

エピソード 1

2歳になったばかりのココロちゃん。この頃なんでも自分でやりたがります。必ず失敗してこぼすのに、牛乳を自分でコップに入れようとして。今朝もお父さんが「こぼすといけないから、パパが入れてあげるよ」と言うと、「いやー！ ぼくがするー！」。でも結局、びちゃびちゃに。お父さんは、「だから言ったじゃないか」と怒ってしまいました。



ワーク1

Work

- このお父さんは、どんな気持ちだと思いますか？
- では、ココロちゃんの気持ちはどうでしょう？
子どもの成長、育つ姿という点からも考えてみましょう。

➔ 話し合ってみましょう。



ワンポイントアドバイス 1

2～3歳の子どもは「わからずやさん」で「やりたがりやさん」

「いや！」「ジブンでやるー！」はお子さん自身の意欲や自主性の育っている証拠。親から少しずつ自立して、「世界中にただ一人の“自分”をつくっていくよ」という宣言です。

だから、初めての「いや！」は“第2の誕生日”。喜んであげましょう。そして、そこまで育てたご自分をほめてあげましょうね。

エピソード 2

あるお母さんは……



2歳の子です。もっと前から、いろいろやりたがることは確かにあったけど、親が「だめよ」と言えば、やめてたんですね。

それがこのあいだ突然、パンツをどうしても自分ではくと言い出しました。なかなかちゃんとはけないで、家を出る時間なのになって、だんだんイライラしてきてしまって…。

でも、うまくできないのに、一生懸命はこうしている姿を見ていたら、ああ、大きくなったなあって、なんだかじーんとしてきました。

ワンポイントアドバイス 2

子どもは、自分ができないこともやりたがります。でも「自分でやる！」という気持ちを大切に、たとえ失敗しても「今度はがんばろうね」と励ましましょう。だって、子どもが自分自身で学ぶ機会なのですから。

大人にとっては、「困る」こと、イライラすることも多いけれど、知恵と工夫でやりたい気持ちを満足させてあげられれば、自主性や意欲、チャレンジする心、探究心、そして自己肯定感など、きっとたくさん大切なものをプレゼントできるでしょう。



もちろん、「だめなことはだめ！」。まだわからないと思わずに、その理由も言って、くり返し伝えましょう。親の心からの言葉は、子どもの心にしみ込んで、いつか必要な時に、きっと思い出すでしょう。

そうは言っても、「わからずやさん」や「やりたがりやさん」につき合うのは、なかなか大変！ 親だって子どもと同じ、「育つ」ものですよね。みんなで大変さを共有し、アドバイスし合いましょう。

ワーク2

交代でAさん役、Bさん役になってインタビューし合いましょう。3人でもOKです。

Work

Aさん：もう、うちの子、わからずやさん（やりたがりやさん）でいやになっちゃいます。だって、（ **お子さんの様子** ）なんです。

Bさん：① そうなんですね。そういうとき、どんな気持ちですか？
② お子さんにどうしていますか？ それで、お子さんはどんな気持だと思えますか？
③ どんなふうにできたら、いいと思えますか？

➡ 話し合ってみましょう。

■ I-2 からだ からだを使って遊ぼうよ！

エピソード 1

ちょこっとサーキット

幼稚園の廊下やホールに、長マットを敷いておくと子ども達は自然にジャンプしたり、体を横にしながらかっこいい姿勢を見られます。途中で障害物として跳び箱（上段）で山を作ると、登ったり、上からジャンプしたりして得意顔になります。入園当初はあまり走ることが得意ではなかった子どもも、毎日繰り返し取り組むことで意欲的になり、また挑戦してみようとしています。

