

# 友だちとうまくつき合うための学習

作 京都教育大学 PE 研究会

イラスト きだとみよ

児童生徒用テキスト

—初級—



名 前 \_\_\_\_\_

# 「友だちとうまくつきあうための学習」(初級)

## 友だち

1. 友だちは、話をいっしょうけんめいに聞きます
2. 友だちは、意見がちがっても友だちです
3. 友だちは、助けあうことができます

## 話合いのコツ

### 「聞き方」

友だちが話し始めたら、友だちの方を見て話を聞きましょう。

### 「あいづち」

友だちが話し始めたら、あいづちをいれましょう。

### 「<sup>きょり</sup>距離」

友だちと会話をしている間は、「心地よい」と感じる距離をたもつようにしましょう。

### 「タイミング」

友だちが話している間は、それをさえぎらないようにしましょう。

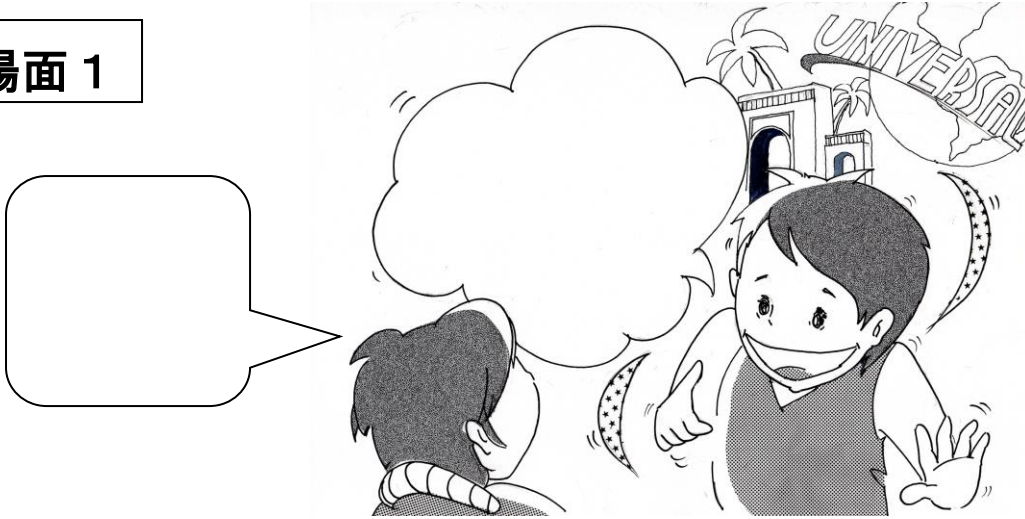
## 話し手のコツ

1. おだやかに話しましょう
2. 「私は(ぼくは)」で意見を言いましょう
3. 正直に話しましょう
4. 求められてもいないのに意見しないようにしましょう

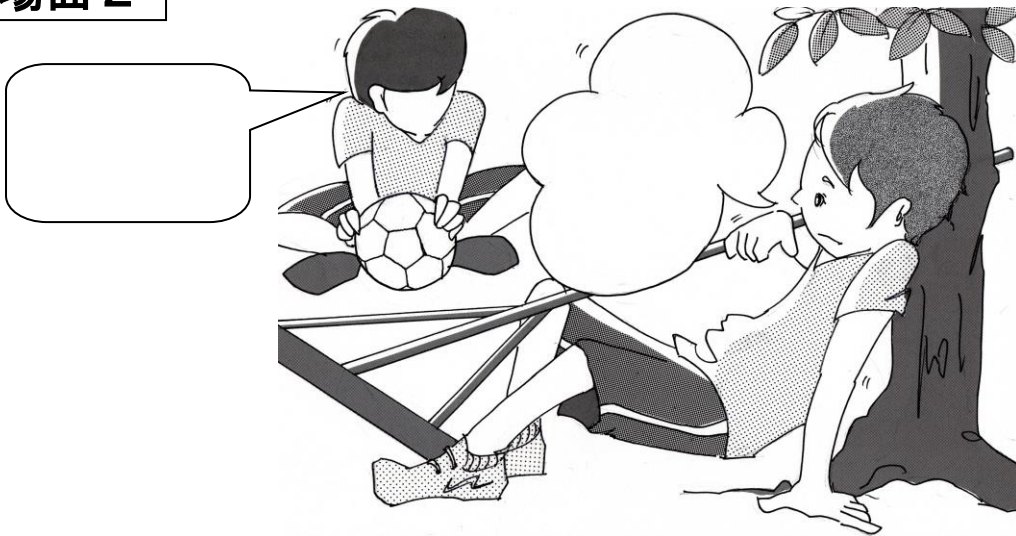
友だちとうまくつきあうための学習 ワークシート

◎場面 1, 2 の会話を聞いて話し手のコツ 1~3 のどれが使われていないのか考えましょう

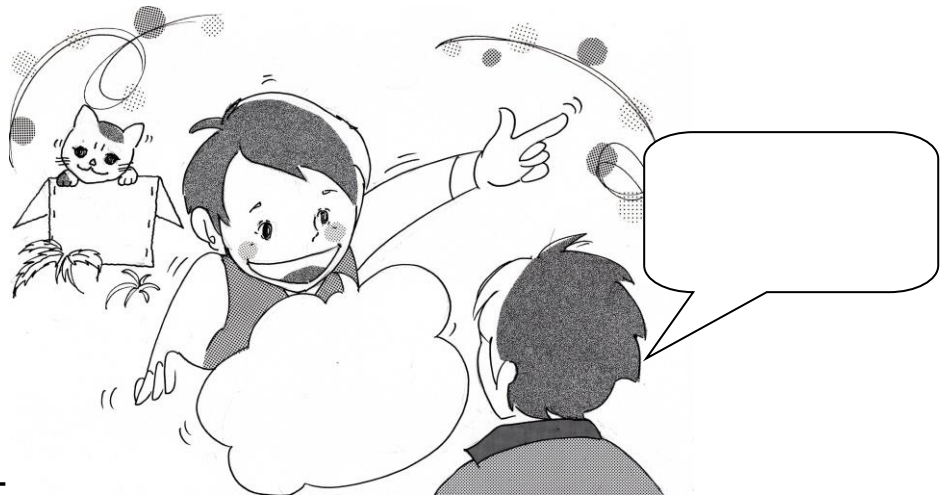
場面 1



場面 2



場面 3



