

## 1 ウォーミングアップ

「アイ・トーキング（目と目で会話）」

### 【ねらい】

メイン・エクササイズ実施に向けての雰囲気づくりをするとともに、他者と向き合うことに対する抵抗感を小さくする。

### 【概要】

生活班（4～6人組）で実施。班の中の2人が向かい合い、「セーノ（目で合図し合う）」で、2人がそれぞれ思う「ア」とか「イ」などの1文字を同時に発し、うまく合ったらみんなで拍手する。班の中の全員と1回ずつ行う。

担任；これから「アイ・トーキング」というエクササイズをします。まずB先生と一緒にやってみます。

担任・B姓；（担任が声を出さずに「ア」の口の形を見せる。意思の確認をしたら、2人で「セーノ！」の合図を目でし合い、同時に）「ア」。

担任；こんな感じ。「イ」とか「コ」とかでもいい。順番に1人ずつ班の全員と1回ずつやってみよう。やる順番を決めてください。いいかな？ それじゃ、始め！

：

（しだいに、あちこちから、拍手や笑い声があがるようになる）

：

担任；5人の人と同じ言葉を言えた人？  
D男君、すごいね！ 拍手！

## 2 メイン・エクササイズ

「自己紹介 私は私が好きです」

### 【ねらい】

自分を肯定的に紹介（見つめる・見直す）することを通して、自己理解と他者理解を深め、他者とのかかわりを広げる。

### 【概要】

生活班（4～6人）で実施。自分の好きなところを3つ考え、「私は私が好きです。なぜなら○○だからです」と発表し合う。

担任；これからみんなにやってもらうのは自己紹介のエクササイズです。班の中で順番に「私は私が好きです。なぜなら○○だからです」というような感じで、自分の好きなところを自己紹介してください。

C子；（もじもじしている）

担任；C子さん、質問があるのかな？

C子；私……、好きなところありません。



担任；だいじょうぶ。考える時間を3分間とります。どんなことでもいいんだよ。例えば……、やっぱり、自分で考えるほうがいいかな……。

E男；1つだけでいいですか？

担任；大事なことを忘れてた。なんとかして、3つ見つけよう。E男君、ありがとう。

：

（しばらくザワザワしているが、生徒たちはまもなく真剣に考え始める）