家庭でもできることから始めてみることも大切だと思います。お父さんやお母さんの腕にぶら下がったり、かけっこ競争したりしてみるというのではありませんか？

ワーク1

親子でからだを使った遊びをたくさん紹介してあります。

子どもとしたことがある遊びに○、いつもしている遊びには◎をつけてみましょう。

姿勢制御運動系

- () お馬ごっこ
- () 膝のお山に立つ
- () 腕にぶら下がる
- () シーソー
仰向けから
起き上がらせる
- () 飛行機
保護者は仰向けで寝て
膝を曲げ、脛の上に子どもを
うつ伏せで乗せる
- () そりすべり
子どもは体育座りになり、
保護者は足首を持ち、お尻だけで滑る
(腹筋背筋両方が緊張)
- () ぶらんこ
子どもを抱き上げ、揺らす

移動運動系

- () かけっこ
- () 鬼ごっこ
- () かくれんぼ
- () 高鬼
- () しっぽ取り
- () 親子でジャンプ

操作運動系

- () ボール投げ
- () ボール転がし
- () フープ回し
- () 竹馬・缶ぽっくり
- () 棒引き
- () 石けり



ワンポイントアドバイス 1

幼児期はゴールデンエイジ！～

偏りなく、多様な運動経験を！

特定のスポーツではなく、遊びの中で

1日60分以上

神経系が発達し、運動を身につけやすい時期

普段の生活で必要な動きを獲得

危険回避能力

将来のスポーツ経験の基礎となる運動技能の獲得

平成24年文部科学省「幼児期運動指針」より抜粋

2ℓのペットボトルに水を入れ、ビニールテープでまわりを飾り、園庭に置いておくと、早速子ども達はそれを立ててみたり、倒してみたりして遊びはじめました。そこで、等間隔に並べてジャンプして見せると興味を持ち、真似し始めました。身近なものを使って挑戦させることも大切ですね。

「ほくもやってみる!」「いれて~!」「どうやるの?」など、子ども達同士で工夫し、やり始めていました。



ワンポイントアドバイス 2

「新聞紙」で、運動あそび!



他にもいろいろな遊び方ができますよ!

(開いたままで) ここまで届くかなあ (ジャンプ)・体につけて
落とさないように思いきり走る

(くるくる棒にして) くぐる・親が振って、子どもが跳びこす

(ボールにして) キャッチボール・玉入れ・的当て

(破く、長く切って) びりびりあそび・長い帯に切って新体操

ごっこ・しっぽ取り

(輪にして) ケンケンパー・輪投げ



ワンポイントアドバイス 3

「やったね!」「すごいね!」の評価が有能感を生み、積極性・活動性の行動傾向を育み、プラスのサイクルに繋がります!

