

CONTENTS 01

はじめに

親学習プログラムアレンジ版の使い方 1

親学習プログラムに使える中心となる活動集

第1章 子どもの生活リズム

- I-1 目覚ましスイッチ入れていますか？
－ 早寝早起き朝ごはん－ 4
- I-2 朝ごはんを食べていますか？－ 我が家の朝食メニュー－ 5
- I-3 ゲームばかりで困っていませんか？
－ 家庭学習のすすめ－ 6
- I-4 進んであいさつしていますか？
－ あいさつはコミュニケーションの第一歩－ 7
- I-5 子どもの生活リズムを考えていますか？
－ 大人の時間・子どもの時間－ 8

第2章 子どものほめ方、しかり方

- II-1 こんな光景見かけませんか？
－ けんかも大切なしつけの場－ 9
- II-2 ほめられるって、どんな気持ち？－ 2つのささやき－ 10
- II-3 あなたなら、どうしますか？
－ “叱り”の極意 PART 1－ 11
- II-4 あなたなら、どう言いますか？
－ “叱り”の極意 PART 2－ 12

第3章 親の役割

- III-1 子どもの「生きる力」を育てるために
－ 親の役割○力条づくり－ 13
- III-2 いけない親になるために
－ 家庭教育チェックリストづくり－ 14
- III-3 子どものころ、大人のころ－ 子どもたちに伝えたいメッセージ－ 15

第4章 思春期の子どもとの向き合い方

- IV-1 もしかしたら？どうしてうちの子が！
－ いじめの理解と対応－ 16
- IV-2 子どもの携帯、どう考えますか？
－ 危険性を認識しましょう－ 17
- IV-3 学校に行きたくない－ 親としての対応－ 18
- IV-4 本当に大丈夫ですか？－ 思春期の男女の付き合い方－ 19

CONTENTS 03

親学習プログラムに使えるふりかえりシート集	55
-----------------------	----

親学習プログラムに使えるアイスブレイク・アクティビティ集	61
------------------------------	----

1. アイスブレイクのいろいろ

負けるが勝ち（じゃんけんゲーム①）	62
勝利集め（じゃんけんゲーム②）	62
グループじゃんけん（じゃんけんゲーム③）	62
進化じゃんけん（じゃんけんゲーム④）	63
じゃんけん肩たたき（じゃんけんゲーム⑤）	63
ハイ、ポーズ	64
もしもしかめよ	64
インパルス	64
しりとり自己紹介	65
じゃんけんで並ぼう	65
カテゴリー（同じ〇〇に集まれ）	66
猛獣狩り（数集まりゲーム）	66
わたしに…あなたに…みんなに拍手！	67

2. アクティビティのいろいろ

〇〇の熱気球（ランキングの一手法）	68
アサーティブ・トレーニング	69
カクテルパーティ	74
トロプス（TROPS）	75
自己紹介	75
同じ色に集まれ	76
等身大のお友だち	77
プラスの私、マイナスの私 マイナスのあなた、プラスのあなた 未来の私、未来のあなた	78
宝探し	82
参加者アンケート	82

とちぎ家庭教育支援事業運営協議会及び家庭教育支援資料（親学習プログラムアレンジ版） 作成部会名簿	83
---	----

CONTENTS 02

第5章 読書のすすめ

V-1	不思議な力があるのかな？絵本の読み聞かせ － これでバッチリ、3歳児健診 －	20
V-2	絵本の読み聞かせ、どうしたらいいの？ － 絵本はこころの栄養・絵本には魔法の力 －	21
V-3	子どもへの読み聞かせについて考えよう － 本の読み聞かせで、小学校入学も安心 －	22
V-4	家庭で読書をすすめてみませんか？ － 本によるコミュニケーション －	23
V-5	ケータイ小説どう考えますか？ － ケータイ小説と本のちがい －	24

親学習プログラムに使える資料集

資料I-1	目覚ましスイッチ入れていますか？ － 早寝早起き朝ごはん －	26
資料I-2	朝ごはんを食べていますか？－我が家の朝食メニュー－	27
資料I-3	ゲームばかりで困っていませんか？－家庭学習のすすめ－	28
資料II-2	ほめられるって、どんな気持ち？－2つのささやき－	30
資料II-3	あなたなら、どうしますか？－“叱り”の極意 PART 1－	32
資料II-4	あなたなら、どう言いますか？－“叱り”の極意 PART 2－	33
資料III-1	子どもの「生きる力」を育てるために － 親の役割○力条づくり－	35
資料III-2	いけない親になるために－家庭教育チェックリストづくり－	36
資料IV-1	もしかしたら？どうしてうちの子が！ － いじめの理解と対応 －	37
資料IV-2	子どもの携帯、どう考えますか？ － 危険性を認識しましょう －	39
資料IV-3	学校に行きたくない－親としての対応－	43
資料IV-4	本当に大丈夫ですか？－思春期の男女の付き合い方－	46
資料V-1	不思議な力があるのかな？絵本の読み聞かせ － これでバッチリ、3歳児健診 －	48
資料V-3	子どもへの読み聞かせについて考えよう － 本の読み聞かせで、小学校入学も安心 －	49
資料V-4	家庭で読書をすすめてみませんか？ － 本によるコミュニケーション －	50
資料V-5	ケータイ小説をどう考えますか？ － ケータイ小説と本のちがい －	52