

6月12日は、袋井中学校の健康の日です。

袋井あやぐも学園

6月のテーマ「今の自分はどのくらい？」 中学生版

☆「健康の日」の目標

学校生活の中で、自分の思いを伝え、相手の思いを受け止めることができる

① 友達づくり



② 相手の気持ちを考えることができる



③ 自分の気持ちや意見を伝えることができる



④ 感情をコントロールすることができる



友達との関わり方が上手になり、学校に来るのが楽しくなる

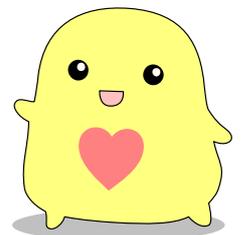
☆3月末、こんなことができる生徒に！

★自分も相手も大切にしたい気持ちの伝え方（自己表現）ができる★

- ① 相手を思いやりながら、自分の気持ちを素直に言える 【素直な自己表現】
- ② 強い言葉、ちくちく言葉を使わない 【言葉づかい】
- ③ 自分のやりたいこと、言いたいことだけを通さない 【自分勝手な自己表現】
- ④ 声のトーンに気をつけ、表情や動作をつけて話す 【具体的な表現方法】
→ 笑顔で話す、身振り手振りを使って話す、聞き手の方へ体を向ける

★相手の気持ちを思いやって聞くことができる★

- ① 相手を思いやった態度で話を聞くことができる。 【聞く態度】
→ 話し手の方へ体を向ける 相づちをうつ
話を最後まで聞く
- ② 相手の思いを大切に言葉を返すことができる 【聞く言葉】
→ 大事だと思うところを繰り返す
相手が話しやすい言葉がけができる
「なるほど」「いいね」「それで～どうなったの？」



☆今の自分は、どのくらいできていますか？

上記の「3月末こんなことができる生徒に」に書かれていることが、今どのくらいできていますか？「健康の日」振り返りカード（6月）に、今の自分がどのくらいできているか記入しましょう。今、できていなくても10月、1月とだんだんとできるようになっていけばいいんです。今の自分を知ることって、大切です。