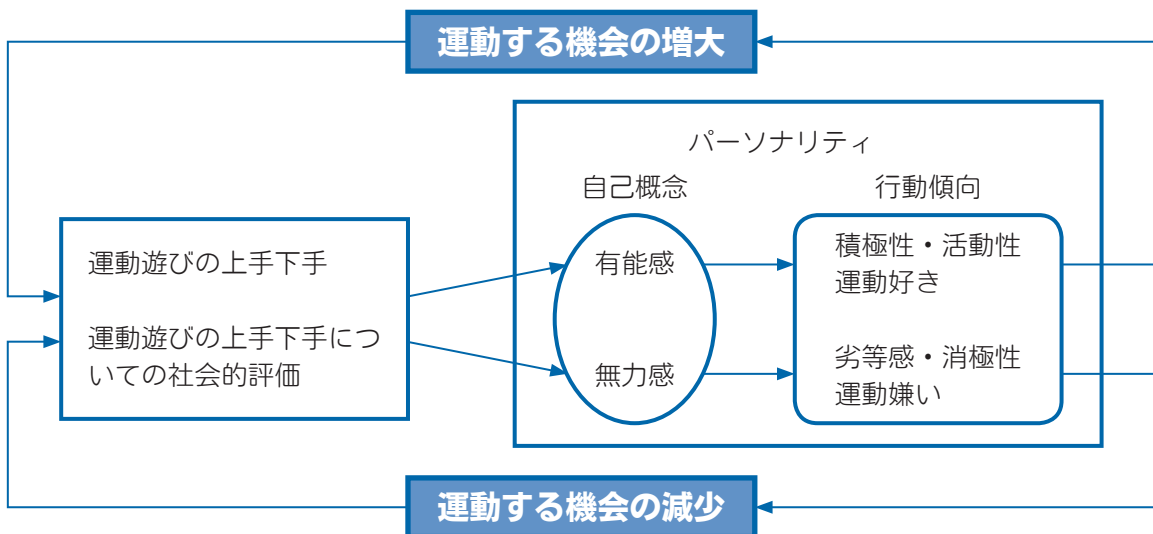


図1 運動経験と自己概念およびパーソナリティの関係についての模式図 (杉原1988)

杉原隆編著『幼児の体育』建帛社 一部改編

エピソード1

いつもは恥ずかしがりやで、声も小さい4歳のシンゴちゃん。今日はお友だちに励まされて、お当番のあいさつを、みんなに聞こえる声ではっきりと言え、とてもうれしそうでした。

お父さんが幼稚園にお迎えに来たとき、「ぼくね、今日、みんなの前で、元気にお当番のあいさつができたんだよ!」と、にこにこ顔で話しました。それを聞いたお父さんは、「ふーん、そう。早く帰ろうね」と言いました。



ワーク1

- ① お父さんの返事を聞いて、シンゴちゃんはどんな気持ちになったか、考えてみましょう。



- ② あなたなら、どういう言葉をかけたいと思いますか？ それはなぜですか？

→ 交替で親と子の立場になり、②の言葉を言い、子どもの立場だとどう
いう気持ちになるか、話し合ってみましょう。

エピソード2



5歳のマイちゃん。園で「春探しをしよう」と草花を見つけ、名前を調べる活動を経験をしました。とても楽しかったようで、「ママ、もっとたくさんお花のお名前、しらべたい!」と言いました。

夕食のしたくて忙しいお母さんは、ちょっと困りました。

Aさんの場合

「今、お母さん、忙しいからあとでね」

Bさんの場合

「そうなの、楽しかったんだね。でも今、お母さん、ごはん作ってるよね。ごはん食べたら、いっしょにしらべようね」



ワンポイントアドバイス 1

どちらが聞き上手？

Bさんのほうが、子どもに「私は、あなたの言ったことを受けとめました」ということが伝わりやすいですね。「ドッジボールでなく、キャッチボールで!」が聞き上手の基本です。これは相手が子どもでなくても、同じです。右ページの妻と夫の会話を例に、考えてみましょう。

□ “ドッジボール” の例

⇒ 相手が受けとれないように投げ返す。

妻「今日ね、とっても疲れちゃったの」
夫「おれだって、疲れてる」

これでは、まるで夫に別のボールをぶつけられたような気がして、どうして疲れたのかという、本当に話したかったことも、話したくなくなりますね。

□ “キャッチボール” の例

⇒ 相手が受けとりやすいように投げる。

妻「今日ね、とっても疲れちゃったの」
夫「そうか、そんなに疲れてるんだね」

これなら、自分の投げたボールをちゃんと受け止めてくれた、自分が疲れていることがわかってもらえた、もっと話してみようと思えますね。

■ “キャッチボール” の聞き方で伝えたいのは…

あなたの言ったことを理解しました。
あなたの言ったことを受けとめました。

あなたの言ったことに同意します。
*自分には自分の考えがあります。「受けとめること」と「同意すること」は違いますね。

こんな
言い方で

- くり返す ⇒ 「疲れてるんだね」
- 言い換える ⇒ 「たいへんだったんだね」
- “翻訳”する ⇒ 「少しゆっくりしたいんだね」

こんなふうに応じてもらえると、「だってね、〇〇ちゃんがイヤイヤばかり言って…」と、夫に一番話したかったことを、話そうという気持ちになりますね。まずは相手の気持ちを受けとめて、それから自分の気持ちや考えを話しましょう。

