

中学校（1年生）  
9月  
グループ決定

1つのやり方が見えてきたら、次の課題を設定する。また、いつ挑戦を始めるか、どの次点で活動を終了するかもグループ全員の合意によって決定することを確認する。

活動の実際

＜AHA体験＞ 10cm	
活動内容	支援及び留意点
①それぞれ自分の10cmを片手で示す。 ②他の人と比べる。 ③それぞれ自分の23cmを両手で示す。 ④他の人と比べる。	○間違っても、物差しで計測・確認することはしない。 ○だれとでも一致する人もいる。
＜発展＞ ○色（カラー）のイメージを比べてみる。 ○抽象的なイメージを体で示す。	
＜ふりかえりの視点＞ ○他の人とぴったり一致した時、どんな気持ちでした？ ○比べる時の気持ちは？	
＜比喩（メタファー）＞ ○お互いのイメージの違いを認め合うこと。 ○ふれあうこと	



したことがある人	
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リーダーが「～したことがある人」「～が好きな人」等の条件を示す。 ③該当する者は手を挙げる。 ④手を挙げた者同士で場所を交代する。 ⑤これを繰り返す。	○条件はあまり難しくないものから始める。 ○次第に参加者が出すように促す。 ○隣以外の場所に移動する。
＜発展＞ ○現在についての条件を出していく。 ○健康観察や参加意欲の把握にも使える。	
＜ふりかえりの視点＞ ○手を挙げて前に出たとき、どんな気持ちだったか。 ○自分で条件を出したとき、どんな気持ちだったか。	



ひざたたき	
準備物	なし
活動内容	支援及び留意点

<ul style="list-style-type: none"> <li>① 10人程度のグループで輪になって座る。</li> <li>② 右隣の者の左膝に右手を、左隣の者の右膝に左手を置く。</li> <li>③ リーダーから時計回りに、手の順番に膝をたたいていく。</li> <li>④ 慣れてきたら、「2回たたくと逆回し」の条件を増やす。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 見えている手の順番にたたいていく。</li> <li>○ はっきり分かるようにたたくが、あまり強くたたかない。</li> <li>○ 条件を満たすような配慮のあるたたき方ができるかどうかも見所となる。</li> </ul>
<p>&lt;発展&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「奇数回たたくと逆回し」の条件を増やす。</li> <li>○ 「グーでたたくと1つとばし」の条件を増やす。</li> <li>○ 「指さし+視線でジャンプ」の条件を増やす。</li> <li>○ まちがえたらその手を引っ込める。</li> </ul>	



ポーズ	
準備物	なし
活 動 内 容	支援及び留意点
<ul style="list-style-type: none"> <li>① 2人組で、お互いのポーズとかけ声を披露し合う。</li> <li>② 同時に気に入ったポーズをして、2人ポーズを決める。</li> <li>③ 2人が一致するまで繰り返す。</li> <li>④ 2人組同士でお互いのポーズとかけ声を披露しあった後、4人のポーズを決める。</li> <li>⑤ 同様に8人、16人、全員と増やしていく。</li> <li>⑥ それぞれのグループのポーズの決定は多数決による。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自己主張と調整のゲームである。</li> <li>○ ポーズとかけ声はセットでなくてもよい。</li> <li>○ 自分のポーズにこだわらずに、できるだけ客観的に見て選ぶ。</li> <li>○ 活動の初めの頃に実施すると、グループ全体の連帯意識が高まる効果がある。</li> <li>○ 4人組以降は、我を張った場合は同数になり、いつまでも全員一致にならないため、多数決で決める方が無難である。</li> </ul>
<p>&lt;発展&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 2人でできるポーズとかけ声を決めていく。</li> </ul>	
<p>&lt;ふりかえりの視点&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ポーズがなかなか合わないとき、どんな気持ちだったか。</li> <li>○ ポーズがあったとき、どんな気持ちだったか。</li> </ul>	



ルール作り	
課 題	1学期の始めに作ったルールをみんなで再検討する。
準備物	1学期に作ったルールの用紙。
活 動 内 容	支援及び留意点
<ul style="list-style-type: none"> <li>① 1学期にみんなで作ったルールを確認する。</li> <li>② 必要があれば内容の修正をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 全員の合意があれば、いつでも項目の入れ替えができることを共通理解しておく。</li> </ul>
<p>&lt;ふりかえりの視点&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分たちの変化を感じた？</li> <li>○ ルールを意識して過ごすことができていた？</li> </ul>	