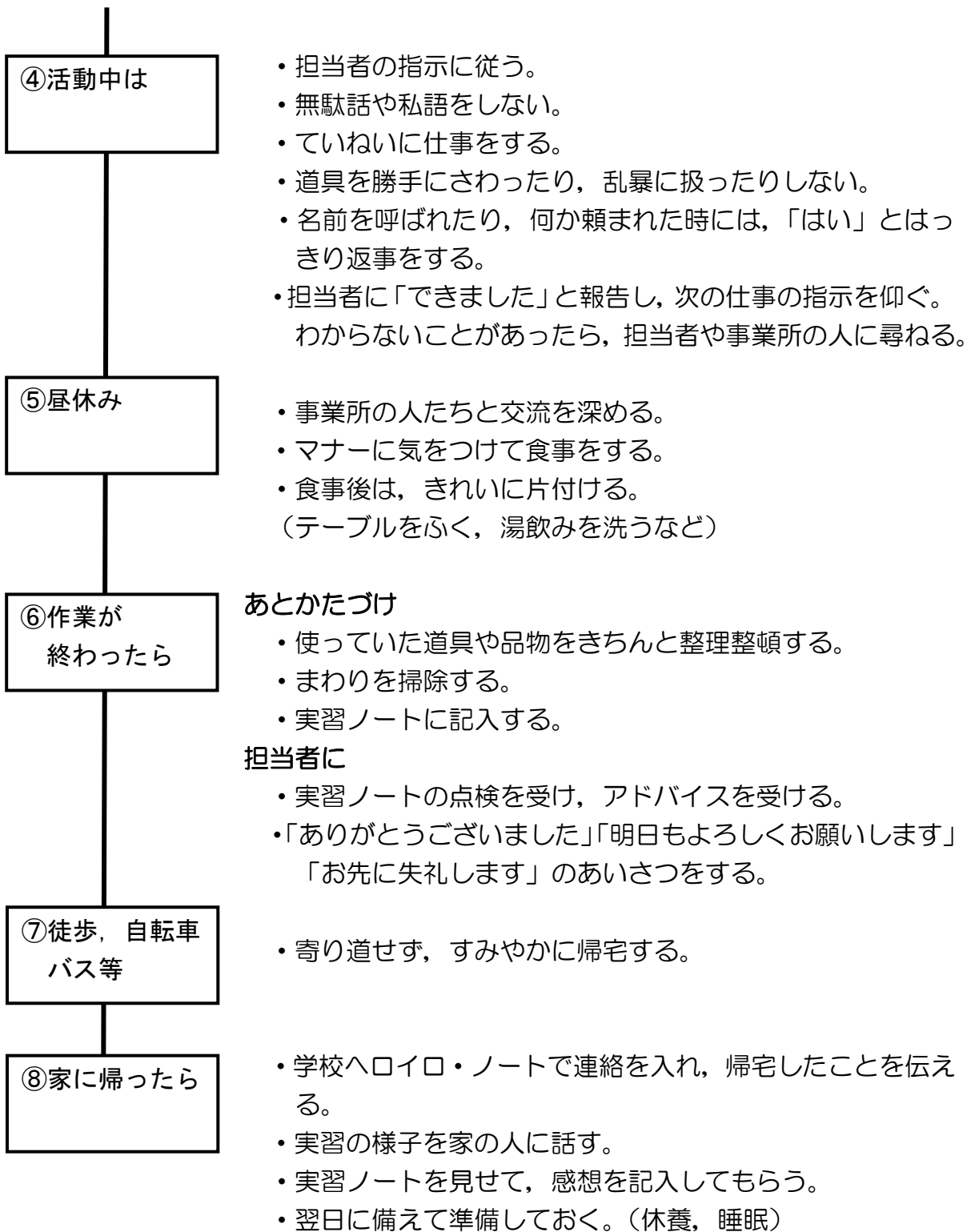
- ⑧活動時間は原則として9時から15時であるが、早く終わっても寄り道や買い食いをしたり、友達の体験先を訪ねたりしない。
- ⑨毎日、実習ノートを事業所に提出し、担当者の点検を受けるとともに、家庭でも保護者に見せる。
- ⑩活動期間中は部活動をしない。
- ⑪帰宅したら、必ず学校へロイロ・ノートで連絡を入れ、帰宅したことを告げる。
- ⑫台風や自然災害等の緊急事態によって、職場体験を中止せざるを得ないことが予想される場合は、前日の段階で中学校が判断する。
中止の決定は、前日15時までに Google クラスルームにより通知する。
また、当日の体験中、急に警報等が発令された場合は、対応について学校から各事業所へ連絡をする。
- ⑬その他、事業所の都合により、やむを得ず営業が休止される場合は、学校に登校し、先生の指示に従う。