どんなに親しい関係であっても、自分の気持ちは言葉にしなければわかりません。「そんなことはわかってきているはず」と思わず、きちんと言葉で伝えましょう。

ワーク2

お子さんが次のように言いました。どんなふうに応じると、キャッチボールが始まるでしょう？



ごはんなんか、食べたくないもん！



Work



関連学習：親の気持ちを伝えるために、「わたしメッセージ」を学びましょう。

エピソード 1

3歳女兒

月曜日、登園してきて元気がないモモちゃん。母親より「まだウンチをしていないのでお願いします」とのこと。着替えや身の回りの整理整頓にも時間がかかり、外遊びにも行きたがらず、朝から大あくびでぼーっとしています。お昼ご飯を食べたら、少しだけ元気が戻ってきました。担任より母親へ様子を伝えたところ、日曜に行楽に出かけ、とても遅い帰宅。朝寝坊して、朝ごはんもあまり取れずに登園したとのこと。その後、園と家庭とで連携をとりながら、早寝・早起き・朝ごはんの生活のリズムをしっかりとれるように励まし見守り、朝から元気になりました！

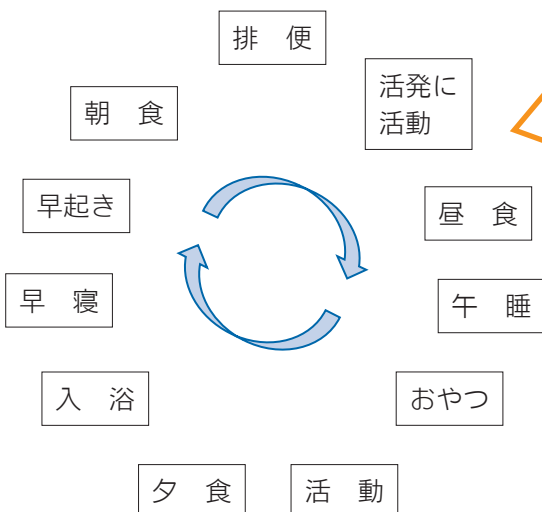
ワーク1

お子さんの生活時間を振り返ってみましょう！ 平日、休日の差はありませんか？
起床、朝食、遊び、昼食、おやつ、午睡、夕食、入浴、就寝 など記入してください！

	5時	7	9	11	13	15	17	19	21	23	1	3
〈平日〉												
〈休日〉												

ワンポイントアドバイス 1

1日の生活リズム



「早寝 早起き 朝ごはん」のすすめ！

朝日をしっかりと浴びて、朝早く目覚めると、セロトニンが分泌。交感神経系に変わり、体温を上昇させ、活動的な体になります。朝ごはんを食べることによって、胃結腸反応を引き起こし、排便も促されます。

1日十分に体を動かすことにより、食欲も増し、入浴でしっかり疲れを取り、夜は暗くします。暗くなるとメラトニンが分泌され、眠くなり、副交感神経系に切り替わります。また、入眠後、深い眠りの時に成長ホルモンが分泌されます。正に「寝る子は育つ」。規則正しい生活は子どもの成長につながります！

家庭でも、園でも、トイレでも、なかなかおしっこが出来ずにいたミツオくん。自分でやろうという気持ちはあるのですが、うまくいきません。4月から担任もその都度促し、励まし、温かく様子を見守っていたところ、6月になり「先生！自分でできたよ！」と報告がありました。「じゃあ、お兄さんパンツになれるね。良かったね」と担任も大喜び。早速母親にも連絡してあげました。

ワーク2

トイレのいろいろ困っていませんか？ おむつが取れない…トイレに行きたがらない…等、できなくて困っていることをあげてみましょう！ トイレ・トレーニング大作戦を教えてください！

Work



ワンポイントアドバイス 2

「トイレ・トレーニング」
自立（一人でできるようになるまで）

新生児は反射性排尿といって、膀胱に尿が貯まると無意識に膀胱が収縮して排尿します。幼児期には神経系の発達に伴い、脳から排尿の指令が出せるようになり、次第に自分の意思で、排尿や排便をがまんできるようになるのです。

