



夢実現「親のまなびあい」プログラム ワークシート  
④中学生・高校生の子どもをもつ保護者向け



テーマ：【生活習慣】 生活リズムの自己管理

生活リズムの自己管理をして、生活リズムが良い時、子ども様子はどうか？（良いところを探そう）

子どもが生活リズムの自己管理をして、生活リズムが良い時、家庭（家族）の様子はいかがでしたか？

気づいたこと、やってみようと思ったこと

# 夢実現「親のまなびあい」プログラム

## ④中学生・高校生の子どもをもつ保護者向け

### テーマ：【学習環境】 家庭学習の自己管理

ねらい：子どもが家庭学習の自己管理ができるために、保護者として日常の関わりの中で大切にしたいポイントについて考えることができる。

留意点：子どもが家庭学習の自己管理ができるために、これまでの保護者の関わり方を振り返る。

：子どもが家庭学習の自己管理ができる大切さを理解し、子どもと継続して取り組むためのポイントについて考える。

準備物：ワークシート、資料、グループ分け名簿（短縮版用）、筆記用具（各自）

時間	活動内容	方法・留意点	備考
10分 ～ 15分	<p>&lt;導入&gt;</p> <p>①プログラムの趣旨説明</p> <p>②プログラムのルール説明</p> <p>③アイスブレイク（グループづくり）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アドバイザー（ファシリテーター）の自己紹介</li> <li>・趣旨（ねらい）説明</li> <li>・スムーズに学習が進むために室内ルールを説明</li> <li>○室内ルール</li> <li>・複数のアイスブレイクの中からその場に応じて選択</li> <li>・話しやすいように4～5人のグループをつくる</li> </ul>	
20分 ～ 50分	<p>&lt;展開&gt;</p> <p>①家庭学習の自己管理ができるよう、子どもが心がけて取り組んでいること</p> <p>②心がけて取り組んだ時の子どもの様子</p> <p>③各グループの発表</p> <p>④・気づいたこと ・やってみようと思ったこと</p> <p>【応用編として】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭学習の自己管理ができるよう、子どもが心がけて取り組んでいることがありますか</li> </ul> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・家庭学習の自己管理ができるよう、子どもが心がけて取り組んだ時の子どもの様子を話し合おう（良いところを探そう）</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テーマについてワークシートを使い、グループで話し合いを深める</li> <li>※ミニプログラムは、隣の人と話し合う【5分】</li> <li>・各グループで出た意見を発表する</li> <li>※ミニプログラムは、アドバイザーがまとめて発表する【5分】</li> <li>・プログラムを通して、「気づいたこと」「やってみようと思ったこと」をそれぞれ記入する</li> <li>・話し合いの中から、共通して上がった課題をアドバイザーが絞り込み、話し合いのテーマを決めてもよい</li> </ul>	<p>ワークシート</p> <p>ワークシート</p> <p>ワークシート</p>
10分 ～ 15分	<p>&lt;まとめ&gt;</p> <p>①今日の振り返り</p> <p>②参加者の感想</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○今日の学び合ったことを、振り返ります。</li> <li>・発表できる人に感想を発表してもらう</li> </ul>	

夢実現「親のまなびあい」プログラム ワークシート  
④中学生・高校生の子どもをもつ保護者向け



テーマ：【学習環境】 家庭学習の自己管理

家庭学習の自己管理ができるよう、子どもが心がけて取り組んでいることを書いてください

家庭学習の自己管理ができるよう、子どもが心がけて取り組んだ時、子どもの様子はどうでしたか？（良いところを探そう）

気づいたこと、やってみようと思ったこと



夢実現「親のまなびあい」プログラム ワークシート

④中学生・高校生の子どもをもつ保護者向け

テーマ：【規範意識・マナー】 携帯電話・インターネット等

子どもが、携帯電話やインターネット等を利用して、良かった事や困った事を書いてください

【良かった事】

【困った事】



子どもが、携帯電話やインターネット等を利用して困った時、家庭でどのような対応をしますか？（しましたか？）

気づいたこと、やってみようと思ったこと

# 夢実現「親のまなびあい」プログラム

## ④中学生・高校生の子どもをもつ保護者向け

### テーマ：【体験活動】 地域活動

ねらい：地域活動に参加するために、保護者として日常の関わりの中で大切にしたいポイントについて考えることができる。

留意点：地域活動に参加するために、これまでの保護者の関わり方を振り返る。

：地域活動の良さを理解し、子どもと継続して取り組むためのポイントについて考える。

準備物：ワークシート、資料、グループ分け名簿（短縮版用）、筆記用具（各自）

時間	活動内容	方法・留意点	備考
10分 ～ 15分	<p>&lt;導入&gt;</p> <p>①プログラムの趣旨説明</p> <p>②プログラムのルール説明</p> <p>③アイスブレイク（グループづくり）</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アドバイザー（ファシリテーター）の自己紹介</li> <li>・趣旨（ねらい）説明</li> <li>・スムーズに学習が進むために室内ルールを説明</li> <li>○室内ルール</li> <li>・複数のアイスブレイクの中からその場に応じて選択</li> <li>・話しやすいように4～5人のグループをつくる</li> </ul>	
20分 ～ 50分	<p>&lt;展開&gt;</p> <p>①子どもの地域活動の経験</p> <p>②良い出来事</p> <p>③各グループの発表</p> <p>④・気づいたこと ・やってみようと思ったこと</p> <p>【応用編として】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの地域活動の経験を話し合おう</li> <li>・地域活動を経験した時の子どもの様子を話し合おう（良いところを探そう）</li> <li>・テーマについてワークシートを使い、グループで話し合いを深める ※ミニプログラムは、隣の人と話し合う【5分】</li> <li>・各グループで出た意見を発表する ※ミニプログラムは、アドバイザーがまとめて発表する【5分】</li> <li>・プログラムを通して、「気づいたこと」「やってみようと思ったこと」をそれぞれ記入する</li> <li>・話し合いの中から、共通して上がった課題をアドバイザーが絞り込み、話し合いのテーマを決めてもよい</li> </ul>	<p>ワークシート</p> <p>ワークシート</p> <p>ワークシート</p>
10分 ～ 15分	<p>&lt;まとめ&gt;</p> <p>①今日の振り返り</p> <p>②参加者の感想</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○今日の学び合ったことを、振り返ります。</li> <li>・発表できる人に感想を発表してもらおう</li> </ul>	

夢実現「親のまなびあい」プログラム ワークシート  
④中学生・高校生の子どもをもつ保護者向け



テーマ：【体験活動】 地域活動

子どもの地域活動の経験を書いてください

地域活動を経験した時、子どもの様子はどうでしたか？（良いところを探そう）

気づいたこと、やってみようと思ったこと