## 深呼吸（しんこきゅう）

地面に足をつけて

足は<sup>かた</sup>肩の<sup>はば</sup>幅に広げ

手はひざの上か、ひざとひざの間にだらんと楽にしておきましょう

目を閉じて

自分の中心はどこにあるのか、考えながら深呼吸をします。

深呼吸は3回くり返します

吸って3、止めて3、口ではいて7です。

息をはく時にゆっくり長くはくと、力がぬけてリラックスできます。

# セルフモニター用紙

★友だちとうまくつきあうための学習で学んだことが、最近できていましたか？できたものに○をつけて、確かめてみましょう。

## 話合いのコツ

「聞き方」

友だちが話し始めたら、友だちの方を見て話を聞いた・・・・・・・・（ ）

「あいづち」

友だちが話し始めたら、あいづちをいれた・・・・・・・・（ ）

「<sup>きょり</sup>距離」

友だちと会話をしている間は、「心地よい」と感じる距離を<sup>たも</sup>保った・・・（ ）

「タイミング」

友だちが話している間は、それをさえぎらないようにした・・・・・・・・（ ）

## 話し手のコツ

1. おだやかに話した・・・・・・・・（ ）

2. 「私は（ぼくは）」で意見を言ってみた・・・・・・・・（ ）

3. 正直に話した・・・・・・・・（ ）

4. 求められてもいないのに意見（アドバイス）しなかった・・・・・・・・（ ）

# 修了証明書

あなたは  
「友達とうまくつき合うための学習」  
に出席しこれを修了したことを  
証明します。

年 月 日

教師 \_\_\_\_\_