また、膀胱の容量は、成人では個人差がありますが、平均500ml。これに対し、新生児は20ml。膀胱はヨーヨーのように、使うことで次第に大きくなり、尿を貯めることができるようになります。ある程度、膀胱も発達しないとトイレ・トレーニングは難しいのです。

◆トイレ・トレーニング 基本は「せかさず」「焦らず」

まずは、環境を整えましょう！ → トイレは、明るく・暖かく・清潔に

〈①Step 認識〉

排泄3感覚
「放出感」
「視覚的認知」
「聴覚的認知」

〈②Step 準備〉

排尿：間隔 2時間程
排便：1日1～2回
一人でパンツ着脱
言葉でも伝える

〈③Step 自立〉

できたら
誉めて喜び合う！
失敗しても
怒らない！



ワンポイントアドバイス 3

おねしょ克服法！
～夜間は排尿メカニズムが違う！～

(6ヶ月頃から)睡眠中、抗利尿ホルモンが分泌され、夜間の尿を濃くして、尿量を減らします。分泌を促進させるには、昼間十分に運動し、夜ぐっすり眠る睡眠覚醒の生活リズムを習慣づけることが重要です。途中で起こすと十分に抗利尿ホルモンが分泌されませんし、膀胱が大きくなるチャンスも逃します。また、母親のイライラは子どもの精神的負担やストレス、自律神経系に影響し、ホルモン分泌を抑制してしまいます。

だから、「叱らず」「焦らず」「起こさず」がおねしょ克服の3大原則です！

ワーク3

おねしょ克服法を話し合しましょう！

Work

■ I-5 家族 ママとパパで語り合おう！

エピソード1

パパとママの言い分

食事のしたく、洗濯などできるだけ協力しているパパです。

それでも妻はいつもカリカリ、娘にイライラ、そして雷が…。最近、娘は避雷針のパパのところへ走ってくる。

ママの味方もしなければならぬし、娘とママの板ばさみです。パパが「ごめんなさい」をしています。



夫は、子育ての“いいとこどり”ばかり。
私は叱ってばかりいる担当。
家事の手伝いも気が向いたときだけ。
つい夫に怒りをぶつけてしまうことも。そうすると、
夫は黙っちゃうんです。ずるい！

ワーク1

上のエピソードのママとパパは、どんな気持ちでしょう？ お互いに相手にどうしてほしいと思っているのでしょうか？



➡ 話し合ってみましょう。



ワンポイントアドバイス 1

自分の気持ちを話そう。

「なんでわかってくれないの？」ということ、たくさんありますね。でも、妻と夫という親密なパートナーであっても、やっぱり話してみて初めてわかってもらえるのではないのでしょうか。

ストレスをため込んで、「爆発」してしまう前に、自分の気持ちをちゃんと伝えましょう。

➡ 関連学習：自分の気持ちを伝えるために、「わたしメッセージ」を学びましょう。

エピソード2

久しぶりに家族そろって、ファミリーレストランに行きました。子どもたちはうれしくて大はしゃぎ。走り回ったりはしていませんが、いつもより声が少し大きくなったり、ときどきソファの上に立ち上がったりしています。



ワーク2

こんなとき、あなたなら、どうしますか？ また、あなたのパートナーは、どうすると思いますか？

〈あなた〉

〈あなたのパートナー〉

➔ お二人の考えが違うときは、どうしていますか？



ワンポイントアドバイス 2

子育て観を共有しよう。

両親の間で、しつけについての考え方のズレが大き過ぎると、お子さんにとってストレスになるかもしれません。わかっているつもり……ではなく、お互いに口に出して話し合ってみましょう。

エピソード3

あるママの話 — 我が家ではこんなふうになっています。

我が家は3人きょうだい。誰か一人の子をほめても叱っても、みんなで聞いている。方針を一致させておかないと、あとで子どもから「あの時パパは～と言った」と攻められたり、利用(?)されるので、子育てについて語り合うことは夫婦にとって必要なんです。

