

くまもと「親の学び」プログラム

～スマイル(小学生期)編 ガイドブック～



いつでも、どこでも、
ともに学ぼう!楽しもう!

子育ては親育ち!



くまもとサプライズ
キャラクターくまモン

熊本県教育委員会

「くまもと『親の学び』プログラム」とは何ですか？…

参加体験型(参加者同士の話し合いや振り返り)の学習スタイルで、子育てのポイントを身近な話題から楽しく学んでもらうためのプログラムです。

子どもの発達段階に合わせたテーマをもとに考えを出し合ったり聞いたりすることを通して、子育てについて前向きな気持ちをもてたり子育てのヒントを聞くことができたりします。



どんなところで活用できますか？

- 幼稚園・保育所では、保護者研修会・参観日のとき。
- 小学校や中学校では、PTA研修・就学時健康診断・1日体験入学・学級懇談・地区懇談会のとき。
- 各単位PTAや郡市PTAでは、研修会や役員会で。
- ※各学校や職場における職員研修でも活用できます。

どんなプログラムがありますか？

- スタート（乳幼児期）編…主に乳幼児期（就学前）のお子さんをもつ保護者対象
- スマイル（小学生期）編…主に小学校のお子さんをもつ保護者対象
- *いずれも中学校・高校のお子さんをもつ保護者にも活用できます。
- *プログラムは以下のホームページからダウンロードすることができます。

【熊本県教育委員会】 → 【家庭教育】 → 【くまもと「親の学び」プログラム】

◇スマイル（小学生期）編の特徴や内容

(1) ステップ1：「自分に気づく」

～「親の学び」へのいざない～プログラム

① 特徴

- ゲームを通して気づきを得るもの、目的をもったゲーム感覚の活動です。
- ステップ2やステップ3のプログラムの導入（アイスブレイク）として活用することもできます。
- 3～5分程度でできます。

②内容等

プログラ ム番号	プログラム名	実施 時間	キーワードの例	内 容
1	後出しじゃんけん	3分	固定観念	進行役とのじゃんけんで必ず負けるように後出しをする。
2	バランスをとろう	3分	時間の感覚 継続	バランス立ちをしながら時間の経過を予測する。
3	リズムによって動かそう ～指体操・腕体操～	3分	リズム 継続	リズムよく指や腕を左右異なるように動かす。
4	パンパンタッチ	5分	予測 相手に合わせて	2人組でリズムに乗って同じように手をたたいたり広げたりする。
5	聞いて、聞いて、 リズムよく	5分	きく	進行役と同じようにリズムカルに手拍子をする。
6	それ、私！（子育て版 フルーツバスケット）	5分	一人じゃないよ	子育てに関する経験をもとにしたフルーツバスケットをする。
7	だれだろう？ 何だろう？？	5分	きく 正確な情報	進行役のヒントを手がかりに言葉の連想ゲームをする。

プログラム紹介（プログラムNo2）

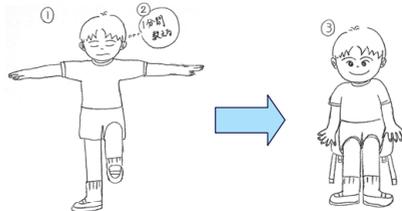
バランスをとろう （所要時間：3分）

プログラムのねらい

1分間という「時間」をキーワードにします。1分を長いと感じたりあつという間だったり、同じ時間でも感じ方には違いがあることに気づかせます。また、バランス立ちをとおして、継続して取り組むことの大切さに気づかせることもできます。

進め方

- ①参加者は片足で立って、目を閉じて1分間数えます。このとき、両手を水平に広げ、バランスをとるようにします。
- ②参加者は1分経過したと思った時点で座ります。
- ③参加者に感想を聞き、振り返りを行います。



アレンジ例

- 例①：「バランス」をキーワードにする場合は、片足で立つ前に、1～2周回転したり、スキップをしたりすると、バランス感覚をより意識した活動になります。
- 例②：バランス立ちではなく、座ったままで1分経過したら手を挙げる方法や、片足立ちでなく、両足で立つなどでも活動できます。

