

東京学芸大学先端教育人材育成機構外国人
児童生徒教育推進ユニット
日本語プログラム開発事業
高等学校部会

活動・ユニットプラン

プログラムC

「自己アピールを書こう」
—話す・書く—



五十嵐 恵美 (愛知県立御津あおば高等学校)

2026年3月21日 (土) オンライン開催

本資料の利用について

教育・研修を目的とした利用に限ります。資料としてご利用を希望する場合は、コンテンツの出典として「利用する資料等の作成者・執筆者」「利用する資料等が作成・公開された事業名」「コンテンツが示されているウェブサイトのURL」を明記して利用してください。部分的な切り取りや加工をして利用することは禁じます。

プログラムC 技能別日本語

『ガイドライン』プログラムCのシラバス S7+W9に該当

目指す生徒像

- (1) 多様性を強みに、他者と協働して、地域・社会の共生を推進する生徒。

時間 50分×3回 (科目名の例：日本語Ⅱ)

形態 クラスレッスン

1 対象生徒 について

年齢 : 16歳

学年 : 高校1年生

滞日期間 : 4年目

日本語の力 : ステップ (5)

包括的なことばの力 : ステージ (D)

文科省「ことばの力のものさし」

2 目標と評価

目標	評価
(1) 自身の性格や行動の仕方等の特徴について、適した語彙、表現を選択して、自己アピールとしての的確に自分を説明することができる。(知識・技能)	1時間目の活動3のやりとり、2時間目の活動2で書いたアピール文で評価
(2) 相手の求めに応じて、自分をアピールするのに適したエピソードを選択し、その取り組み内容、結果、感じたことを、自身の良さが伝わるように具体的に話したり書いたりすることができる。(思考・判断・表現力)	2時間目の活動2のアピール文と、3時間目の活動1の発表で評価
(3) 自己理解を深めて面接に活かそうとするとともに、クラスメイトの良さに目を向け、互いに認め合うことができる。(学びに向かう力・人間性)	1時間目の活動3のやりとりと、3時間目の活動2のやりとりで評価

3 言語事項

機能：説明する 自分の長所について具体的な例を示して説明する
私／〇〇さんの長所は～ところです エピソードとして～ 具体的には～
～という経験をしました 言い換えると～ なぜかということ ～からです。

語彙・表現：

- 履歴書、自己アピール、経験、体験、取り組み、活動、努力、結果
 - 性格・人柄を表す語彙：勝気、真面目、陽気、親切、几帳面、慎重、大胆、
穏やか、活発
 - 行動・態度を表す表現：悩まない、忍耐強い、落ち着いている、集中力がある
自信がある、柔軟性がある、行動力がある、判断力がある、責任感がある
 - 対人関係に関する表現
ユーモアがある、友達思い、リーダーシップがある、協調性がある
 - 「ジョハリの窓」活動の語彙 解放、盲点、秘密、未知、
-

4 活動展開 < 1 時間目① >

活動（生徒の活動）	○教材	言語運用例 T：教師 S：生徒 (やりとり、提示する表現等)
1 本時の目的を知る。 自己アピールを書くこと、そのために自分について深く知ることが重要であることに気づく。 ○願書の自己アピール部分の例		T:就職活動や進学願書に、何を書けば良いと思いますか。 S:高校でがんばったことや経験したこと、自分ができることか長所とか。自分のいいところ。 T:高校で努力したことや活動、性格など、自分のことを説明してアピールしたいですね。(願書の例を示す)
2 自己アピールで利用できる語彙を学ぶ。 アニメや漫画の主人公を例に、その行動から性格を表現する。 ○性格を表す語彙リスト		T:〇〇はどんな性格ですか。どうしてそう思いますか。 S:〇〇は、行動力があり、仲間思いだと思います。(エピソード)からです。

4 活動展開＜1時間目②＞

活動（生徒の活動） ○教材

- 3 自分の性格を知る ○ジョハリの窓
- ①「ジョハリの窓」の活動の仕方を知る。
- ・自分に性格について、「性格を表すことば」から適切なものを書く。
 - ・友だちから自分の性格の語彙を選んでもらう。
 - ・自分と相手を書いた性格を「解放の窓」、相手だけが書いた性格を「盲点の窓」、自分だけが書いた性格を「秘密の窓」に書く。
- ②グループメンバー（5名）と行う。
- 性格等について、言い換え方を考えながら、相互に認め合う。

言語運用例 T：教師 S：生徒 （やりとり、提示する表現等）

- S1: わたしはどんな性格だと思いますか。
S2: あなたは○○な性格だと思います。
S1: どうしてそう思いますか。詳しく教えてください。（聞き直し：もう一度聞かせてください。）
S2: なぜかというと～からです。
- S1: ぼくは、いつも「うるさい」です。
T: 「うるさい」のは、悪いことだけではないですね。言い換えると？
S2: 「元気」とか？「にぎやか」とかですか。
T: 元気に活動したり発言したりすることは長所ですね。言い換えると、「活発」になります。
S2: はい、そう思います。
S1さんの長所は「活発」なところですよ。