【事故防止について】

- ①通勤・退勤時には、交通ルールを守り、車の通行量の多い道路や交差点等では事故のないよう十分に注意するとともに、他の人の迷惑にならないように通行する。
- ②事業所内では、危険箇所での作業や危険物の取り扱いは行わない。
- ③担当者の指示には確実に従い、自分勝手な判断で行動しない。
- ④作業場所においては、周りの状況を十分に確認し、移動する際には、特に足元に注意する。
- ⑤その他あらゆる場面において、事故やけがのないよう、集中して活動に取り組む。

【1日の流れ】





「職場体験」のねらいと課題

「職場体験」は、ただ単に仕事を体験するだけの取組みではありません。「何のために体験するのか」というねらいを理解し、「何を学びたいのか」「何を身に付けたいのか」など、しっかりとした目標を持って臨みましょう。

1. 進路実現・将来の夢や目標の実現へ向けて今の私は・・・
(今の自分には何ができて、何がたりないのか 2ページのループリックも参考に)

2. これが私の職場体験のテーマ（目標）だ！（「1」を踏まえて、何を）

【目標】

【目標設定の理由】

3. 目標を達成するために、「特に」頑張りたいこと・身につけたいこと、その具体を3つずつ書こう！

	特に頑張りたいこと・身につけたいこと	具体的に何をするか？
1		
2		
3		

事前打ち合わせ事項

1年()組()番名前() 訪問日 月 日()

事業所名	事業所整理番号
住 所	市 町
電 話	
担当者名	担当の先生名

日 時	出勤時刻	活動時間	出勤場所	交通手段
月 日()	時 分	: ~ :		
月 日()	時 分	: ~ :		
月 日()	時 分	: ~ :		

服 装	制服・体操服・その他()
昼 食	弁当・水筒・その他()
持参物	
その他	

今回の体験の目標（事前に記入する）

事業所のきまり・注意事項・その他

他の体験生徒名

【活動日誌】

_____ 月 日 () 名前 (_____)

今日の目標： _____

活動場所		活動時間	活動内容	活動の反省
一日の感想			担当者からの一言	今日の活動の中で、生徒にアドバイスしたり、大切にしてほしいと思ったりした内容に近い力（資質・能力）は？ P2の表や下の表を参考に
				<input type="checkbox"/> つながる力 <input type="checkbox"/> チャレンジ&チェンジする力（課題解決力） <input type="checkbox"/> 自己理解力 <input type="checkbox"/> 自己表現力
				今日の活動を踏まえ、良かったことや頑張してほしいことは？*箇条書きで構いません
つながる力	チャレンジ&チェンジする力/課題解決力		自己理解力	自己表現力
互いの良さを認め合い、協働して課題解決をしている。	子：活動を振り返り、改善策を考えることができる。 課：解決すべき課題を設定し、情報を比較、分類、関連付けて考え、互いの考えを検討しあい、課題を解決している。		自分の将来の夢や目標を持つ。	自分の思いや考えを、多様な表現方法を用いて説明できる。

【活動日誌】

月 日 () 名前 ()

今日の目標： _____

活動場所		活動時間	活動内容		活動の反省
一日の感想			担当者からの一言	今日の活動の中で、生徒にアドバイスしたり、大切にしてほしいと思ったりした内容に近い力（資質・能力）は？ P2の表や下の表を参考に	
				<input type="checkbox"/> つながる力 <input type="checkbox"/> チャレンジ&チェンジする力（課題解決力） <input type="checkbox"/> 自己理解力 <input type="checkbox"/> 自己表現力	
				今日の活動を踏まえ、良かったことや頑張してほしいことは？ *箇条書きで構いません	
つながる力	チャレンジ&チェンジする力/課題解決力		自己理解力	自己表現力	
互いの良さを認め合い、協働して課題解決をしている。	子：活動を振り返り、改善策を考えることができる。 課：解決すべき課題を設定し、情報を比較、分類、関連付けて考え、互いの考えを検討しあい、課題を解決している。		自分の将来の夢や目標を持つ。	自分の思いや考えを、多様な表現方法を用いて説明できる。	