ただ、子どもの前では議論やケンカはしない方針。別室に行って夫婦で話し合い、ほぼまとまってから子どもに話すようにしています。普段から、ママ友や他の家庭でのできごとを話題にして、パートナーの意見や考えを理解したり、自分たちだったらどうするかを考えます。夫を、子育て方針や教育観を語りたがる「おしゃべりパパ」に育てるといいですね。

こんなことできないよね。言い出すとけんかになっちゃうから、我慢しちゃう。

でも、ずっと我慢していると、ストレスたまるよね。

ふたりのミゾがどんどん大きくなるかも…

➔ あなたは、どう思いますか？ 話し合ってみましょう。

ねらい

- いわゆる「第一反抗期」が、子どもの育ちにどんな意義があるかを理解する。
- この時期の親の大変さも共有しつつ、子どもの自主性を育てる対応を考える。

時間	指導展開	準備
導入 5分	<p>◆雰囲気づくり</p> <p>○4～6人のグループに分け、自己紹介をする。 例：氏名、子どもの名前・年齢、自分の好きな物・ことを一つ</p> <p>●自分の子どもが「わからずやさん、真っ最中」という人に手を挙げてもらい、2～3人に、そういう時自分がどんな気持ちになるか、言ってもらおう。</p>	
展開 20分	<p>《ワーク1》</p> <p>○エピソード1を講師が読み上げたあと、父親の気持ち、子どもの気持ちと成長という視点からみた姿を考え、シートに各自記入。 *成長という視点からみた子どもの姿 〈例〉 だんだん自分でしたいことが増えてきた 自己主張ができるようになってきた</p> <p>○グループ内で、記入した内容をもとに、話し合う。 ●親の気持ちについて、どんな話が出たか発表してもらおう。 ●子どもの気持ちや姿について、発表してもらおう。</p>	ワークシート
10分	<p>◆学び</p> <p>●ワンポイントアドバイス1、エピソード2を読み、2～3歳の子どもの「反抗」は、発達の普通の姿であり、自己形成の第一歩であること、親は成長を喜んであげたいことを話す。</p> <p>●ワンポイントアドバイス2を読み、自分でしたい気持ちを押しつけてしまうと、自主性の芽を摘んでしまうこと、やりたい気持ちを励ますいろいろな対応があることを説明する。</p>	
まとめ 10分	<p>《ワーク2》 この時期、大変なのは自分だけではないことに気づき、親の気持ちをみんなで共有し、自分の子どもの気持ちも理解する。</p> <p>○2人1組で、聞き手と話し手になり、交替でインタビューし合う。 ○インタビューを終えたら、お互いに感想を話し合う。 ●どこか1組のワークの内容を全体に紹介してもらい、まとめのコメントをする。</p>	グループ内でペアを組んでもらう。人数によっては三人一組でもよい。
5分	<p>◆振り返り</p> <p>●振り返り用紙に感想を記入してもらい、回収する。</p>	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■ I-2 からだ からだを使って遊ぼうよ！

