

スキー合宿へGO!

# クラスミーティング・シュミレーション

## クラスミーティング・シュミレーション

教室で円になって・・・

- スキー合宿の部屋をイメージ
- 発言内容は名前だけ
- 手を挙げて自分の名前を言う
- 司会者に当てられたら発言



名前を言うだけでもクラス全員の目が自分に集中し、自分の言葉に聞き入っている中で発言するのは、非常に緊張する。

でも、一生懸命言う自分、一生懸命聞いてくれるクラスの仲間。一人では、味わうことのできない気持ちをクラス全員で感じ取れるよう気持ちを一つにして頑張ろう！

## 10日後の自分への手紙

スキー合宿から帰ってきてから  
自分だけが読む  
クラスミーティングをひかえた今、  
気持ちをしっかり書こう  
10日後、自分の気持ちに  
どんな変化があるだろう



- 今日のHRSでやったクラスミーティングは実際にしてるみたいだった。
- めっちゃ緊張した！自分の名前言うだけでもやばいのに、自分の事言えるか心配・・・
- とても緊張した。手をあげる勇気がなかなか出なくて、いつ上げようか迷った。
- スキー合宿のクラスミーティングでは、めっちゃ緊張すると思うし不安やけど、今日のシュミレーションをしてみて、マシになった。当日は頑張って手をあげて発言したい。
- 自分に手紙を書いているとき、10日後、どうなってるんやろ・・・と思った。
- このHRSは自分にとっても仲間にとってもすごく良いと思う。良い結果を期待できた自分がいた。

