

4月15日は、袋井あやぐも学園 袋井中学校の健康の日です。

袋井あやぐも学園

4月のテーマ「得意なこと・できること」中学生版

☆活動の目標

エンカウンターを通して、新しい仲間のことを知るとともに、今まで気づかなかった自分のいいところや能力に気づこう。

エンカウンターとは？ エクササイズ（ゲームのようなこと）を通して、本音を表現し合い、それを互いに認め合う体験のことです。この体験を通して、自分のことや友達のことをより一層分かるようになること、お互い一人の人間として対等な人間関係を作れるようになることを目指しています。



☆レッスン☆

「得意なこと・できること」

～今まで気づかなかった自分のいいところや友達のいいところ、能力を知ろう～

実施方法

- ① グループでじゃんけんをします。
- ② 勝った人は左隣の人に「得意なこと、できることは何ですか？」と聞きます。
- ③ 聞かれた人は、自分の得意なことやできることを1つ話します。
 - ・「卵焼きが作れる」「どこでもすぐ寝られる」「遅刻をしない」「野球をずっと続けている」「早起き」「〇〇さんのファン歴〇年」等どんなことでも大丈夫です。
- ④ 話を聞いた他の人は、一人ずつほめ言葉（ふわふわ言葉）で返します。
 - ・「それはすごいね」「いいね～」「私と一緒にだ」「うらやましいな」「食べてみたいな」など一言でいいのでほめ言葉（ふわふわ言葉）で返しましょう。
- ⑤ ②から④の動作を時計回りで繰り返し5分間続けます。
 - ・じゃんけんはしません。
 - ・③で話をした人が、左隣の人に「得意なこと、できることは何ですか？」と聞き、左隣の人が答えます。話を聞いた他の人が、一人ずつほめ言葉（ふわふわ言葉）で返します。それを繰り返し行い、グループ全員が答えるようにします。
 - ・時間が余ったら、もう一周やってみましょう。

☆活動の振り返り

- ・今日の活動で、自分のことや新しい仲間のことを知ることができましたか？
- 感じたことや分かったこと、活動を通しての感想などワークシートに書きましょう。

得意なこと、できること

～今まで気づけなかった自分のいいところや

友達のいいところ、能力を知ろう～

年 組 番 名前

☆今日の活動を振り返りましょう。

1 今日の活動は、楽しかったですか。

- () とても楽しかった
- () 少し楽しかった
- () ふつう
- () あまり楽しくなかった
- () 楽しくなかった



2 グループの人たちについて何か新しい発見がありましたか。

- () とても発見があった
- () 少し発見があった
- () 特に発見はなかった

3 自分のことをほめてもらって、どんなことを感じましたか。

4 今日の活動を通して、

感じたことや分かったこと、感想などを書きましょう。

