

自己マネジメントに挑戦

対 象：小学生の保護者

学級懇談会 学校説明会

時 間：30～40分

PTA 総会 家庭教育学級

ねらい：「家庭学習スタンダード」についての理解を深め、自己肯定感や非認知能力を家庭で高めていけるようにする。

進行上の留意点：「～しなさい」ではなく、子ども自身が考えて行動できることに保護者が着眼できるように進めていく。

準備物：「家庭学習スタンダード」リーフレット（ふくしまの「家庭学習スタンダード」で検索！）

その他：家庭学習スタンダードの説明は事前に済ませておく。

ファシリテーターは ※校長、学級担任など	時 間 形 態	参 加 者	※留意点 ・ 準備物
1 始まりの会 ・アイスブレイク ・自己紹介	5 (一斉)	アイスブレイクや自己紹介を通して、気持ちをほぐす。	※短時間で行う
2 「突然ですが、2人組で寸劇をしてもらいます。1人は子ども役、もう1人は親役です。」 A：冷たい声かけ B：共感的声かけ	10 (ペア)	子ども役と親役を交代しながらやる。 Aをやったら、感想を伝え合い、Bをやったら、感想を伝え合う。	・別紙参照
3 「今、感じたことを今日は大切に持って帰ってくださいね。 「もう一度、家庭学習スタンダードに戻りましょう。子どもの家庭での学びを支えるために、『こんなことが親としてできそうだ、あんなことできそうだ』というアイデアをグループで出し合いましょう。」	10 (一斉) 10 (グループ)	共感的に声かけをすることは、子どもの自己肯定感や非認知能力を育てることにつながることを確認しながら、自分の考えを付箋に書き、グループ内でシェアする。	・「家庭学習スタンダード」のリーフレット ※付箋 ※付箋を貼り付ける紙
5 終わりの会 ・振り返り	5 (一斉)	・グループの話し合いを全体でシェアする。	※押しつけでなく、子どもに決めさせる場面を用意することの大切さをもう一度話す。 ※生活を見直すシートの説明をする。

※非認知能力

「自分に関する力」…自尊心、自己肯定感、自立心、自制心、自信など

「人と関わる力」…協調性、共感力、思いやり、社交性、道徳性

↑「社会情緒的スキル」と言われ、乳幼児期に身につけておくと、将来に渡って
幸せな生活を送ることができるといわれている。

(参考) NHK エデュケーショナル すくコム 遠藤利彦さんのコメントより

※寸劇の台本（表裏に印刷する）

A お子さんは、学校から帰ってきたらがっかりしています。
何かあったことは、見て取れます。

子：「ああ、テストの点数、すげえ、悪かった！！」

親：「ゲームばかりやっているからよ。点数悪いの、当たり前。
（中学校なら）行く高校ないわよ。」

そう言われたら、なんて返したくなりますか？言ってみましょう。

子：「
」

※子どもと親の役割をチェンジしてもう一度。

※どちらの役割も体験したら、感じたことを2人で話してみましょう。

B お子さんは、学校から帰ってきたらがっかりしています。
何かあったことは、見て取れます。

子：「ああ、テストの点数、すげえ、悪かった！！」

親：「テスト、すっごい悪かったんだ。それで、がっかりしているのね。」

そう言われたら、なんて返したくなりますか？言ってみましょう。

子：「
」

※子どもと親の役割をチェンジしてもう一度。

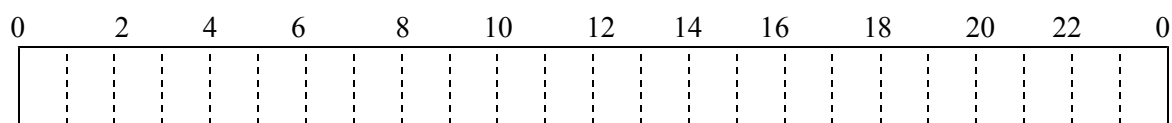
※どちらの役割も体験したら、感じたことを2人で話してみましょう。

参考資料：親業訓練にインストラクター 大屋 弘子氏の
講演資料をもとに作成しました

親子で見直してみよう

生活リズムチェックシート

- ☆おうちで勉強している時間→赤、
 - テレビ・ゲーム・インターネットをしている時間→青
 - 寝ている時間→黄色
- に分けて、記入してみよう。



☆気づいたことをおうちの人と話してみよう。

- ・今の生活リズムを見て、いいところはどこかな？

- ・この生活リズムをもっとよくするためには何ができるかな？

※時間の使い方がうまくいっている人は、内容を振り返ってみよう。



- ・今日、考えたことを

月 日までにやってみるよ。

うまくいったか、うまくいかなかったか、
また、一緒にチェックしてみようね。