

# 1 心の発達

▶教科書 4~5ページ

年 組 番 名前

1. 「思」のように、「心」がついている漢字を思い付くだけ書きましょう。

2.  考えてみよう 心はどのように発達してきたか

赤ちゃんや1年生のころと5年生の今とは、心の働きにどんなちがいがあるでしょうか。欲しい物を買ってもらえないとき、今あなたはどんな行動をとりますか。赤ちゃんや1年生のころはどうでしたか。

[今のあなた]

[赤ちゃんや1年生のころのあなた]

+

3.  かつよう

心が発達するうえで役立ったと思うことを三つあげてみましょう。また、これから行ってみたいことを一つあげてみましょう。

●心を発達させるために役立ったと思うこと

●これから行ってみたいこと

## 2 心と体のつながり

▶教科書8~9ページ

年 組 番 名前

1.  ふり返ってみよう 心と体は関係している

次のような経験をしたことはありませんか。経験したことに○をつけましょう。似たような経験があったら、具体的に書きましょう。

- 発表の前に心臓がドキドキした。
- 緊張したときに手のひらにあせをかいた。
- 運動した後、気分がすっきりした。
- うれしいことがあったとき、つかれがふき飛んだ。
- 体調がよいとき、やる気が出た。
- 悲しいとき、ご飯が食べられなかった。
- 頭が痛いとき、元気が出なかった。

似たような経験

+

## 2. 不安やなやみが続くと、どうなるか、予測してみましょう。

3.  かつよう

やる気を出したり、物事に集中したりしたいとき、あなたは、どんな工夫ができそうですか。

〔やる気を出したいとき〕

〔物事に集中したいとき〕

## 3

## 不安やなやみへの対処

▶教科書10~11ページ

年 組 番 名前

1.  ふり返って  
みよう 不安やなやみの経験

どんなことに不安やなやみを感じていますか。当てはまるところに○をつけましょう。

	とても感じる	少し感じる	あまり感じない	まったく感じない
勉強や進学のこと				
友達や仲間のこと				
健康のこと				
性格のこと				
お金のこと				
家族のこと				
容姿のこと				
異性のこと				

## 2. 不安やなやみをかかえたときは、どうすればよいのでしょうか。

---



---



---



---

3.  かつよう

友達がなやんでいることがわかったとき、何をしてあげようと思いませんか。

---



---



---