

## アイスブレイキングの活用

### 1 アイスブレイキングとは

参加体験型学習を進める際には、児童生徒が自由に探求、発見したり、互いに反応し合い、意見を分かち合ったりできる雰囲気を作成することが大切です。アイスブレイキングは、「氷のように固まった気持ちを解きほぐす」という意味で、児童生徒が互いに心をほぐす活動として効果的です。

また、アイスブレイキングは、中心となる活動（展開）へつなげるために、グループづくりなどにも活用できます。

### 2 アイスブレイキングのコツ

#### (1) 児童生徒への声掛け

あらかじめ児童生徒に「間違えても大丈夫」などと声掛けをしておくことで、児童生徒が安心して取り組めるようになります。また、活動中の児童生徒の反応を取り上げて、称賛しながら進めることも効果的です。

#### (2) 実施する順番

アイスブレイキングには様々な種類がありますので、児童生徒の発達の段階や実態に応じて、実施するアイスブレイキングを選択することが大切です。

例えば、年度当初など、これから人間関係を構築していく段階の集団では、接触を伴わないアイスブレイキングの方が、抵抗感が少ないと思われます。また、集団で同じ行動を取るような内容から、次第に一人一人の個性を発揮するような内容のアイスブレイキングに移行していくと、円滑に実施できることが多いようです。

### 3 アイスブレイキングの例

#### 「キャッチ」（所要時間 5分～10分）

グループ等で内側を向いて輪になります。左手は手のひらを上に向けて広げ、右手は右隣の人の左手のひらの上に、人差し指を立てて置きます。ファシリテーターの「キャッチ」という合図で、左手は左隣の人の右手人差し指をキャッチし、同時に右手の人差し指は、右隣の人の左手から上に逃げます。合図のタイミングで「キャベツ」「キヤット」などと入れると、場が和みやすいです。

#### 「せーの」（所要時間 1分）

ファシリテーターが「せーの」と声を掛けた後、全員で一斉に手をたたきます。タイミングが合えばクリアです。「せーの」の声掛けのスピードを変えると、タイミングを合わせるのが難しくなります。学級の実態に応じて配慮が必要です。

※事例編の各プログラムの中にも、様々なアイスブレイキングの例が掲載されています。