


# 僕に 7つの習慣を教えてください！

リーダー・イン・ミー  
5日目





---

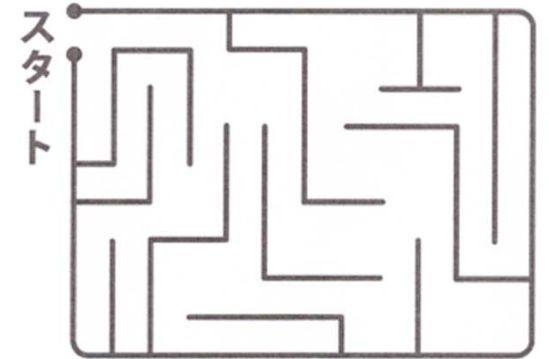


おさらい

## まとめ

---

目標・ゴールを決めましょう



ゴールを見つける9つの質問

→ ミッション・ステートメント(人生の設計図)


夢をかなえる100のリスト

この1週間でかなえたいこと



---

# みんなの 自己紹介タイム



はずかしいと思う人

自分を進化させましょう！

みんな、初めてなので緊張してます

少しずつ、行動を変えていくのが大事

今日、チャレンジしてみよ！



グループを作ります

時間は、4分間 （マイクがない人は 聞くだけ）

自分の名前、学年、住んでいる 都道府県

この1週間で、かなえたいこと

→ 発表することで、かないやすくなる



# みんなの 自己紹介タイム

(全員のマイクをONに)



---

## 第3の習慣

大事なことから今すぐに  
自分の約束を守る





自分

第7の習慣

自分を磨く。  
成長し続ける。

周りの人

第6の習慣

力を合わせる。  
みんなで考えた方がうまくいく。

第5の習慣

わかってあげてから、わかってもらう。  
お互いにわかりあう。

第4の習慣

Win-Winを考える。  
みんながハッピー。

自分

第3の習慣

大事なことから今すぐに。  
自分の約束を守る。

第2の習慣

ゴールを決めてから始める。  
何が大切かを考える。

第1の習慣

自分で考えて行動する。  
自分に責任を持つ。

周りの人たちの  
ことを考えよう

自分から始めよう



# 声に出して読もう

---

## 第3の習慣

大事なことから今すぐに  
やくそく  
自分の約束をまもる



---

# トレーニング 11

テレビを見る	宿題をする	読書をする
ゲームをする	友だちと遊ぶ	塾に行く
習い事に行く	お手伝いをする	買い物に行く

やりたいこと  
(たのしいこと)

やらなければならないこと  
(たのしくないけど。。。)

## 後まわしにしてしまったこと

やりたいこと  
(たのしいこと)

テレビを見る  
塾に行く

やらなければならないこと  
(たのしくないけど。。。)

