

〇〇がんばるぞ！大作戦

<目標> 成功体験を積むことにより自己肯定感を高め、望ましい行動を定着させる。

- 自立活動 1 (1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること
3 (3) 自己の理解と行動の調整に関すること

<使い方>

①子どもと話し合い、「がんばること」を決める

- ・身につけてほしい習慣や守れるようになってほしいルールなど、成否が分かりやすくシンプルな活動を1つ決める。簡単に達成できそうなことから始め、「できた」→「ほめられた」→「いいことがあった」→「またやってみよう」というサイクルを作ることが大切。

②ポイント配点を決める

- ・多少失敗しても、翌日がんばれば取り返せる「敗者復活可」の視点が成功のコツ。

③ポイントの使い方を話し合って決める

- ・貯まるまで我慢できない子どもは、がんばったその場でほめることが必要。

④クーポン券の使い方を話し合って決める

- ・取組みを続けることで新たな段階の「ごほうび」を。飽きずに長続きさせるための秘訣。

⑤できるようになったら少しずつ難しいことに挑戦。

- ・急にハードルを上げず、スモールステップで「できた体験」を積み上げる。失敗を繰り返してしまふ時は一旦ハードルを下げる勇気を。時々ごほうびのリニューアルも必要。

例 (連絡帳お届けサービス) がんばるぞ！大作戦

<がんばること> (家に帰ったら連絡帳を出してテーブルの上におく)

- ☆ 言われる^{まえ}前に、自分からできたら **3**ポイント
- ☆ 言われてからでも、すぐにできたら **2**ポイント
- ☆ ざんねん、やり忘れちゃったら **0**ポイント
- ☆ 1ポイントは、(**すきなゲーム 5分**) と交換^{こうかん}できます
- ☆ (**10**) ポイント交換^{こうかん}するとクーポン券^{けん}がもらえます。
- ☆ クーポン券^{けん} (**3**) まいで (**回転ずしのお持ち帰り1回**) ができます。

(連絡帳) で (ネギトロ巻き) をGETしよう!

がんばるぞ！大作戦

<がんばること> ()

☆ 言われる^{まえ}前に、自分からできたら () ポイント

☆ 言われてからでも、すぐにできたら () ポイント

☆ ざんねん、やり忘れちゃったら () ポイント

☆ 1ポイントは、() と交換^{こうかん}できます

☆ () ポイント^{こうかん}交換するとクーポン券^{けん}がもらえます。

☆ クーポン券^{けん} () まいで () が
できます。

○ にポイントの数だけシールをはろう

○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

() で () をGETしよう！