

小学生クラス

1～3年生までの低学年クラス、4～6年生までの高学年クラスに分かれており、1回1時間のクラスです。

小学生のクラスでは、主に学級など仲間の中で友だちと仲良く過ごすために必要なことを、ゲームなどで遊ぶ中で学んでいき、その後一人ひとりにあった方法で振り返っていきます。

★ エクササイズの一部をご紹介

ソーシャルスキル

例①ふわふわ言葉・チクチク言葉を知ろう

チクチク言葉（いやな気持ちにさせる言葉）を使っている人の寸劇を見たあと、ふわふわ言葉やチクチク言葉をかけられたときの気持ちをみんなで考えます。



気持ちを考えるときは、ワークシート等を使い、見えない気持ちを考えるサポートをします。



【困りごとの例】

「暴言が出てしまい、友だちと仲良く遊べない」
⇒ 仲間と肯定的な関わりを増やすエクササイズ

例②ふわふわ椅子ゆずりゲーム

基本のルールは、いす取りゲームと同じ。違うところは、音楽が止まった時に座れた人は座れなかった人を呼んで自分の椅子を半分ゆずったらポイントが入る。また、ふわふわ言葉（ゲームをする前にどんなものがあるか確認）を使ったらポイントが入る。

チクチク言葉を使ってしまうのは「勝ちたい気持ちが強い」から。ふわふわ言葉を使うことがポイントになることで「ふわふわ言葉」を使おうという思いが生まれます。

ライフスキル

例①目指せマナーキング

遠足に行くときに必要な交通マナー（電車・バス・歩くときのマナー）を○×クイズにして出す。

⇒次の回では、各マス目がマナークイズになっているすごろくで遊びながら、もう一度交通マナーを確認する。

【困りごとの例】

「遠足で、みんなと行動できずはぐれてしまう」
⇒ 遠足のマナーを理解するエクササイズ

子どもたちにとって楽しい遠足に必要なライフスキルを、遠足に行く前に確認することで、実際の場面と結びやすくなります。使う機会があるということが身につくために必要です。

クラス例（※その時のメンバー、その回によって内容は異なります。）

時間	エクササイズ	領域	ねらい・目標
10:00	はじまりの会		活動への期待、見通しを持つ
10:05	コピーオニ	非言語コミュニケーション	人と動きを合わせる
10:20	ふわふわ言葉・ちくちく言葉	情動的行動	自分、相手の気持ちを考える
10:30	ふわふわ椅子ゆずりゲーム	集団参加行動	仲間と肯定的に関わる
10:40	目指せマナーキング	社会システム理解	遠足に向けて、電車に乗るときのマナーを確認する
10:55	終わりの会		活動の区切り