ジョハリの窓

(A)解放の窓

自分も相手も知っている自己

① ③

(B)盲点の窓

自分は気づいていないが、他人は知っている自己

⑥ ⑱

(C)秘密の窓

自分は知っているが、他人は気づいていない自己

⑦ ⑭ ⑩

(D)未知の窓

誰からもまだ知られていない自己

自分

- ①優しい
- ③面白い
- ⑦親切
- ⑭落ち着きがある
- ⑩大胆

相手

- ①優しい
- ③面白い
- ⑱責任感がある
- ⑥悩まない

4 活動展開＜2時間目＞

活動（生徒の活動）

○教材

言語運用例

T：教師

S：生徒

（やりとり、提示する表現等）

1 履歴書を知る

実際の履歴書を見て、自己アピール欄に、長所とそれが分かるエピソードを書くことよいくことに気づく。

2 自己アピール欄を書く

クラスメイトに聞いた「自分」も踏まえながら、自分の長所を具体的なエピソードとともに書く。

T：自己アピール欄に、何を書きたいですか。

S：長所とその理由、具体的には、高校でがんばったこと、経験したこと。

T：「自分は責任感がある」と思ったのは、エピソードとしては、どんなことがあったからですか。

S：文化祭の映画作りです。具体的には、夏休みに毎日、学校へ来て、頑張りました。

T：熱心に映画制作に取り組んだんですね。出来上がった映画はどうでしたか。

S：思い通りにできましたし、校長賞をもらいました。

T：すごいですね。どんな気持ちでしたか？

S：途中で失敗して大変だったけど、うれしかったです。リーダーとして、みんなのために責任をもってがんばることが大事だという経験をしました。

アピール文の構成

1 私の長所は「**責任感がある**」ところです。

2（エピソード：取組内容、結果・気持ち）

3 今後も**責任をもって行動したい**と思います。

4 活動展開 <3時間目>

活動（生徒の活動）○教材

言語運用例 T：教師 S：生徒
(やりとり、提示する表現等)

1 自己アピールを発表する

自分の書いた自己アピールを、クラスメイトの前で発表する。

アピール文の例

私の長所は「責任感がある」ところです。高3の文化祭で、リーダーとして映画制作を経験しました。夏休みに、毎日学校で取り組み、失敗もありましたが思い通りの映画ができました。その結果、校長賞を受賞しました。最後までみんなのためにがんばって良かったと思います。これからも、責任をもって行動したいと思います。

2 振り返り

クラスメイトの報告を聞いて、活動の振り返り、気づきを書く。

T:自己アピールを書いて気づいたことや思ったことは何ですか。
S1:文化祭でがんばったことを、詳しく書くことができました。
S2:友だちのアピールを聞いて、自分の性格をよく考えました。
S3:エピソードがあると、自分の長所が伝わりやすくなると思いました。

5 活動の工夫

- ①自己アピールでどのような内容を書くか、モデルを見ながら検討できるようにする。
 - ②性格等に関する語彙・表現については、生徒が良く知る、アニメなどのキャラクターを例に、理解を促す。また、その行動やエピソードと関連付けて表現できるようにする。
 - ③「ジョハリの窓」の活動を通じて自己認識を形成するとともに、認識した自分を表す表現を学ぶ機会とする。
 - ④自分のエピソードについて、「取り組み、結果、感じたこと」と、問を立てて具体的に書くようにする。
 - ⑤書いた「自己アピール」紹介し、その書き方について感想を交換すると共に、相手に対する新たな見方、抱いた敬意を伝えあう機会とする。
-

6 教材の工夫

- 性格を表すことばの対訳表を用意する。
- 実際の履歴書や志望理由書のモデルを用意して、どのような内容・書き方が説得性が高いか、参考にできるようにする。
- 履歴書等、エントリーするため書類や書式を準備し、それを利用して自己アピールを書く。

性格を表すことば

	日本語	ポルトガル語	タガログ語	英語
	～い・～な性格です			
①	優しい(やさしい)	bonzinho, acessível	mapait	good, kind
②	明るい(あかるい)	alegre	masayahin	cheerful
③	面白い(おもしろい)	interessante	nakakatawa	interesting, funny
④	元気(げんき)	animado	masigla	active
⑤	真面目(まじめ)	sério	seryoso	serious
⑥	悩まない(なやまない)	atinista	positibong magisip	optimistic
⑦	親切(しんせつ)	gentil	mapagbigay	kind
⑧	几帳面(きちょうめん)	Organizado, caprichoso, meticuloso	maselan	meticulous
⑨	慎重(しんちょう)	cuidadoso	maingat	careful
⑩	大胆(だいたん)	audacioso	matapang	bold
⑪	穏やか(おだやか)	calmo	kalmado	calm
⑫	忍耐強い(にんたいづよい)	paciente	pasensyoso	patient
⑬	活発(かっぱつ)	Dinâmica	masiglahin	energetic, lively
⑭	誠実(せいじつ)	honesto	tapat	honest
	～がある性格です			
⑮	落ち着きがある(おちつき)	tranquilo	kalmado	calm
⑯	集中力がある(しゅうちゅうりょく)	Boa concentração	konsentrasyon	can concentration
⑰	柔軟性がある(じゅうなんせい)	Boa flexível	flexible	flexible
⑱	行動力がある(こうどうりょく)	ativo	aktibo	active
⑲	判断力がある(はんだんりょく)	Sabe tomar boas decisões	may mabuting paghuhusga	has good judgment
⑳	責任感がある(せきにんかん)	responsável	responsable	responsible

★よくない言い方は、よい言い方に変えることができます。

落ち着きがない→活発、元気

すぐあきらめる→行動力がある



7 対象・実施条件による調整のアイデア

- ・ 母語等の力が高く、翻訳ツールなどが使える場合は、性格等を表す表現については、対訳表の語彙・表現に限らず、より適した語彙・表現を利用することもできる。
 - ・ 「国語表現」の書く活動や「総合的な探究の時間」のキャリア関連の授業で、同様の活動がある場合は、その前に事前学習として実施する。
-