

28年度東部地区公開講座（気持ちの温度計😊）のレシピ

< ねらい、目的 >

「楽しい」「悲しい」「怒っている」「不安・緊張」の気持ちを数値化して表し、今の自分の気持ちの状態を自覚できるようにする教材です。自己コントロールの力を身に付けるのに役立ちます。

< 材料 >

- ・デコパネル（大：28cm×12cm 小：16cm×9cm） 1枚
- ・赤いリボン（大：21cm 小：14cm） 1本
- ・白いリボン（大：21cm 小：14cm） 1本
- ・ラミネートフィルム（A4サイズ） 大：2枚 小：1枚
- ・感情の変化を表したイラスト
（大：20cm×8cm 小：10cm×3cm） 4パターン
- ・1～5の書いてある紙
（大：20cm×1.5cm 小：10cm×1cm） 1枚
- ・好きな色の画用紙（縦3cm×横1cmの矢印ができる大きさ） 1枚
- ・カードリング（直径30mm） 1個
- ・両面テープ（透明がよいです。）

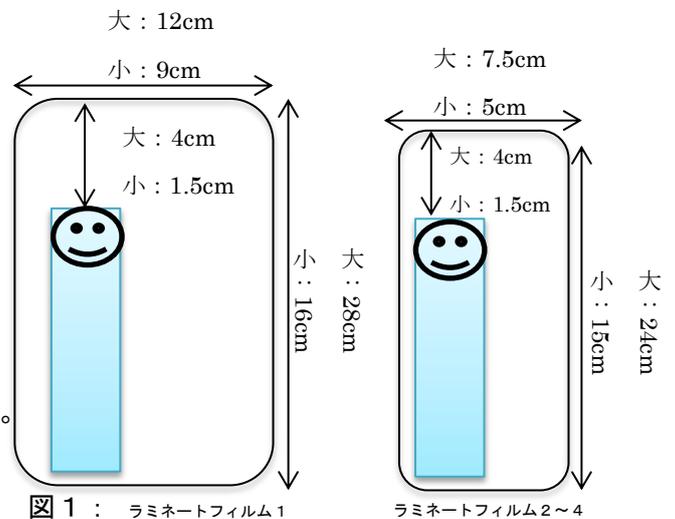


道具

はさみ・カッター・カッターマット・定規・パンチ

< 作り方 >

- ① 感情の変化を表したイラストにラミネートをかけ、図1の寸法に切り、パンチで穴をあけます。
- ② パネルを大・小それぞれの大きさに切り、図2の黒塗りの部分をくり抜きます。
- ③ 赤いリボンと白いリボンを両面テープで貼り合わせくり抜いた穴から通し、パネルの表側のつなぎ目の上に両面テープで矢印を貼ります。
- ④ 両面テープでパネルにラミネートフィルム1を貼ります。
- ⑤ カードリングでラミネートフィルム2～4とパネルをまとめます。



< 使い方 >

- (1) 今の感情を選ぶ、又は教師が提示します。
- (2) パネルの後ろからリボンを引っ張って矢印を動かし、気持ちを数値化して表し、今の自分の気持ちの状態を自覚できるようにします。

< 参考 >

「気持ちの温度計」 葛原小学校 森下先生

< 制作協力 >

前小倉南特別支援学校 迫田 彩伽先生

