

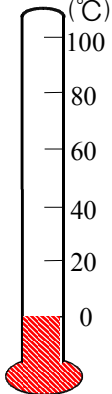
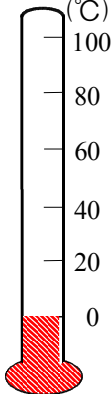
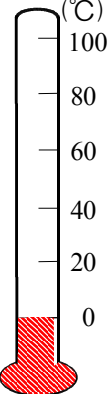
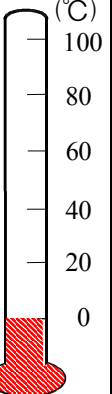
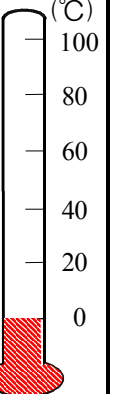
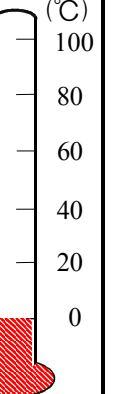
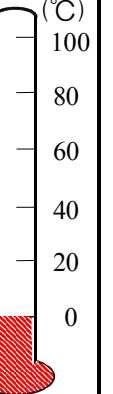
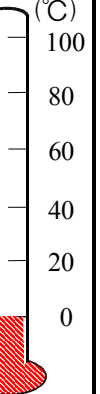
①怒りについて考えよう<中学校>

ワークシートA

()年()組()号 名前()

1. 自分の怒りの温度を測ってみましょう。

あなたは、次のようなときどのくらい怒りを感じますか。怒りの温度計に、色を塗りましょう。怒りが全くないときの温度を0℃、怒りが爆発するときの温度を100℃とします。

							
例 下校時、隣の人が開いた傘が、 自分の顔に当たった。	① 親から「勉強しなさい」と言われた。 今から勉強しようと思っていたのに	② そばで誰かとふざけていた友達が、 ぶつかったのに、謝らずに去って行った。	③ 自分の陰口や悪口を聞いたり、 それを誰が言ったのかを知ったりした。	④ 自分が大事にしていたゲーム(CD)や漫画本を 友達に貸したが、返してもらえなかったり、 傷がついて返ってきたりした。	⑤ 給食の時、好きなおかずが、みんなより 明らかに少ないのに、誰も分けてくれない。	⑥ トイレ掃除の時、他のメンバーがトイレ ペーパーを取りに行ったまま戻ってこないの 一人で掃除をしている。	⑦ 移動教室から戻って来たら、自分の教科書を 誰かに勝手に持ち出されていた。

2. 怒りの温度を班の友達とくらべてみましょう。

さん	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
さん	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
さん	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
さん	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃

3. この活動を通して、気付いたことや感じたことを書きましょう。

①怒りについて考えよう<中学校>

ワークシートB

()年()組()号 名前()

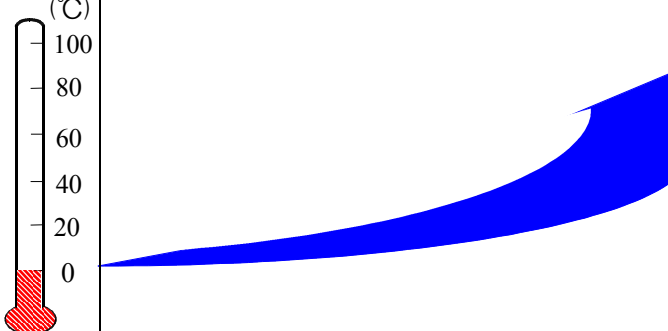
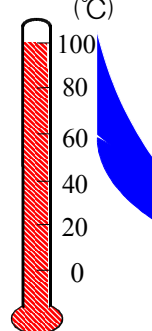
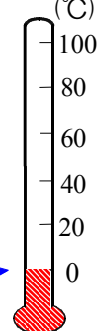
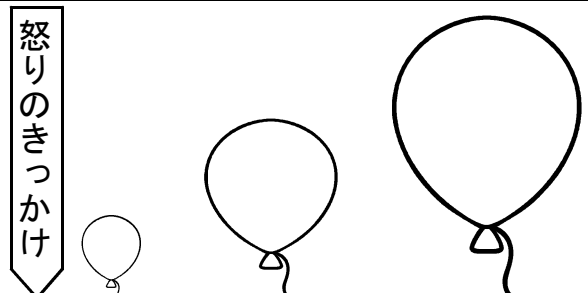


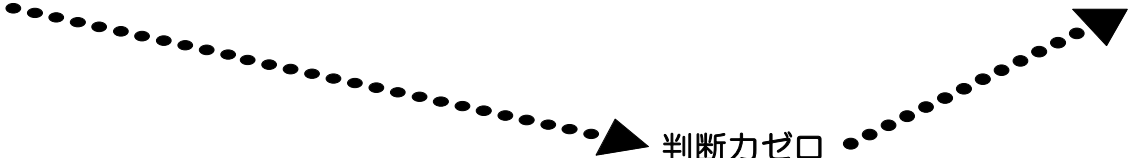
1. 怒りの仕組みについて、(心)と(身体・行動)にあてはまる言葉を、下の「□」からそれぞれ選んで書きましょう。

(心)に入る言葉

ムカムカ、イライラ、
しまったなあ、後悔

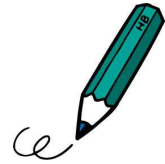
(身体・行動)に入る言葉

力が入る、自分を傷付ける、
暴力、息が荒くなる、暴言

怒りの温度計				
怒りの風船				
心・身体・行動	<p>(心)</p> <p>-----</p> <p>(心)</p> <p>-----</p> <p>(身体・行動)</p> <p>-----</p> <p>(身体・行動)</p>	<p>(身体・行動)</p> <p>-----</p> <p>(身体・行動)</p> <p>-----</p> <p>(身体・行動)</p>	<p>(心)</p> <p>-----</p> <p>(心)</p>	
判断力				

①怒りについて考えよう<中学校>

振り返りシート



()年()組()号 名前()

○今日の学習を振り返りましょう。

(1) 学習に進んで参加することができましたか？

できた だいたいできた あまりできなかった できなかった

(2) 自分や友達の怒りの感じ方が分かりましたか？

分かった だいたい分かった あまり分からなかった 分からなかった

(3) 怒りの仕組みが分かりましたか？

分かった だいたい分かった あまり分からなかった 分からなかった

(4) 今日の学習の感想や学んだことをこれからどのように生かしていきたいか書いてみましょう。

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