ねらい

- 子どもと一緒に普段運動遊びをしているか、考える
- 身近な物を使って子どもと遊ぶ方法について学ぶ

時間	指導展開	準備
導入 10分	<p>◆雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ○その場でできる簡単な体力測定をする <ul style="list-style-type: none"> ・両目をつぶり、片脚で何秒立っていられるか ・上体を曲げ、床に手が届くか ○2人組で一人は両手を打ち、もう一人は相手の両手に挟まれないように、片手を上下に動かす。 交替してやってみる。 	ネームプレート
展開 15分	<p>◆エピソード1</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソード1を読み、普段の子どもとの遊びを振り返る。 <p>◆ワーク1</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートに記入する。《ワーク1》 先ほどの2人組で、結果を話し合う。 その他の遊びや、子どもの頃行った遊びも紹介しあう。 出てきた遊びを全体で共有する。 <p>◆学び</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワンポイントアドバイス「幼児期はゴールデンエイジ！」を読み、 幼児期における運動遊びの大切さを理解する。 	ワークシート
25分	<p>◆体験してみよう！</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソード2を読む ○ワンポイントアドバイス「新聞紙」で運動遊び！を参考に、実際に 2人組で新聞紙を使って遊んでみる。 その他にどのような遊びが考えられるか、やってみる 出てきたアイデアを参加者全員で共有する 	古新聞紙 1人2～3枚
5分	<p>◆学び</p> <ul style="list-style-type: none"> ●図1について、運動遊びの上手下手についての社会的評価、つまり 保護者や保育者の評価が子どもの有能感や運動意欲を育むことを説明する。 「上手だね」「○○ができるようになったね」「もう少しでできそうだね」などのやる気を引き出す言葉かけが重要。 「下手ね」「運動神経鈍いわね」「どんくさいわ」などの言葉かけはNG ●親が「疲れた」を連発しないで、一緒に遊びを楽しむことが大切であることを伝える。 	
まとめ 5分	<p>◆振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○～学習者 ●ファシリテーター

ねらい

- “気持ちを受けとめる”とはどういうことか考え、受けとめたことがきちんと子どもに伝わるような言葉かけの仕方を学ぶ。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 5分	<p>◆趣旨説明と雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ○4～6人のグループに分け、自己紹介をする。 例：氏名、子どもの名前・年齢・すてきだなど思う点一つ ●全員に投げかけ：「お子さんの気持ち、どのくらいわかっていると思いますか？ 100%わかっていると思う方、手を挙げてください」 「では、どれくらい？」⇒ 2、3人に言ってもらおう。 *自分の子どもであっても、気持ちを受けとめることの難しさを共有 	ペアワークのためには偶数の人数がよい
展 開 20分	<p>《ワーク1》</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソード1を講師が読み上げたあと、子どもの気持ちを想像し、自分ならどういう言葉をかけたいか、シートに各自記入。 ○ロールプレイ：2人1組になり、交替で親役・子ども役になり、親役の人は自分の記入した②のことばを、感情をこめて子ども役の人に言う。子ども役の人はそう言われると、どんな気持ちになるか親役の人に伝える。 ⇒ なぜそういう気持ちになったか、お互いに話し合う。 ●どんな言い方が出たか、どんなことに気づいたか、2組くらいに発表してもらおう。*板書が可能なら、言葉かけの内容を書く。 	ワークシート 黒板・ホワイトボード
15分	<p>◆学び</p> <ul style="list-style-type: none"> ●エピソード2を読み、ワンポイントアドバイス、右ページの「ドッジボール…」の例を解説する。 	
10分	<p>《ワーク2》 “キャッチボール”を始める言い方を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○子どもの気持ちを受けとめたことを示すには、どういう言葉かけがあるか考え、各自記入する。 良い例：そうか、食べたくないんだね。/食べるの、いやなんだね。 ○グループ内で発表し合う。 ●2～3人に紹介してもらい、まとめのコメントをする。 ※自分の気持ちが受けとめてもらえると、子どもはもっと話をしようとし、会話のキャッチボールが始まる。 <p>〈キャッチボールの例〉母：そうか、食べたくないのね。⇒ 子：だって、ハンバーグ作ってくれるって言ったのに。⇒ 母：ハンバーグが食べたかったんだね。⇒ 子：そうだよ、待ってたのに。⇒ 母：ごめんね、今日はママちょっと忙しかったの。明日、一緒につくろうね。⇒ 子：うん、きっとだよ。</p> <p>〈ドッジボールの例〉母：え?! おなかすいてるでしょう? ⇒ 子：すいてるけど、やだもん! ⇒ 母：わがまま言わないで、食べなさい! ※親の気持ちを伝えるために、「私メッセージ」という方法があることを紹介し、資料を配布する。</p>	*板書 資料：本冊子の『VII-1 コミュニケーションの基本(1)気持ちを伝える「わたしメッセージ」』のページ
まとめ 5分	<p>◆振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ●振り返り用紙に感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■ I - 4 生活 いきいき生活リズムとトイレ・トレーニング

