【体験活動について】

ユニット 4

じぶんの　こころと　うまく　つきあおう
レッスン2：じぶんの　気もちを　つたえよう

◆内容

1. 怒り、おそれ、喜び、かなしみ、ふだんどおり、その他から自分の今の感情にあうものを選ぶ。
2. その感情を選んだ理由を記入する。
3. 二人一組で共有する。
4. 何名かの子どもがクラスに共有する。

◆タイムライン

0:00 ～ 0:03　指導者がワークの流れについて説明する。
0:03 ～ 0:06　今の感情と、それを選んだ理由をワークシートに記入する。
0:06 ～ 0:10　二人一組でワークシートの内容を共有し合う。
0:10 ～ 0:15　何名かの子どもがクラスに考えを共有する。
0:15 ～ 0:18　指導者がまとめの話をする。