配慮すること

- ・危険防止のため、座るときには目を開けるよう伝えます。
- ・バランスを崩しそうになった時には、無理をしないで足をつき、そのあと継続してもいいことを伝えます。
- ・十分なスペースがあるか確認します。



プログラム紹介（プログラム No5）

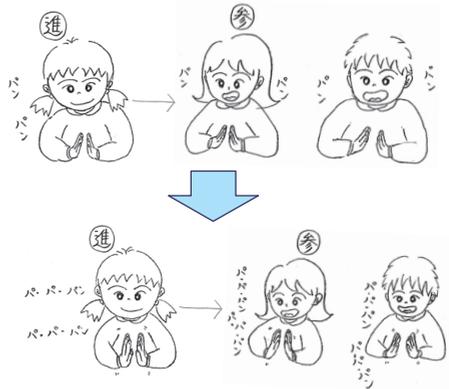
聞いて、聞いて、リズムよく（所要時間：5分）

プログラムのねらい

複雑なリズムになると、単に聞くだけでは覚えられないので、「しっかり聴く」ことの大切さと、「聞く」と「聴く」の違いに気づかせます。

進め方

- ① 進行をする人が先に手拍子（リズム打ち）をし、続いて参加者が同じように手拍子进行します。
- ② 最初は簡単なリズムで行い、だんだん複雑なリズムにしていきます。
- ③ 参加者に感想を聞き、振り返りを行います。



<ワンポイント>

手拍子と同じリズムの掛け声（「パン、パン、パパン」等）をつけて行くと盛り上がります。

アレンジ例

例：最初に全体でやってみて、そのあとグループをつくって行うこともできます。この場合、グループ内で最初に手拍子（リズム打ち）をする人を交代しながら行います。

配慮すること

- ・ 進行する人の手拍子の音が、参加者全員に聞こえるように気をつけます。

(2) ステップ2 : 「仲間を広げる」

～「親同士」のつながり～プログラム

① 特徴

- ゲーム感覚で活動を行うことができ、気軽な気持ちで参加でき、他者とコミュニケーションができます。
- 主活動そのものを、アイスブレイクとすることができます。
- ステップ1のプログラムとの組合せを工夫すると効果的です。

②内容等

プログラム番号	プログラム名	実施時間	キーワードの例	内容
8	アイコンタクトで意思表示	15分	コミュニケーション	身振り手振りなどを使ってグループに分かれ自己紹介をする。
9	頼って信じてウォーキング	15分	コミュニケーション	ペアで誘導役と目を閉じて歩く役になり、誘導に合わせて歩く。
10	何と言ったかな？ きいて、きいて！	15分	「聞く」と「聴く」	複数の人が同時に発する言葉を当てるゲームをする。
11	トーク&トーク ～すごろくde紹介～	20分	コミュニケーション	すごろくを使い、多様な課題をもとに自己紹介をする。
12	話して！聞いて！ ～わいわいがやがや サイコロトーク～	20分	コミュニケーション	サイコロの出た目の話題をもとに自己紹介をする。
13	あなたはどのように考えますか？ ～1枚の絵から広がる イメージ～	20分	多様な見方	1枚の絵を協力して完成し、気付きを話し合う。
14	わたしの考え、あなたの考え～いろいろな考えを聞いてみよう～	20分	いろいろな考え	問題に対し自分の考えを明らかにし、グループで話し合う。

プログラム紹介（プログラムNo13）

あなたはどのように考えますか？～1枚の絵から広がるイメージ～
（所要時間：20分）

プログラムのねらい

1つの状況を判断するとき、多様な見方や考え方をしようとする必要があることに気づかせます。また、子どもが遭遇したその時の状況がつかめるように子どもの話をしっかり聴くことも必要であることに気づかせます。

進め方

- ①ジグソーパズルをペアで協力して作ります。
- ②場面絵（完成したパズルの絵）を見て、考えられることや想像できることを思いえがきます。
- ③考えたり想像したりしたことをグループで出し合ったり全体で紹介したりします。
- ④参加者に感想を聞き、振り返りを行います。