宿題をする  
お手伝いをする



後まわしにするとき、どんな気持ちだったか

後まわしにした結果  
どんなことが起こったか

書いてみよう



大人でも、後まわしにしてしまいます

先生も、後まわしにしてしまいます

でも、後まわしにして、困ることもあるよね

やりたいこと

テレビを見る

大切なこと

塾に行く

やらなければならないこと

宿題をする  
お手伝いをする



やりたいこと

やらなければならないこと

大切なこと

塾に行く

テレビを見る

宿題をする  
お手伝いをする

やりたいこと

やらなければならないこと

大切なこと

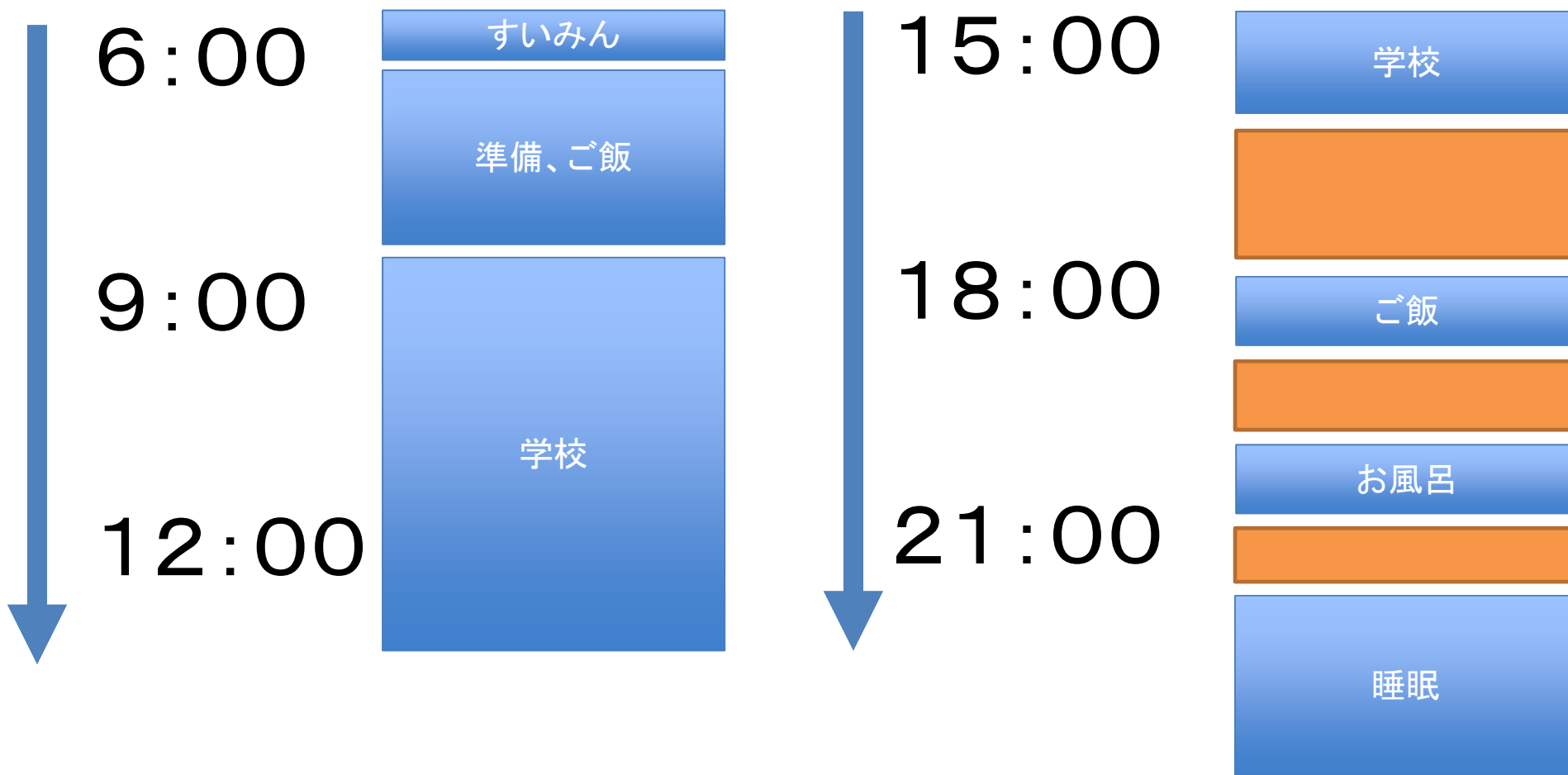
塾に行く

宿題をする  
お手伝いをする

テレビを見る

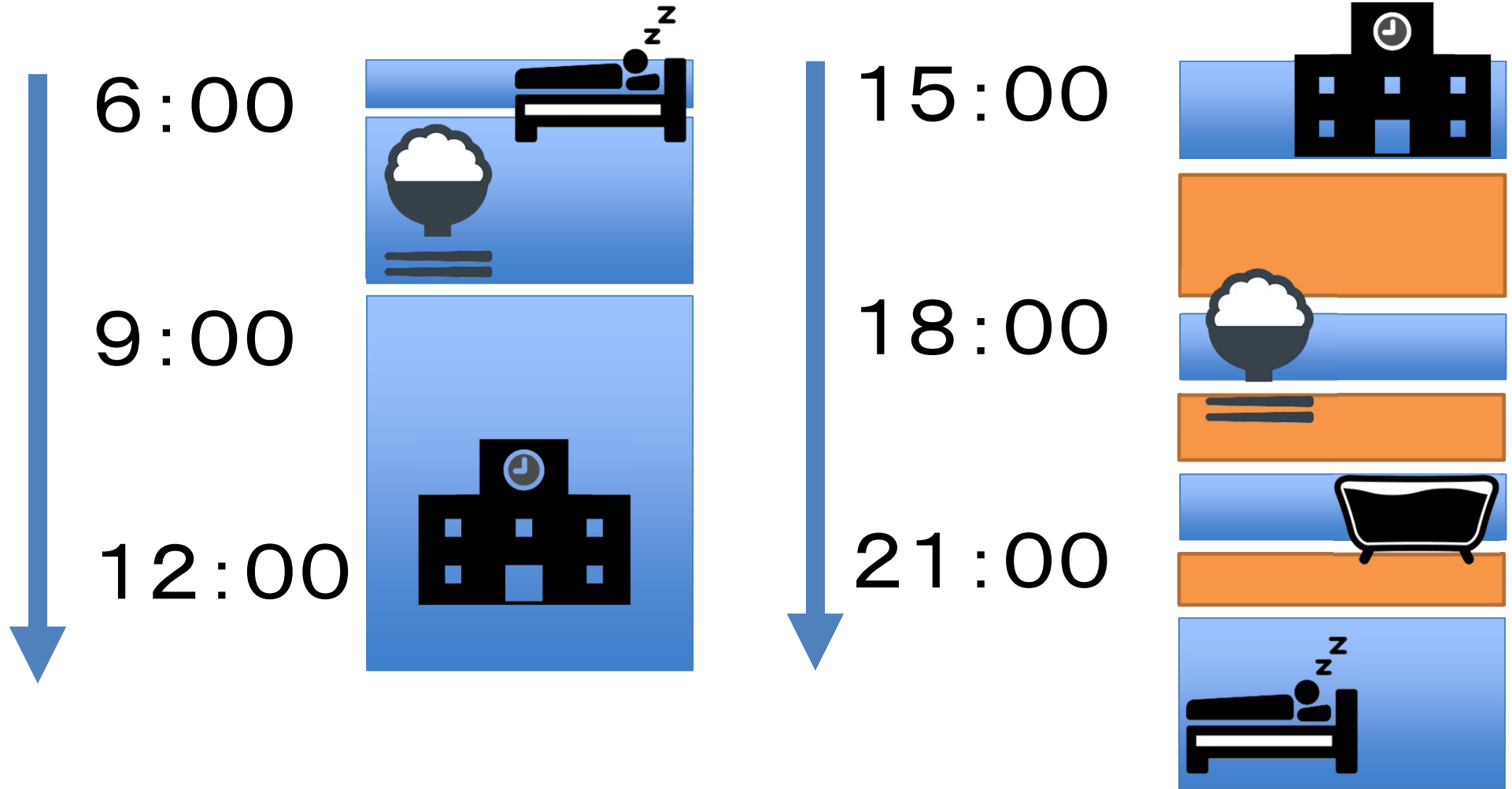


# 1日の時間の使い方（学校があれば）





# 1日の時間の使い方 (学校があれば)





---

使える時間 って、意外と 少ないよね？

その少ない時間で、  
昨日 書いた、「夢をかなえる100のリスト」  
が、達成できるようにしないと…



だから、時間を大切に使おうね

だけど、

今は、使える時間が たくさん あるよね？

→ それを、どう使うか

みんなの、選択にかかっている

やりたいこと

テレビを見る  
ゲームをする

大切なこと

塾に行く

やらなければならないこと

宿題をする  
お手伝いをする

やりたいこと

やらなければならないこと

大切なこと

塾に行く

宿題をする  
お手伝いをする

テレビを見る





---

# トレーニング 12



## 今日(または明日)の予定をたてよう

---

やるべき大事なこと

今日の宿題

部屋の片付け

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

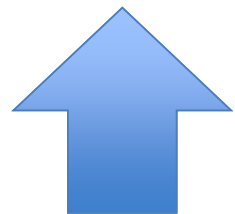
やりたいこと

