

アミクス (グループプレッスン)



	種類	内容
1	二言語 SST(13)	自分のやりたいことをきちんと伝える
		やりたいことがあっても、集団の中でことばに出さないでいると、やりたいことがないのだと誤解されてしまいます。その結果、集団内で、いつもやりたいことを我慢しなければならないこととなります。相手の気持ちに配慮しながら、自分のやりたいことを上手に伝える練習をします。
2	二言語 SST(14)	友だちに文句を言うときの言い方
		「もうがまんできない!」と思ったときに、その気持ちや理由を上手に相手に伝えることができれば、心が晴れ晴れとします。主語を変えた言い方(私/ぼくメッセージと、あなたメッセージ)を習うことで、相手が納得できるような伝え方を練習します。ご家庭でも、お子さんを叱る場合には、ぜひ二種類のメッセージを使い分けてください。
3	ことば	様子を表すことばで遊ぼう
		「トントン」「バンバン」など音を表すことば、「ふわふわ」「つつつ」など触感を表すことば、「どきどき」「わくわく」など気持ちを表すことば。いわゆる擬音語擬態語と呼ばれることばは、物事を豊かに描写する働きがあります。様々なゲームを通して、擬音語擬態語の意味や用法を楽しく理解し、使う活動をします。
4	英語	What color do you like? どんな色が好きかな?
		この質問を応用すると、相手の好きなものを聞くことができます。色、食べ物、スポーツなどをお友達に聞いてみます。質問されたら自分の好きなものを伝えて、会話を楽しみます。また、phonicsに加えて、毎回、英語でよく使われるフレーズを覚えます。お礼の言い方も覚えます。"Thank you." "Not at all." 感謝の気持ちを素直に表現できることは大切です。
5	二言語 SST(15)	ひどいことを言われたときにやるべきこと
		クラスメートにひどいことを言われたら、心が折れてしまいます。こういったときには、なぜそんなこと言ったのかを相手に尋ねる方が良いです。放置すると、いじめの問題に発展することがあるからです。大事なのは、言われた理由を考えてみることで、信頼できる人に相談することなどです。この回では、相談の仕方を練習します。
6	自己理解 (5)	「ありがとう」と思える心
		日々の「小さな幸せ」に対して感謝の気持ちを持つ人は、温かな気持ちになります。そして、家族や友だちを幸せな気持ちにすることができます。「ありがとう」と思える場面を考えてみることで、「小さな幸せ」に気づけるようになる練習をします。そして、人から感謝される行動を考えてみます。(ご家庭で実行できるように見守ってください。)

7	英語	Directions 道案内
		<p>来年のオリンピックの際には、たくさんの外国人が東京にやってきます。英語で道案内ができれば、自分に自信が持てますね。Go straight. Turn right. Turn left. などを使って、地図をみながら簡単に道案内をしてみます。また、今回は、謝る時のフレーズをやります。”I’m sorry.” ”That’s all right.” 悪いことをしたと思ったら、ちゃんと謝れるように練習します。</p>
8	英語	Daily routines 日常生活
		<p>朝起きてから夜寝るまでの行動を4つの時間帯(morning, afternoon, evening, night)に分けます。それぞれの時間帯に自分がどんなことをしているのかを考えると、自主的に行動できるように促します。今回のフレーズは、嫌なことをされた時に言う言葉です。”Stop it.” ”Don’t make fun of me.” 嫌な気持ちを相手にはっきり伝える練習をします。</p>
9	アート	3原色を使って新しい色を作り、色で遊ぶ
		<p>新しい色をどのように作り、さらに、描く時に基本色をどのように使うのかを学びます。基本三原色をベースにして、色を足すことで色を増やします。3原色が6色になり、さらに12色が増えていく過程を体験します。実際に色を塗ってみることで色の持つイメージを理解し、心を色で表します。</p>
10	アート	色の組み合わせを使って絵を描く
		<p>描き方には、好きなように、自由に描く方法以外に、シンプルな図形と計算された色使いで描く方法があります。特にデザインでは、これらの表現がよく用いられます。シンプルに、分かりやすく表現する方法です。</p> <p>今回は色の使い方を学ぶための方法として、風景画を描いてもらいます。下絵に色を塗り、自分で想像した色のイメージで風景画を描きます。</p>
11	自己理解(6) 発表会準備	何をやるのか決めるには
		<p>調べ学習のときに何について調べるのかを決めたり、発表会の際のテーマを決めたりするときに、なかなか決められないときがあります。こういったときには、手順を踏むことで、だんだんと心が決まっていきます。次週の発表会のテーマを決めるために、手順通りに考えをしぼっていく練習をします。</p> <p>(発表内容に関して、ご家庭で加筆をお願いいたします。)</p>
12	お茶会&発表会	茶道体験と発表会
		<p>茶道、茶心に触れて、心を整える練習を行います。実際にお茶をたて、いただきます。発表会でドキドキする気持ちが呼吸法によって少しずつ和らぐことを体験します。その後、テーマについて自分がどのように思っているのかを発表します。人前で自分の考えを述べる練習です。自分を客観的、肯定的に認めることが目的です。</p>