<ワンポイント>

振り返りのとき、参加者から、1つの見方で判断して困ったことがあるという意見があった場合、具体的に紹介するとねらいが身近に感じられます。

アレンジ例

場面絵をジグソーパズルの形合わせにしないで、1枚の場面絵を見て考える方法があります。講座の時間が長くとれない、準備の時間が十分とれない、参加者は顔見知りの方が多いとき等が効果的です。

配慮すること

- ・自分の好きな絵や写真を使って進行する場合、著作権に十分気をつけましょう。

(3) ステップ3 : 「仲間と深める」

～「親の役割」を見つめる～プログラム

① 特徴

- 参加者が、ロールプレイやケーススタディで、自分の考えを話したり、他の人の意見を聞いたりすることを通して、自分自身を見つめることができます。
また、新しい価値観に触れたり、子育てに対する不安や悩みを軽くしたりすることができ、子育てに自信をもつことができるようになります。
- ステップ1やステップ2のプログラムと組み合わせると効果的です。

②内容等

プログラム番号	プログラム名	実施時間	キーワードの例	内容
15	よく使う言葉は？～言葉の力について考えよう～	20分	言葉の力	日ごろ使っている言葉をワークシートを使って振り返り、言葉のいろいろな力について話し合う。
16	これって「反抗期」？～子どもも成長、わたしも成長～	25分	親のかかわり方	子どもの気持ちに寄り添ったかかわり方について事例をもとに考え、話し合う。
17	子育てで広がる夢・喜び～子育ての歩みとこれから～	30分	歩みと見通し	子育てに対する気持ちの移り変わりをマインド曲線で表し、子育てに対する思いを話し合う。
18	わが家で大事にしたいこと	40分	わが家の1か条	子育てで大切にしていることをランキングし、その理由を話し合う。
19	ニコニコ、パクパク。 わが家の食事！	40分	食生活	食生活で大切にしていることをエピソードをもとに確認し、互いの食生活を紹介しよう。
20	伝え方のひと工夫 ～みんなの気持ちを考えて～	45分	コミュニケーション	お互いが嫌な気持ちにならない対応の仕方についてワークシートをもとに考え、話し合う。
21	だれにだって悩みはある ～一人で悩まず、 話してみよう～	45分	悩みの共有	いろいろな悩みへのアドバイスを通して、悩みがあるのは自分だけでないことや多様な考えがあることを話し合う。
22	地域の子どもは地域みんな で育てよう～ステキな 「ひと・もの・こと」～	45分	地域のよさ、 ひと・もの・ こと	作業を通して、自分たちの住んでいる地域の人のつながりを含めた「よさ」について話し合う。

プログラム紹介（プログラムNo19）

ニコニコ、パクパク。わが家の食事！（所要時間：40分）

プログラムのねらい

食事は生きていくために欠かせないものであり、栄養のバランスを考慮ことや家族の団らんとなるなど、重要な役割があることを再認識し、「食」に関する意識を高めます。

進め方

- ①食に関する思い出や経験を出し合います。
- ②エピソード（例：右ページ）をもとに考え、グループで話し合います。
また、全体に紹介します。
- ③簡単レシピや食マナーの紹介をします。（参加者同士が紹介したり進行役が紹介したりします。）
- ④印象に残ったことや感想を紹介し合います。

<ワンポイント>

簡単レシピの紹介は、「やってみよう」と思う参加者の気持ちを高めるために、進行役があらかじめ、紹介するレシピを考えておいた方がよいようです。

アレンジ例

「はじめよう！早寝早起き朝ごはん」（熊本県教育委員会）のDVDや「早寝早起き朝ごはんガイド」（「早寝早起き朝ごはん」全国協議会）等を活用した展開もできます。

配慮すること

- ・男女共同参画の視点等からも、「家庭ではだれもが食事を作る」ということをふまえて講座を行います。
- ・「食」に関して、さまざまな家庭の実態があることにも十分気をつけます。それぞれの家庭の実態に合わせて、「できることからやってみよう」という気持ちを高めるようにします。

