

## 5. エクササイズ（1）

### 1、よさを見つけよう（1/2）

ねらい：よさについて理解し、友達のをさを認めたり自分のよさが認められたりする体験を通して、自分や友達のをさに気づき自己や他者を理解する。

| 展開 | ねらい                                   | 子どもの活動  | 支援・留意点   | 評価・視点  | 備考                                   |
|----|---------------------------------------|---|--|--|--------------------------------------|
| 導入 | ・今の自分について認識させる。                       | ・自分の夢について理由も含めて考え、夢カードにまとめる。  | ・夢が思いつかない子どもがいることも予想されるが、実態の分析資料として活用する。<br>・夢を書くことができない子どもへの配慮をする。<br>* つぶやきや記録をしているときの様子。  | ・夢やその理由が書けたか。（プリント）  | ・事前に記入させ、実態を把握しておくことも考えられる。          |
| 展開 | ・自分のよさについて考えさせる。<br><br>・よさについて理解させる。 | ・自分のよさを青色の付箋紙に記入して、プリント「自分のいいところはここ！？」に貼る。<br><br>・プリント「見方をかえれば」を見て、短所と思えることでも見方をかえれば長所であることを考える。 | ・よさについて考えさせる。<br>・今までの自分についてのよさを、わかる範囲で記入させる。<br>・自己理解の大切さについて触れる。<br>* 記録をしているときの表情・様子など。<br><br>・教師の短所を例に長所について説明する。<br>・説明後にプリントを配布する。<br>* よさについての気づきや驚きに関する表情やつぶやきなど。 | ・自分が捉えているよさがあげられたか。（プリント）<br>・自己理解の大切さについて気付けたか。（観察）<br>・よさについて発想の転換ができたか。（観察） | ・子どもの人数が多い場合などは、記入する付箋紙の枚数をある程度制限する。 |
|    | ・自分の良さについて新たに気付かせる。                   | ・長所発見プリントなども参考にし改めて自分の長所を見つけ、それを青色の付箋紙に記入し、付箋紙をプリント「自分の   | ・日常の生活を振り返らせ、新たな視点で自分のよさを捉えさせるようにする。<br>・自分を褒めるくらいの気持ちで、できるだけ多くの点をあげさせ   | ・新たな自分のよさに気付いたか。（プリント）   | ・子どもの人数が多い場合などは、記入する付箋紙の枚数をあ         |

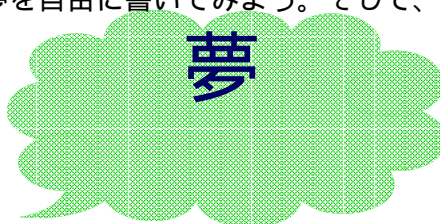
|            |                      |  |  |                                |   |
|------------|----------------------|--|--|--------------------------------|---|
| <p>まとめ</p> | <p>・自分のよさを理解させる。</p> | <p>いいところはここ！？」に貼る。</p> <p>・よさをプリントに整理した後、感じたことや思ったことを振り返りカードにまとめる。</p> | <p>る。</p> <p>・各自でじっくりと取り組ませる。</p> <p>・付箋紙に、A～Fの記号も記入させる。</p> <p>*記録をした順や表情</p> <p>・つぶやきなど。</p> <p>・よさに気付いたことを賞賛する。</p> | <p>・自分のよさについて理解できたか。(プリント)</p> | <p>る程度制限する。</p> <p>・実態に応じて、グループ内などで結果について発表し合うこともできる。</p> |
|------------|----------------------|--|--|--------------------------------|---|

