いやなことかな？こまることかな？（低学年）

１　ねらい

　　　自分が「いやだな，困るな」と思う出来事（ストレスの原因となる出来事）に気づき，それらは人によってそれぞれ違うことに気づく。

２　学習過程の概略

|  |  |
| --- | --- |
| 学習のステップ | 活動のポイント |
| １　本時の学習内容を確認する。２　活動シートに出来事カードを貼る。３　友だちの活動シートと自分の活動シートの違いを確認する。４　本時のまとめをする。 | ・本時は，自分が「いやだな，困るな」と思うことと「嬉しいな，楽しいな」と思う出来事について考えることを確認する。・出来事カードを，「いやだな，困るな」と思うことと，「嬉しいな，楽しいな」と思う出来事に分けて重ねる。・「嬉しいな，楽しいな」と思う出来事のカードを机上に並べ，その中から「一番嬉しいな，楽しいな」と感じる出来事カードを一枚選ぶ。・選んだカードを活動シートの右端に貼る。・次に「二番目に嬉しいな，楽しいな」と思う出来事カードを選び，先程のカードの左隣に貼る。・同様に「嬉しいな，楽しいな」と感じる出来事カードを順番に貼る。・「いやだな，困るな」と感じる出来事カードを机上に並べ，「嬉しいな，楽しいな」と思う出来事と同様に，左端から順番に貼っていく。・全員が輪になるように机を移動し，完成した自分の活動シートを自分の机上に置く。・席を１つずつ移動しながら，友だちの活動シートを確認する。　○友だちが「一番いやなできごと，一番嬉しい出来事」　○自分が「一番いやなできごと，一番嬉しい出来事」は友だちの活動シートのどこにあるか・全員の活動シートを見終わったら，「いやだな，困るな」と思う出来事は，人によって違いがあり，同じ出来事でも感じ方が違うことを確認する。 |

（　　）年　名前（　　　　　　　　　　　　　）



①　カードに書いてあることをよくよみましょう。

②　そのことがおきたら，とってもいやなきもちになったりこまったりしますか？それとも，ぜんぜんへいきですか？

③　どのくらいこまるのか，こまらないのか，どのくらいいやなのかへいきなのかをかんがえて，カードをおいてみましょう。

ぜんぜんこまらない

ぜんぜんいやじゃない

とってもこまる

とってもいやだ

　先生と話をする

おてつだいをする

　かかりのしごとをする

　学校でべんきょうする

　やくそくをやぶる

　友だちとあそぶ

　しゅくだいをする

　友だちとけんかする

　テストをする

　おうちの人にしかられる

　先生にしかられる

　やくそくをまもる

　手をあげてはっぴょうする

　学校をお休みする

　おうちの人とはなす

　学校をお休みする

　おうちの人とはなす

　先生と話をする

おてつだいをする

　かかりのしごとをする

　やくそくをやぶる

　学校でべんきょうする

　友だちとあそぶ

　しゅくだいをする

　友だちとけんかする

　テストをする

　おうちの人にしかられる

　先生にしかられる

　やくそくをまもる

　手をあげてはっぴょうする