嵐のTVを見る

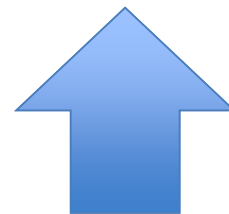
ゲームをする

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



すきまをあける



# 今日(または明日)の予定をたてよう

---

やるべき大事なこと

2 今日の宿題

1 部屋の片付け

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

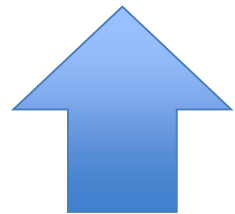
やりたいこと

1 嵐のTVを見る

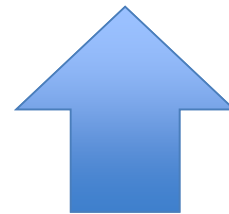
3 ゲームをする

2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



すきまに 順番





# 今日(または明日)の予定をたてよう

---

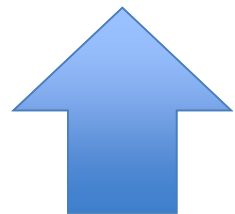
## やるべき大事なこと

~~2 今日の宿題~~

~~1 部屋の片付け~~

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



すきまに 順番

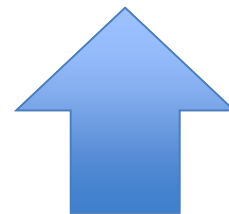
## やりたいこと

1 嵐のTVを見る

3 ゲームをする

2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





## 今日(または明日)の予定をたてよう

---

### やるべき大事なこと

~~2 今日の宿題~~

~~1 部屋の片付け~~

~~\_\_\_\_\_~~

~~\_\_\_\_\_~~

### やりたいこと

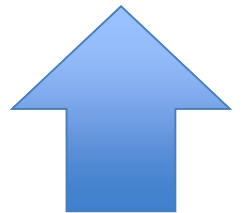
1 嵐のTVを見る

3 ゲームをする