準備：プリント「見方を変えれば」、長所発見プリント、付箋紙（青色）、プリント「自分のいいところはここ！？」、振り返りカード、夢カード

## 夢カード

名前（ ）

今の自分の夢を自由に書いてみよう。そして、その理由も書こう。



その理由は何だろう？

# 見方をかえれば

| 短所と思えること                   | 名前 ( )<br>こんな長所         |
|----------------------------|-------------------------|
| 1、消極的・暗い・はきはきしない。          | 取り組む。D E                |
| 2、心配性・気が弱い・おくびょう。          | ..... 調子にのらず、落ち着いてこつこつ  |
| C E F                      |                         |
| 3、気を回しやすい・ひがみっぼい・人の顔をうかがう。 | ..... 慎重・用心深い・きちんとしている  |
| ることが上手。A B                 |                         |
| 4、おどおどしている・引っ込み思案・はにかみや。   | ..... よく気がつく・人の気持ちをくみ取  |
| つ取り組む。E D                  |                         |
| 5、ぐずぐずしている。ためらうことが多い。      | ..... きちんとしている。まじめでこつこ  |
| D E                        |                         |
| 6、独りぼっち・無愛想でとっつきにくい。       | ..... 念入りにことを行う・綿密・着実。  |
| ・冷静。D E                    |                         |
| 7、融通がきかない・しつこい・凝り性。        | ..... 物事に動じない・おっとりしている  |
| り組む。D E                    |                         |
| 8、気が散りやすい・あきっぼい・長続きしない。    | ..... 粘り強い・熱心・徹底的に物事に取  |
| D E                        |                         |
| 9、軽はずみ・早のみこみ・せっかちでそそっかしい。  | ..... 環境になじみやすい・素直・従順。  |
| スピーディーに処理する。A E            |                         |
| 10、落ち着きがない・いたずら・物事をやりっぱなし。 | ..... 決断が早い・積極的・気軽に物事を  |
| ・労を惜しまない。A B               |                         |
| 11、独り善がり・意地を張る・出しゃばり。      | ..... こまめに動く・活動的で元気がよい  |
| おじしない・くじけない。A B            |                         |
| 12、気まぐれ・気分屋・不平をよく言う。       | ..... しっかり者・はきはきしている・もの |
| こだわらない。A                   |                         |
| 13、気が荒い・興奮しやすい・かんしゃく持。     | ..... 気が向けば一気にやり通す・物事に  |
| A B E                      |                         |

14、調子づきやすい・騒がしい。

..... 正義感が強い・元気がよく情熱的。

..... 明朗快活・無邪気。 A



## 長所発見プリント

\* ( ) 内は短所とってしまいがちなこと

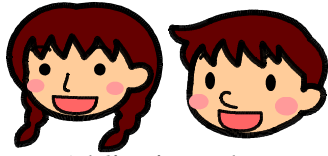


- ・何でもできそうな(集中できない) F C
- ・頭のよさそうな(すましている) F C
- ・物わかりのよい(人の言いなり) E F
- ・知的な(知ったかぶり) C F
- ・しっかりしている(頑固) C E F
- ・たよりになる(独り善がり) A
- ・信念のある(意地を張る) A C
- ・責任感のある(しつこい) A E
- ・堂々たる(気にしない) A
- ・心配りのある(人の顔色をうかがう) A
- ・まじめな(融通がきかない) E
- ・公平な(不平をよく言う) A E
- ・礼儀正しい(かたい) A
- ・清けつな(神経質な) A D
- ・決断力のある(早のみこみ) A
- ・勇かんな(気が荒い) A B
- ・エネルギッシュな(騒がしい) A B
- ・強い(気が荒い) B
- ・陽気な(騒がしい) A
- ・むじゃきな(上っ調子) A
- ・人なつこい(なれなれしい) A
- ・活発な(興奮しやすい) A B
- ・ユーモアのある(ひねくれている) A
- ・好奇心おう盛な(落ち着きがない) A D
- ・ひかえめな(消極的) E D
- ・物知りな(知ったかぶった) F C
- ・がまん強い(こり性) D E

- ・意志の強い(頑固) A C F
- ・味のある(かわっている) A
- ・シャープな感じ(冷たい) D F
- ・静かな(暗い) D E
- ・おだやかな(はにかみや) D E
- ・てきぱきとした(せっかち) E
- ・かわいい(調子がいい) A
- ・誠実な(融通がきかない) A E
- ・親しみやすい(調子がいい) A
- ・思いやりのある(気を回しやすい) A B
- ・きたえられた(荒々しい) B
- ・親切的な(おせっかいな) A
- ・落ち着いている(はきはきしない) D E
- ・やさしい(お人好し) A
- ・愛想がよい(調子がいい) A
- ・かんだいな(いいかげんな) A
- ・率直な(考えが浅い) D E
- ・素朴な(つまらない) B
- ・気取らない(簡単な) A B
- ・あたたかい(しつこい) A
- ・お兄さんのような(いばった) A
- ・お姉さんのような(えらそうな) A
- ・さわやかな(あきっぱい) A
- ・おおらか(いいかげん) A
- ・粘り強い(こり性) D E
- ・人情のある(感情的な) A
- ・正直な(融通がきかない) A

# 自分のいいところは ここ ！ ？

| 自 分 で 発 見 ！ | 友 達 が 発 見 ！ |
|-------------|-------------|
|             |             |



# 振り返りカード

名前 ( )

今回の活動を振り返って、思ったこと・感じたことなどをいろいろかいてみよう。

( )月( )日

( )月( )日