【活動日誌】

月 日 () 名前 ()

今日の目標： _____

活動場所		活動時間	活動内容	活動の反省
一日の感想			担当者からの一言	今日の活動の中で、生徒にアドバイスしたり、大切にしてほしいと思ったりした内容に近い力（資質・能力）は？ P2の表や下の表を参考に
				<input type="checkbox"/> つながる力 <input type="checkbox"/> チャレンジ&チェンジする力（課題解決力） <input type="checkbox"/> 自己理解力 <input type="checkbox"/> 自己表現力
				今日の活動を踏まえ、良かったことや頑張してほしいことは？*箇条書きで構いません
つながる力	チャレンジ&チェンジする力/課題解決力		自己理解力	自己表現力
互いの良さを認め合い、協働して課題解決をしている。	子：活動を振り返り、改善策を考えることができる。 課：解決すべき課題を設定し、情報を比較、分類、関連付けて考え、互いの考えを検討しあい、課題を解決している。		自分の将来の夢や目標を持つ。	自分の思いや考えを、多様な表現方法を用いて説明できる。

学んだことを振り返ろう

あなたにとって、どんな「チャレンジ・ウィーク」でしたか。(チェックをつけよう)

つながる力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	
互いのよさや違いを認め合い、協働して課題解決をしている。	
<input type="checkbox"/> 友達や事業所の人と協力して各活動に取り組むことができた。 <input type="checkbox"/> 友達や事業所の人と話や考えをしっかりと聞く(理解する)ことができた。 <input type="checkbox"/> 友達や事業所の人と協力する際、自ら進んで関わることができた。	
チャレンジする力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	←————→ チェンジする力(課題解決力) (A…3つ B…2つ C…1つ以下)
【チャレンジ&チェンジする力】活動を振り返り、改善策を考えることができる。 【課題解決力】解決すべき課題を設定し、情報を比較、分類、関連付けて考え、互いの考えを検討し合い、課題を解決している。	
<input type="checkbox"/> 各活動の中で、苦手なことや困難なことにも挑戦できた。 <input type="checkbox"/> 各活動の中で、やるべきことを最後までやりとげることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動を行う際は、目標(計画)を設定して取り組むことができた。	<input type="checkbox"/> 各活動の中で、自分自身の課題や活動の課題を見つけることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動の課題を踏まえ、さらに良い活動になるよう改善策を考えることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動の中で、考えた改善策を実行することができた。
自己表現力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	
自分の思いや考えを、多様な表現方法を用いて説明できる。	
<input type="checkbox"/> 各活動で学んだことや考えたことを、分かりやすく実習ノートにまとめることができた。 <input type="checkbox"/> 自分の思いや考えを、友達や事業所の人にしっかりと伝えることができた。 <input type="checkbox"/> 時と場に応じた言動をとることができた(あいさつ・マナー など)。	
自己理解力 (A…3つ B…2つ C…1つ以下)	
自分の将来の夢や目標を持つ。	
<input type="checkbox"/> 各活動の中で、仕事の大切さや意義について理解を深めることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動に取り組む中で、自分の進路や将来について考えることができた。 <input type="checkbox"/> 各活動を通じて、自分の進路や将来の目標の実現に向けて、必要な力が何かを具体的に考えることができた。	

新市中央中学校区でつきたい力

チェックをもとに、つきたい力について自分のチャレンジ・ウィークでの学びを振り返ろう！

つきたい 資質・能力	頑張ったこと 改善したいと思ったこと	今回の経験をもとに、どのように力を 伸ばしていくか
【つながる力】 評価（○をする） [A B C]		
【チャレンジする力】 評価（○をする） [A B C]		
【チェンジする力】 （課題解決力） 評価（○をする） [A B C]		
【自己表現力】 評価（○をする） [A B C]		
【自己理解力】 評価（○をする） [A B C]		

その他の視点で振り返ってみよう！

★仕事の喜びや楽しさを感じることができた	4	・	3	・	2	・	1
★仕事の厳しさを感じることができた	4	・	3	・	2	・	1
★自分の意外な一面を見つけることができた	4	・	3	・	2	・	1
★職場体験について保護者と話げできた	4	・	3	・	2	・	1
★職場体験を充実して終えることができた	4	・	3	・	2	・	1

●先生からの一言	●保護者の方からの一言