2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

やりたいことをする





## 今日(または明日)の予定をたてよう

### やるべき大事なこと

~~2 今日の宿題~~

~~1 部屋の片付け~~

~~\_\_\_\_\_~~

~~だんだん、赤線を引くことが楽しくなります。  
やる気がでます~~

### やりたいこと

1 嵐のTVを見る

3 ゲームをする

2 \_\_\_\_\_



まとめ

やりたいこと

テレビを見る

大切なこと

塾に行く

やらなければならないこと

宿題をする  
お手伝いをする





## 今日(または明日)の予定をたてよう

---

### やるべき大事なこと

~~2 今日の宿題~~

~~1 部屋の片付け~~

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### やりたいこと

1 嵐のTVを見る

3 ゲームをする

2 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



自分

第7の習慣

自分を磨く。  
成長し続ける。

周りの人

第6の習慣

力を合わせる。  
みんなで考えた方がうまくいく。

第5の習慣

わかってあげてから、わかってもらう。  
お互いにわかりあう。

第4の習慣

Win-Winを考える。  
みんながハッピー。

自分

第3の習慣

大事なことから今すぐに。  
自分の約束を守る。

第2の習慣

ゴールを決めてから始める。  
何が大切かを考える。

第1の習慣

自分で考えて行動する。  
自分に責任を持つ。

周りの人たちの  
ことを考えよう

自分から始めよう





## 3時間目

---

### 第3の習慣

大事なことから今すぐに  
自分の約束を守る

# ふりかえり

---

## 今日の感想

感じたこと、考えたこと をノートに書こう

そして、教えてください

質問タイム



---

# アンケート