

タイトル (活動概要)	57 こころも発達するのかな ～相手のことを想像してみよう～	アプローチ (関連する力)		「自分づくり」④ 「集団づくり」⑰ ⑱	
タイミング (実施時期)	5年保健学習「心の健康」の中で	活動場所	教室	所要時間	45分
対象学年	幼・小低・小中・ 小高 中1・中2・中3・高	対象規模	学級	活動場面	体育科 保健学習
活動のねらい	<p><背景>感情のコントロールが上手にできない子どもが増えている</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体の成長とともに感情や社会性、思考力などのはたらきが発達していくことを知り、相手の状況を想像したり感情をコントロールしたりしようとする 				
準備	・ワークシート ・ストップウォッチ				
学 習 ・ 活 動		支援の観点・留意点等		資料等	
1 導入 ・体の成長の様子をふり返る <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> いろいろな人の感じ方を聞いてみよう </div>					
2 主活動 ・物事のとらえ方で感じ方や気持ちが変化する ことをグループワークを通して体験してみる ①「友だちと待ち合わせの約束をしたのに来ないケース」 ②「道路で声をかけたのに、そのまま行ってしまったケース」 普段の自分ならどう思うかをプリントに記入。 ・グループになり、それぞれのケースについて どうしてそうだったか理由をできるだけたくさん考え、発表する		・個人で思ったことをそのまま出せるようにする ・時間により、一つのケース①② だけ扱うこともできる ・自分が最初に思ったこととは違う意見がたくさんあることに気づくことができるようにする		ワークシート ①②	
3 ふり返り ・心の発達について知る ・心はどこにあるのか～心と脳の関係～ ・思考力・感情・社会性も発達する ・心はさまざまな経験を通して育つ		・思考力と感情のコントロールが関係していることがわかるようにする			
配慮事項	・グループとして、意見を自由に出し合う雰囲気づくりに努める ・友だちの意見を尊重する態度を評価する				

参考 下山晴彦「認知行動療法ワーク」（神奈川県学校心理士会研修会資料、2006年）

ワーク① 「約束したのに…」

遊ぶ約束をしていた友だちが
待ち合わせの時間になっても
なかなか来ません。

ふだんのあなたなら、
どう思いますか？



あなたの考えを書いてみましょう

ワーク① 「約束したのに…」 みんなで考えよう！



年 組 名 前 ()

○どんな理由がありそうか、考えてみましょう！



こころも発達するのかな ～相手のことを想像してみよう～

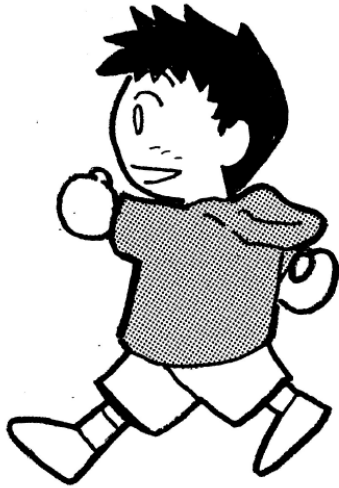
○話し合い活動をふり返って

4 よくできた 3 まあまあ 2 あまりできなかった 1 できなかった

- | | |
|----------------|---------|
| 1 楽しく話し合い活動できた | 4-3-2-1 |
| 2 自分の意見を表現できた | 4-3-2-1 |
| 3 友だちの意見を理解できた | 4-3-2-1 |

○「友だちが遅れた理由」について話し合っただけ感じたことを書いてください。

ワーク② 「あいさつしたのに…」



あなたが道を歩いていたら
友だちが道の反対側を歩いて
来ました。そこで
「おはよう！」と声をかけたのですが
友だちはだまってそのまま行って
しまいました。
ふだんのあなたならどう思いますか？



あなたの考えを書いてみましょう

ワーク② 「あいさつしたのに…」 みんなで考えよう!



年 組 名 前 ()

○どんな理由がありそうか、考えてみましょう!



こころも発達するのかな ～相手のことを想像してみよう～

○話し合い活動をふり返って

4	よくできた	3	まあまあ	2	あまりできなかった	1	できなかった
---	-------	---	------	---	-----------	---	--------

- | | | |
|---|--------------|---------|
| 1 | 活動に楽しく参加できた | 4-3-2-1 |
| 2 | 自分の意見を表現できた | 4-3-2-1 |
| 3 | 友だちの意見を理解できた | 4-3-2-1 |

○「友だちがそのまま行ってしまった理由」について話し合っただけ感じたことを書いてください。