エクササイズ（４）

３、１０年後の私

ねらい：自分の希望や価値観を明確化したり、交流を通して他者理解をしたりして、自己理解を一層深める。

展開	ね　ら　い	子どもの活動	支援・留意点	評価・視点	備　考
導入	・ねらいをつかませる。	・プリントなどを活用して前回までの活動を思い出し、自分の特長と将来について考える。	・「職業型紙」の結果などに触れ、長所や特長に対する関心を高めさせる。 ・特長を自分の将来に生かすことに触れる。 ＊つぶやき。	・将来について考えているか。(観察)	・全員の結果を紹介することが困難な場合は、主な結果や傾向について触れる。
展開	・自分の希望や価値観を明確にさせる。	・プリント「１０年後の私」に記入する。	・プリントの内容は、記入しやすくさせるために文章完成法とする。 ・絵を添えさせてイメージを持たせる。 ＊つぶやき、表情。	・希望を表すことができたか。(プリント)	
	・他者理解を通して自己を理解させる。	・他の人の結果を見て感じたことや気付いたことなどをまとめる。 ・感じたことや気付いたことを発表し合う。	・自分と人との結果を比較させ、自他理解を深めさせたい。 ・他の人の結果を尊重させる。 ・プリントの名前を伏した状態で回覧させる。 ・多くの人と発表し合うようにさせる。 ＊だれと発表し合ったか。 ＊発表内容、つぶやき。	・感じたり気付いたりできたか。（観察） ・結果を比較したり発表したりできたか。(観察)	・子どもの人数が多い場合などは、全員で話し合うことは時間的に困難なので、グループを活用するなど実態に応じて工夫する。
	・自己理解を深めさせる。	・１０年後の自分に手紙を書く。	・各自にじっくりと取り組ませたい。 ＊つぶやき、表情。	・記入できたか。（プリント）	
まと	・自己理解を	・活動を振り返り、	・今の自分を見つめさ	・感じたこ	

め	一層深めさせる。	感じたことや思ったことを「振り返りカード」にまとめる。	せ、自己理解が将来にとって大切であることを理解させたい。 ＊つぶやき、表情。	となどをまとめられたか。（振り返りカード）	

準備：プリント「１０年後の私」、プリント「１０年後の（　　）への手紙」

１０　年　後　の　私 → 私は（　）歳

名前（　　）

１０年後の自分について、わかる範囲で記入してみよう。

１、私は１０年後に（　　）に住んでいます。

２、私は１０年後に家族が（　　）人くらいいます。

３、私は１０年後に毎日（　　）過ごしています。

４、私は１０年後に休日は（　　）過ごしています。

５、私は１０年後に（　　）を娯楽としています。

６、私は１０年後に（　　）に向かって頑張っています。

７、私は１０年後に（　　）を人生で一番重要なことにしています。

１０年後の自分のイメージ像（絵や図などで自由に表現してみよう）

１０年後の（　　）へのメッセージ

（　手　紙　）

メッセージが仕上がって余裕のある人は、メッセージに関係のある絵などを描いてみよう

備考：①　　内は、子どもの内的活動や内的変容を見とるための観点です。
②人数等、子どもの実態に応じて、子どもが取り組みやすいように形態等をアレンジして下さい。