

国語プリントNo. ()

年 組 番 名前

配布日 月 日 曜

スピーチ ～顔を上げて話す～

目的

話す人、聞く人が気持ちよくスピーチで
きくようになる。

目標

全員が視線を挙げて笑顔でスピーチ出来
るようになる。

スピーチがうまくいかない原因理由

多くの人は人前で話するのが苦手だという。
苦手意識もあって、上手にならないし、物事が伝
わらない。それではどんなところに気を付ければ、
上手に伝わり、苦手意識がなくなるのか。問題は形式張ったところで話す時にあがつてし
まうことだ。「スピーチ」となると普段顔見知り
の人相手に話すだけでもあがつてしまう。まして
や見知らぬ人の前ではなおさらだ。なぜ見知った人の前でも緊張するのか？その一
つの理由に「視線」がある。普段の会話を相手の
目をじつと見ながらしている人はあまりいない。
顔を見ているようで、目をそらしながら絶妙の間
合いで会話をしている。しかしスピーチとなると、
聞いている人全員が自分を見ている（と思ってし
まう）。それで緊張してしまうのだ。聞いている人の視線を避けるために、顔を下
に向けたり、原稿に目を落として顔が下に向く。顔
が下に向くから声が通らないし、自信がなさそう
に見えてしまう。これではせっかく言いたいこと
があつても、聞いている人に悪印象を与え、うま
く伝わらなくなってしまう。

対策

視線に慣れる！

これだけです。自分のことを見ているというこ
とは、関心がある証拠です。せっかく見ているの
だから、堂々とスピーチしましょう。

方法

話すことを作文しない。ラベル（ポイント）
やアウトラインだけをメモする。（話すこ
とを忘れたら、メモにあるラベルだけを見て
思い出し、他は必ず顔を上げる。）一つの文を10秒以内にする。（長い文を話
そうとすると、必ず文頭と文末のつじつまが
合わなくなる。なるべく短い文にしましょ
う。）

ナンバリングとラベリングを使う。

聞いている人は、手を顔のあたりまで挙げ、
「自分に視線を合わせたな。」と思つたら、
手を下げます。こうすることで全員に一度は
視線を合わせることにになり、視線に慣れる訓
練になります。

実践

「残りの高校生活でやりたいこと。」制限時間一分三〇秒

メモ

「これから」

一点目

二点目

三点目

「以上で」

「ありがとうございました。」

技術

始まりと終わりを示す。「これか
ら」を話します。「以上が」です。
これで終わります。」「えー」「えーっと」は言わない。
言いそうになつたら黙る。

横や下を向かない、にやつかない。

一人一人を約二秒ずつ見つめ、全
体を見渡す。（一人に集中しない）話すときはメモを必ず伏せる。手
は腹部の前に位置しておく。

オーディエンス（聴衆）メモ 自分の班の人のスピーチについて評価する。

・視線

・表情

・内容

・聞き取りやすさ

（さんのスピーチについて

・視線

・表情

・内容

・聞き取りやすさ

（さんのスピーチについて

・視線

・表情

・内容

・聞き取りやすさ

（さんのスピーチについて

ふりかえり（聞いてくれた人からの意見をもらって、自分のスピーチについて良かった点、改善すべき点を書きましょう）