

高校（1年生）
6月
発想の転換

一つのやり方でなかなかうまくいかないときにどうするか。与えられた条件を整理し、今までとは違う観点から課題をとらえることによって新たな解決方法が見えてくる。

活動の実際

<AHA体験> 小さな変身	
活 動 内 容	支援及び留意点
① 2人組になる。 ② お互いの服装を上から下までよく観察する。 ③ 背中合わせになる。 ④ それぞれ3ヶ所ずつ服装を少しだけ変化させる。(例 メガネをはずす。) ⑤ 準備ができたなら、同時に向き直り、順番に変化を見つけていく。 ⑥ 一方が終わったら、他方が見つけ出す。	○ 必要なら男女別で行う。 ○ 服をたくさん着ているため、夏場より冬場の方が実施しやすい。 ○ 参加者がお互いに異なる服装をしているほど実施しやすい。
<発展> ○ 変更点を増やす。 ○ 人数を増やす。	
<比喩（メタファー）> ○ お互いに関心をもって見ているかという点を意識すること。	

キャッチ	
準備物	なし
活 動 内 容	支援及び留意点
① 全員が輪になる。 ② 右人差し指の先を下向きにして、右側に出す。 ③ それぞれが左掌を上にして左側の人の右人差し指を受ける。 ④ リーダーの「キャッチ！」の合図で左隣の人差し指を捕まえると同時に、右指は上に逃げる。	○ あまり強く指をつかむとけがをする。 ○ 手で筒を作ると危険なので、掌を開いて行う。 ○ 「キャット」「キャップ」などのダミーが自然に出るようなら、グループに遊び心や積極性があると考えられる。
<発展> ○ 合図を参加者がするようにうながす。 ○ 右手と左手を入れ替える。 ○ 右手で左隣の指を捕まえる。	
<比喩（メタファー）> ○ 今ここにいるということ意識する。 ○ 脳の学習の癖を知る。	



宇宙人おに	
準備物	なし
活 動 内 容	支援及び留意点

- ①全体を3グループに分ける。
- ②「頭星人」は頭に、「おなか星人」は腹に、「おしり星人」は尻に片手をあてる。
- ③その姿勢のまま鬼ごっこをする。
- ④タッチされたら、その宇宙人に変身し、手の位置が変わる。
- ⑤最終的に、最も人数の多い組が勝ちとなる。

- 2グループから始めるやり方もある。
- 始めにそれぞれのグループの位置を決めておくと、最後に人数を把握しやすい。
- 終了時の宇宙人のまま集まるように明確に指示する。
- 全員が一つの星人になるまでやってもよい。
- 1回実施した後、作戦会議を開く。

<発展>

- 宇宙人の種類を変えたり、増やしたりする。
- 「怒り星人」「笑い星人」「泣き星人」

<ふりかえりの視点>

- どんな作戦を立てた？
- どうしてうまくいったのか、いかなかったのか？



発射

準備物 やわらかいボール（人数分）※フリースボール

活動内容	支援及び留意点
<ul style="list-style-type: none"> ①2人組になる。 ②2人が縦一列になり、前の者は目をつぶる。 ③ボールを1つ決め、それを拾いに行く。 ④後ろの者は、前の人にふれずに方向を変える。 ⑤この状態で動き回り、お互いに「発射」の声でボールを発射する。 ⑥ほかのペアにあたったら、前後を入れ替わって続ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ボールはやわらかいものを使う。 ○あまり強く投げないように、肘から先だけを使う。 ○身長差を考えて、ボールは下向きに投げる。 ○後ろの者は前の者がぶつからないように責任をもつ。

<発展>

- 風船を使う。
- 3人組で行う。

<ふりかえりの視点>

- 目標をどうやって決めた？
- 2人のコミュニケーションについて気づいたことがある？



ビッグボール

課題 全員が1人1回ずつボールを落とさずにつくこと。

準備物 アースボール（大きめのビーチボール）

活動内容	支援及び留意点
<ul style="list-style-type: none"> ①1人が1回ボールにさわることができる。 ②一巡できたら、次の目標をグループで決定してから挑戦する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ボールを持ってはいけない。 ○どのやり方でクリアするかはグループで決める。

<発展>

- 手を使わずに行う。
- ボールを2つにする。

<ふりかえりの視点>

- どんな発送の転換がおきた？
- 自分はリーダー？それともフォロワー？