【ニコニコ、パクパク。わが家の食事！】ワークシート

《ある日のエピソード》

○夕食の時間になりました。お母さんが、



・今日のおかずはお魚の煮付けと生野菜のサラダ、具たくさんみそ汁よ。栄養満点、おいしいわよ。

と、ニコニコしながら話しました。
それを聞いた子どもたちは、とても不満な顔で、

・朝から「カレーにして」って言ったでしょ。そしたら、お母さん「そうね」って。何でカレーにしなかったの？ぼくカレーがいい……



- ・確かに、朝、子どもが学校に行く前はそんな話をしていました。しかし、カレーはつい最近だったし、新鮮な魚がお買い得だったし、栄養のバランスを考えて、メニューを変更したのです。
- ◇このときどうする？

タイプ A

【考え】



・ごめん。カレーにしてって聞いてたけどお母さんは、栄養とかいろいろ考えて作ったのよ。文句を言わないで、さっさと食べてちょうだい。残さないでよ。

《わが家の食育1か条》

☆食事は、しつけ。
栄養のメニューや食べ方など親のしつけのもと行うのが1番！

タイプ B



・困ったわ。そう言っていたわね。あっ！！インスタントのカレーは買ってあるから、すぐ作ってあげられるわ。ちょっと待ってて。

☆「食事は楽しく」が何より。好きなものを楽しく食べる、そうすることが1番！

タイプ C



・今日は新鮮なお魚がお買い得だったの。お魚は栄養豊富で、脳の働きを活発にしたり、カルシウムも豊富なよ。お野菜だってそうよ。カレーはまた今度ね。

☆食事は親子のきずな。メニューも食べ方もコミュニケーションを大事にすることが1番！

◇あなたは、A,B,Cのどのタイプの考えに近いですか？

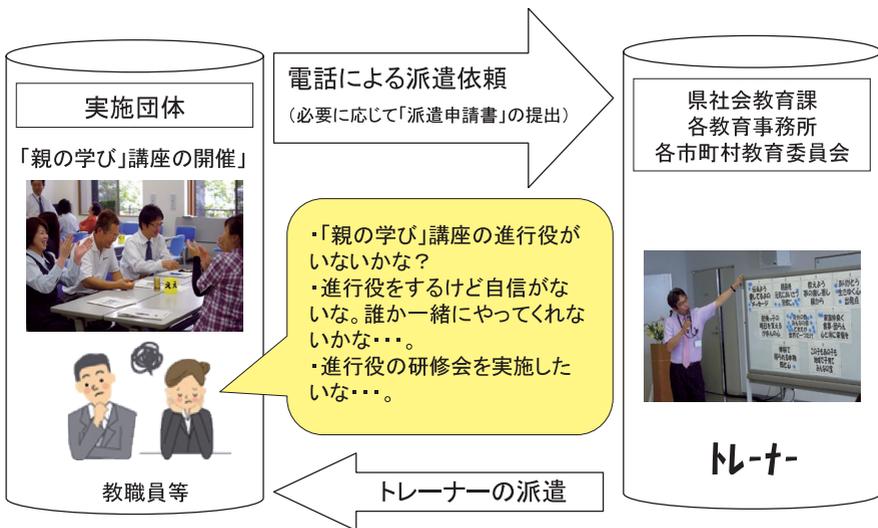
「親の学び」講座を応援します！

くまもと「親の学び」プログラムトレーナー派遣事業

各小中学校やPTA、幼稚園、保育所、子育て支援サークル等、保護者が集まる様々な機会に開催される「親の学び」講座の進行をお手伝いします。

トレーナーは、こんなお手伝いをを行います。

- ・「親の学び」講座における進行役を務めます。
- ・実施団体が行う「親の学び」講座の進行役に指導助言をします。
- ・「親の学び」講座の進行役育成の研修会等の講師を務めます。



◇まずは、お電話でご相談ください。

(連絡先:市町村教育委員会、各教育事務所、県社会教育課へ)

◇トレーナーの派遣に係る旅費、謝金等は基本的に必要ありません。

熊本県教育庁社会教育課

〒862-8609 熊本市水前寺6丁目18番1号

TEL:096-333-2698 FAX:096-387-0089

発行者:熊本県教育委員会
所属:社会教育課
発行年度:平成23年度