ねらい

- 自分の家の生活リズムを見直す
- トイレ・トレーニングについて基本的なことを学び、問題を共有する

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ●大人はみんな忙しい。そこで、質問してみる 昨日、何時に寝ましたか？ 今朝、何時に起きましたか？ 子どもの頃は何時ころ寝て、何時ころ起きましたか？ ○5～6人のグループに分かれ、自己紹介しあう 	ネームプレート
展 開 15分	<p>◆エピソード1</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソード1を読み、休日のお出かけについて、グループで意見を出し合う。 <p>◆ワーク1（一人で生活を振り返ってみましょう。プライバシーに配慮）</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートに記入する。《ワーク1》 平日と休日に差があるか、ないか、振り返ってみる。 問題点がないか、考えてみる。 <p>◆学び</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワンポイントアドバイス1「1日の生活リズム」を読み、「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さを理解する。 生活リズムを振り返り、問題があれば、改善をどこからできるのか、考えてみる。 	ワークシート
20分	<p>◆話し合う</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソード2を読み、ワーク2を行う グループで、排泄に関わる様々な悩みを話し合う <p>◆学ぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワンポイントアドバイス2「トイレ・トレーニング」について、基本的な知識とステップを理解する。 <p>◆話し合う</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「トイレ・トレーニング」でうまくいった方法、トイレの工夫を話し合う。出された意見で、「なるほど！」と思った物をグループで出してもらい、発表する。 	ワークシート
10分	<p>◆学ぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワンポイントアドバイス3 夜尿(おねしょ)について、「叱らず」「焦らず」「起こさず」の理由を理解する。 	
まとめ 5分	<p>◆話し合う</p> <ul style="list-style-type: none"> ○夜尿について、うまく克服した方法などを話し合う。出された意見で、「なるほど！」と思った物をグループで出してもらい、発表する。 <p>◆振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○～学習者 ●ファシリテーター

■ I - 5 家族 ママとパパで語り合おう！

ねらい

- パートナーと共に子育てをする大切さを確認する。
- 親密な関係でも自分の気持ちを言葉で伝える必要性を理解する。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆趣旨説明と雰囲気づくり</p> <p>○4～6人のグループに分ける。 *父母両方の参加がある場合はなるべく男女比がグループで偏らないようにする。カップルで参加の場合は同じグループにするかどうか、希望を聞いてもよい。</p> <p>○自己紹介をしながら、雰囲気をほぐす。 例：名前+パートナー（または自分）の素敵などころ一つ</p>	ワークシート
展 開 40分	<p>◆エピソード1 〈ロールプレイ〉</p> <p>●代表者2人にパパ役、ママ役になってもらいエピソード1のパパの言い分、ママの言い分を演じてもらう。</p> <p>〈ワーク1〉 パパとママ、それぞれの気持ちを想像し、理解する。 ○パパとママはそれぞれどんな気持ちで、相手ににどうしてほしいと思っているか記入し、それをもとに話し合う。 ⇒ 双方の気持ちを考えてみて、エピソード1を読んだときの感情と変化があったか。</p> <p>●何人かに発表してもらい、全体で共有し、ワンポイントアドバイス1でまとめる。</p> <p>◆エピソード2 〈ワーク2〉 ファミリーレストランの様子を想像し、自分の行動とパートナーの行動を想像して記入し、違いがある場合はいつもどうしているか、またどうすればよいか考える。 ○各自記入したものをもとに、話し合う。 ●発表してもらい、全体で共有し、ワンポイントアドバイス2でまとめる。</p>	<p>役割カード</p> <p>本冊子の『VII-1 コミュニケーションの基本(1)気持ちを伝える「わたしメッセージ」』を資料として配布</p>
まとめ 10分	<p>◆エピソード3 こんな家庭もあります。 ●事例と、それへの「感想」を紹介し、話し合ってもらってから、3人の感想を聞き、まとめをする。</p> <p>◆振り返り ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。</p>	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター