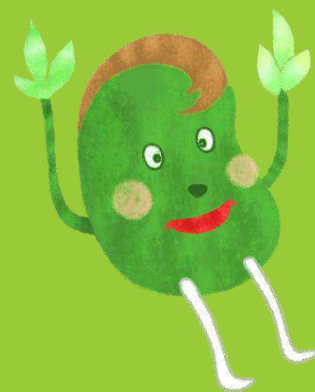


特別な教育的支援を
必要とする児童生徒の

学びに向かう力を 育む支援の在り方

令和5・6年度

茨城県教育研修センター
特別支援教育課



はじめに

「特別な教育的支援が必要な児童生徒が、主体的に課題を解決していくために必要な『学びに向かう力』を育むためには、どのような支援のプロセスが必要なのだろうか。」

このような問いから、今回の研究はスタートしました。

生涯にわたり学習する基盤を培うために、育成を目指す三つの柱の一つとなる「学びに向かう力、人間性等」は、「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」の二つの柱をどのような方向性で働かせていくかを決定づける重要な要素になります。

しかし、発達障害・知的障害のある児童生徒は、障害の特性やその他様々な要因で、「学びに向かう力」（今回は「学びに向かう力、人間性等」の中の、「学びに向かう力」に焦点をあてました）を発揮することが難しいことがあります。それは、学びに向かう力を支える“土台作り”に課題があるのかもしれませんが。生涯にわたり学習する基盤を作るには、児童生徒が、人生の主役である自分自身を見つめ深く理解することがとても重要となるでしょう。

そこで、今回の研究では、自己を理解し、行動の調整を促すための学びのシートを開発・活用することで、「学びに向かう力」を育むための手立てを考えました。また、各教科等の学習面だけでなく、生活面を含めた多面的な角度から「学びに向かう力」に必要なプロセスを整理して体系化することで、支援の在り方を模索しました。実践事例集は、実際に、小・中学校、高等学校及び特別支援学校で取り組んだ実践をまとめたものになっております。

多くの先生方に手にとっていただき、特別な教育的支援が必要な児童生徒の「学びに向かう力」を育む支援の在り方を共に考える機会となれば幸いです。

茨城県教育研修センター特別支援教育課

目次



目次内の見出しをクリックすることで、実践事例集の該当するページに移動します。



1. 「学びに向かう力」とは

① 「学びに向かう力」って何？	4
② 「学びに向かう」児童生徒の姿とは？	5
③ 「学びに向かう力」を育むために必要なプロセスとは？	6
④ 「学びに向かう力」の評価とは？	9



2. 実践事例

○ 事例集の見方	13
事例 1 こだわりが強く、完璧でない自分を受け入れられない児童 A	15
事例 2 自閉傾向があり、コミュニケーションを避けがちな児童 B	22
事例 3 周りの評価が気になり、自己表現に消極的な児童 C	29
事例 4 自分に自信がなく、感情の表出が苦手な児童 D	38
事例 5 人との関わりに不安を抱え、困っていても自分の気持ちを伝えられない生徒 E	47
事例 6 自己肯定感が低く、どの教科にも学習意欲がもてない生徒 F	56
事例 7 友達を冷やかしてしまい、自分の学習課題に集中できない生徒 G	64
事例 8 自分の課題に集中することが難しく、ふざけてしまう生徒 H	73
事例 9 自身の課題への気付きが弱く、解決へ向かいにくい生徒 I	82
事例 10 不安感や苦手意識が強く、自分に自信がもてない生徒 J	89
事例 11 客観視することが苦手で、課題理解が低い生徒 K	96
事例 12 自己肯定感が低く、新たな挑戦に消極的な生徒 L	103
事例 13 意見を伝える対話の場面になると活動に参加できなくなる児童 M	110
事例 14 協働的な活動で、間違いを受け入れたり、言動を振り返ったりすることが難しい児童 N	116
事例 15 苦手な学習に対して避けたり、怒ったりしてしまう生徒 O	123
事例 16 成功体験の少なさから、一人では主体的に活動に取り組めない生徒 P	129

研究のイメージキャラクター紹介

「学びに向かう力」のイメージキャラクター、“まなびーん”です！
児童生徒の“まなび”が、“ビーン(豆)”から芽が出て大きくなるように、
健やかに育ってほしい、そのような願いがこめられています。



児童生徒の内面が育っていく、その過程を、
ぼくが成長する姿を通して伝えていくね！

「学びに向かう力」を育むための支援



D



C



B



A



S



①「学びに向かう力」って何？



児童生徒の「生きる力」を育むために必要な資質・能力は以下の3つの柱として整理されています。
「学びに向かう力」とは、その1つです。

- 主体的に学習に取り組む態度も含めた学びに向かう力
- 自己の感情や行動を統制する力
- よりよい生活や人間関係を自主的に形成する態度 等
- 自分の思考や行動を客観的に把握し認識する、いわゆる「メタ認知」に関わる力を含むもの。

※ 「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」を
どのような方向性で働かせていくかを決定付ける重要な要素



引用:文部科学省

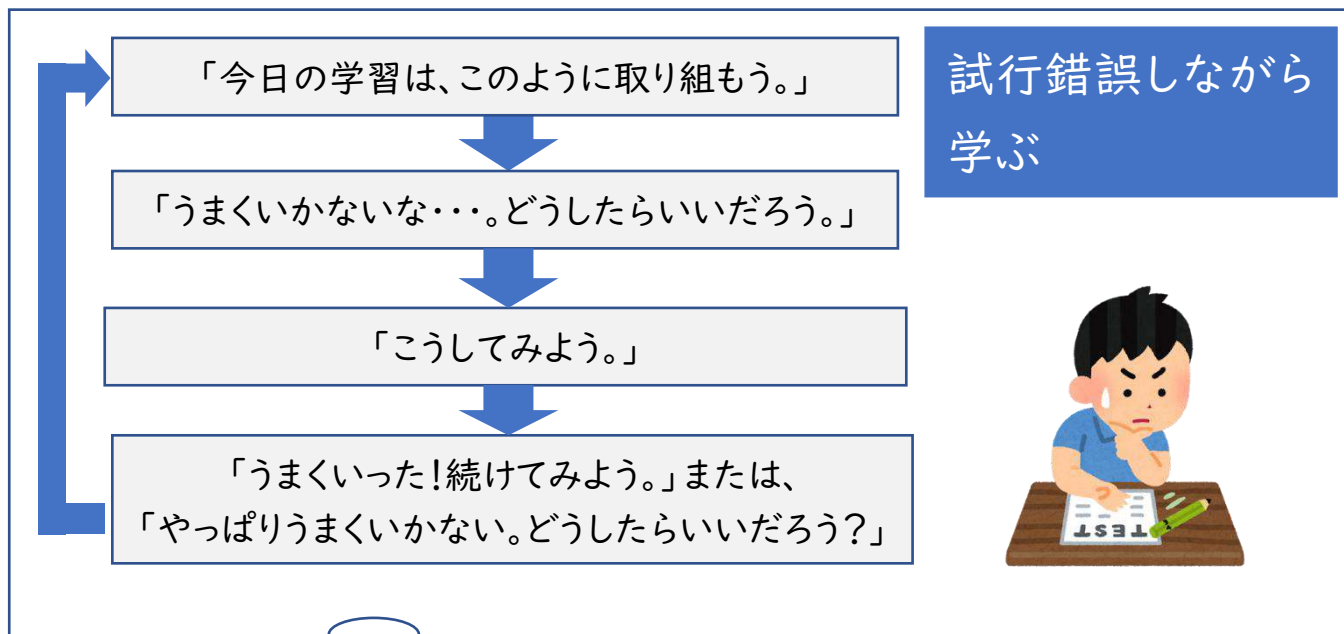


「学びに向かう力」は大切なんだね!でも、ちょっと難しいな。
児童生徒の様子イメージできると分かりやすいんだけど・・・。

②「学びに向かう」児童生徒の姿とは？



主体的に取り組んでいる時の、児童生徒の姿や気持ちを、具体例で見てください。

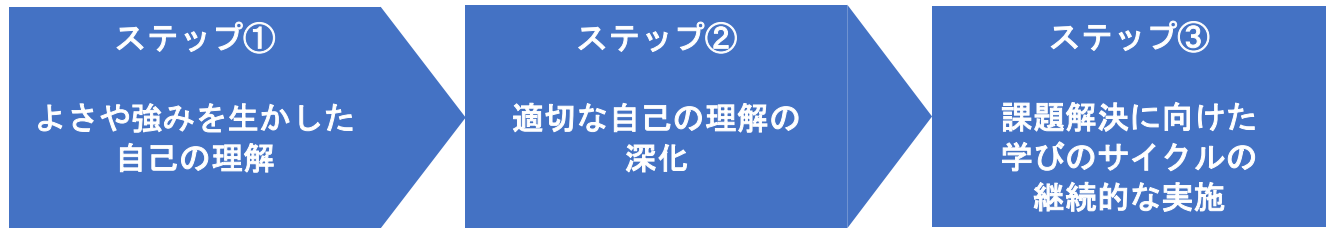


なるほど、「学びに向かう力」のキーワードがあると、イメージしやすいな。でも、この力って、どうすれば育まれるの？

③「学びに向かう力」を育むために 必要なプロセスとは？



児童生徒が試行錯誤しながら進める“学びのサイクル”に沿って、今回このような教師の支援(+場面の設定)をしました。



児童生徒は、一人一人、年齢や発達段階が違いますよね？
 どうやって支援すればいいの？
 それぞれの実態に応じて、場の設定や支援の工夫が必要なの？

自己の理解を深める手立て(例)

小学校部会



キャラクター図鑑

- ・キャラクター(自分)が、方略を用いながらスキルを獲得していく設定にすることで、成長過程をイメージできるようにする。

中学校部会

自分のことを伝えようシート

自分のことを伝えようシート

＜伝える基本文＞

- 1 わたしは _____ が苦手です。(困ることがあります。)
- 2 それはこういう理由です。
- 3 なので、こうするとよいです。こうしています。
- 4 周りの人にもこんなサポートをお願いしたいです。

＜例＞

わたしは、集中することができないときがあります。それは、気持ちがイライラすると集中できないからです。なので、そういうときは別の部屋で落ちたり、水を飲んで休んだりします。高校でも、同じように休めるようにしたいです。

＜やってみよう＞

わたしは _____

水とうをもちていると安心します。

それは、 _____

のどが痛くなったときに、すぐ飲めるからです。

なので、 _____

高校でも持ち歩きできるようにしたいです。

高等学校の先生にお願い!

- ・新しい環境(高校)で安心して過ごすために、誰に何ををお願いするかを考え、繰り返し練習できる場面設定をする。

高等学校部会

英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科	英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科
英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科	英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科
英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科	英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科
英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科	英語	理科	工作	美術	音楽	体育	保健	家庭科

理想の自分マンドラート

- ・目標を達成するために、何をどのように取組めばよいのか、必要なものを可視化することで、やるべきことを明確化できるようにする。

特別支援学校部会



UFO キャッチャーゲーム

- ・自己の理解をするために不可欠な“他者を意識する”ことができるように、友達と協働して課題を達成するグループワークを設定する。



それぞれの自己の理解の成長段階に合わせて、工夫しているんだね。学びの見通しがもてるような単元設定を大切にしているね。

自己の理解を学びにつなげる手立て(課題設定→方略の選択→実行→振り返り)

①自己の理解を深める中で気付いた
“解決したい(すべき)課題”を書く。

②課題を解決するために
選択した“方略”を書く。

学びのシート 自己の理解を学びにつなげるために
私の「めあて」

どうすればできるかな?(私の作戦)

してみよう



どうだった?(私の作戦)



ができたよ
次は してみよう

自分の学びのスタイルの振り返り
教科の特質に応じた学び、気づきも踏まえて

③実行する。

④振り返り

- ・“できたこと”を言語化し、自分の学びの“達成”に気付くことができるようにする。
- ・“新しい課題の設定”を書く。



自己の理解を深め、気付いたことを、課題解決につなげるためのシート
なんだね。この学びのサイクルを何往復もして・・・
最終的には一人で学びをまわせたら・・・すごい!!

④「学びに向かう力」の評価は？



「学びに向かう力、人間性等」の評価は、以下のように示されています。

学びに向かう力、人間性等

「主体的に学習に取り組む態度」として、観点別学習状況の評価を通じて見取ることができる部分

①

知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組の中で、自らの学習を調整しようとしているかどうかを含めて評価する。

観点別学習状況の評価にはなじまない部分
(感性、思いやり等)

②

個人内評価(児童生徒一人一人のよい点や可能性、進歩の状況について評価するもの)等を通じて見取る。

※ 特に「感性や思いやり」など児童生徒一人一人のよい点や可能性、進歩の状況などについては、積極的に評価し児童生徒に伝えることが重要。

★主体的に学習に取り組む態度の評価

「主体的に学習に取り組む態度」については、学習前の診断的評価のみで判断したり、挙手の回数やノートの取り方などの形式的な活動で評価したりするものではない。子供たちが自ら学習の目標を持ち、進め方を見直しながら学習を進め、その過程を評価して新たな学習につなげるといった、学習に関する自己調整を行いながら、粘り強く知識・技能を獲得したり思考・判断・表現しようとしていたりしているかどうかという、意思的な側面を捉えて評価することが求められる。

学習の調整

粘り強さ

引用 文部科学省資料



「自己調整=自分で行動を調整している」かどうかは鍵なんだね。でも、成長している姿はどうやって見取ったらいいの？テストの点数みたいに数値で測れるの？



児童生徒の「学びに向かう力」に関する変容を見取るものとして、「変容のものさし」を作成しました。

変容のものさし

D

C

B

A

S

観点	評価					
	評価規準	D(全くその姿が見られない)	C(かすかに見え始めている)	B(その姿が実際に見られる)	A(その姿がよく見られる)	S(その姿が非常によく見られる、継続して、自ら)
自己の理解	①自分のよさや強みを理解しようとしている	・自分のよさや強みについて 気付いていない 。または考えたことがない。	・(支援をうけて)自分によさや強みがあることを 気付き始めている 。	・自分のよさや強みについて具体的に理解しており、(支援をうけて) 選択肢から選ぶ など、自分なりの表現で表している。	・自分のよさや強みについて 具体的に(理由も含めて)理解し 、自ら口頭や文字等で表している。	・ 様々な場面で 、自分のよさや強みについて自ら表している。
	②自分の課題を理解しようとしている	・自分の困り感や課題について 気付いていない 。または課題について 考えたことがない 。	・(支援をうけて)自分に困り感や課題があることを 気付き始めている 。	・自分の課題を理解しており、(支援をうけて) 選択肢から選ぶ など、自分なりの表現で表している。	・自分の課題を 具体的に(理由も含めて)理解し 、自ら口頭や文字等で表している。	・ 様々な場面で 、自分の課題について自ら表している。
	③課題に対する方略を理解しようとしている	・課題に対する方略があることに 気付いていない 。またはこれまで 考えたことがない 。	・(支援をうけて)課題に対する方略があることに 気付き始めている 。	・(支援をうけて)課題に対する方略の例を 複数知っている 。	・課題に対する方略の例から、どの方略が自分の課題に合っているか、 理由も含めて理解している 。	・ 様々な課題に応じて 、どの方略がどの課題に合っているか、理由も含めて知っている。
	④課題に対する方略を選択し、行動を調整しようとしている ※選択し=粘り強さにつながる調整しようとしている=状況に応じて自ら働きかけようとしている	・方略を選んだり、調整したりすることを 拒否する 。またはこれまで できなかった 。	・(支援をうけて)方略を選んでいる。 実際には行動を調整できなかった 。	・(支援をうけて)実際に教師と一緒に、課題に対する方略を選び、 実際に行動を調整している 。	・ 自分自身で 課題に対する方略を選択したり、行動を調整したりしている。	・ 場に応じて 自分で適切な方略を選んだり、行動を調整したりしている。
行動の調整	⑤振り返って新たな学習を進めようとしている(=粘り強い+行動の調整)	・振り返って新たな学習を進めることを 拒否する 。またはこれまで できなかった 。	・(支援をうけて)動画やワークシート等、これまでの学びの蓄積を使用して振り返ったりしている。 実際にはできなかった 。	・(支援をうけて)動画やワークシート等、これまでの学びの蓄積を使用したり振り返りを通して、 実際に方略の見直しをし たり調整をしたりしている。	・振り返りから改善点を明確にし、 量や質を調整しながら 新たな学習を進めている。	

自己の理解

①②

自分のよさや課題の理解を深めようとする。



行動の調整

③④⑤

自分にあった方略で課題を解決しようとする。



「学びに向かう力」を育むためのプロセスを基に実践で見られた変容を、項目ごとに文章記述で整理したんだね。



今回の実践で見られた変容を、「実践前」と「実践後」を一目で分かるようにしました。

実践前

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態(R5.9.6)



実践後

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

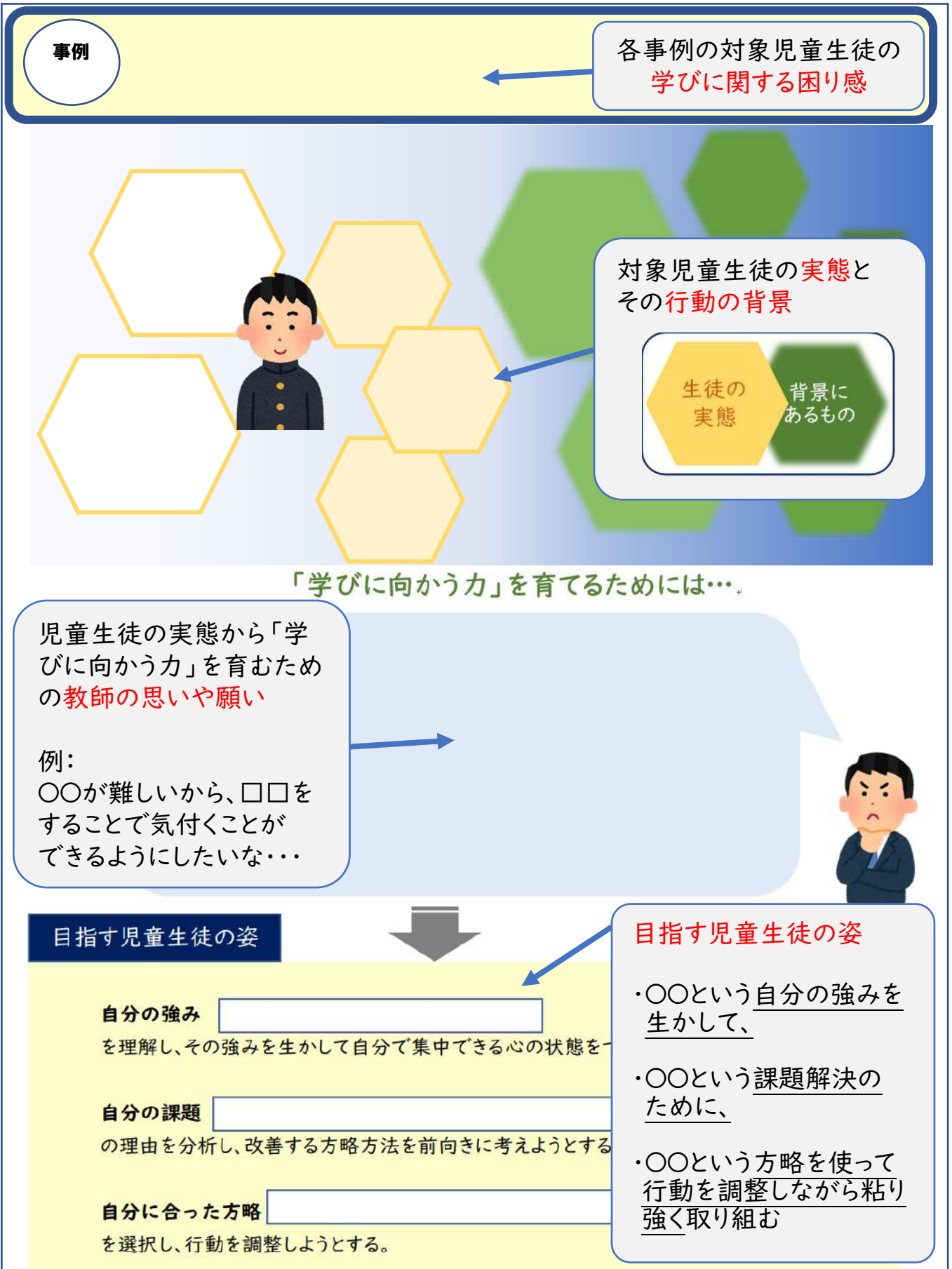
実践後の実態(R6.3.21)



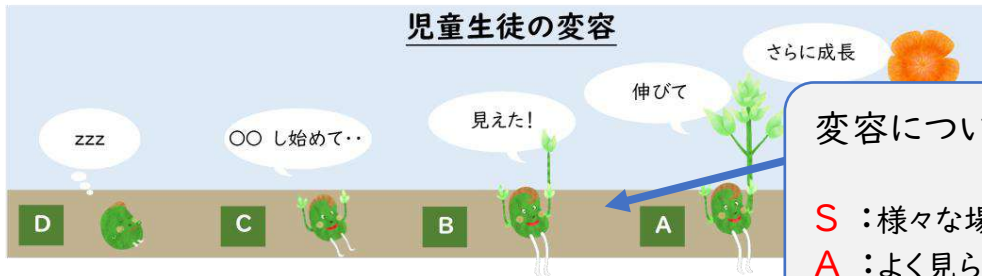
それぞれの項目について、どのくらい変容が見られたのか、視覚的に伝わるようにしてあるね。

実践事例集

事例集の見方



児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

C

B

2 自分の課題の理解について

C

A

3 課題に対する方略の理解について

D

B

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

D

B

5 振り返って新たな学習を進めることについて

D

B

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。

変容について、

- S : 様々な場面で見られる
- A : よく見られる
- B : 実際見られ始める
- C : 内面では変化があるが、実際には見られない
- D : 全く見られない

で表す

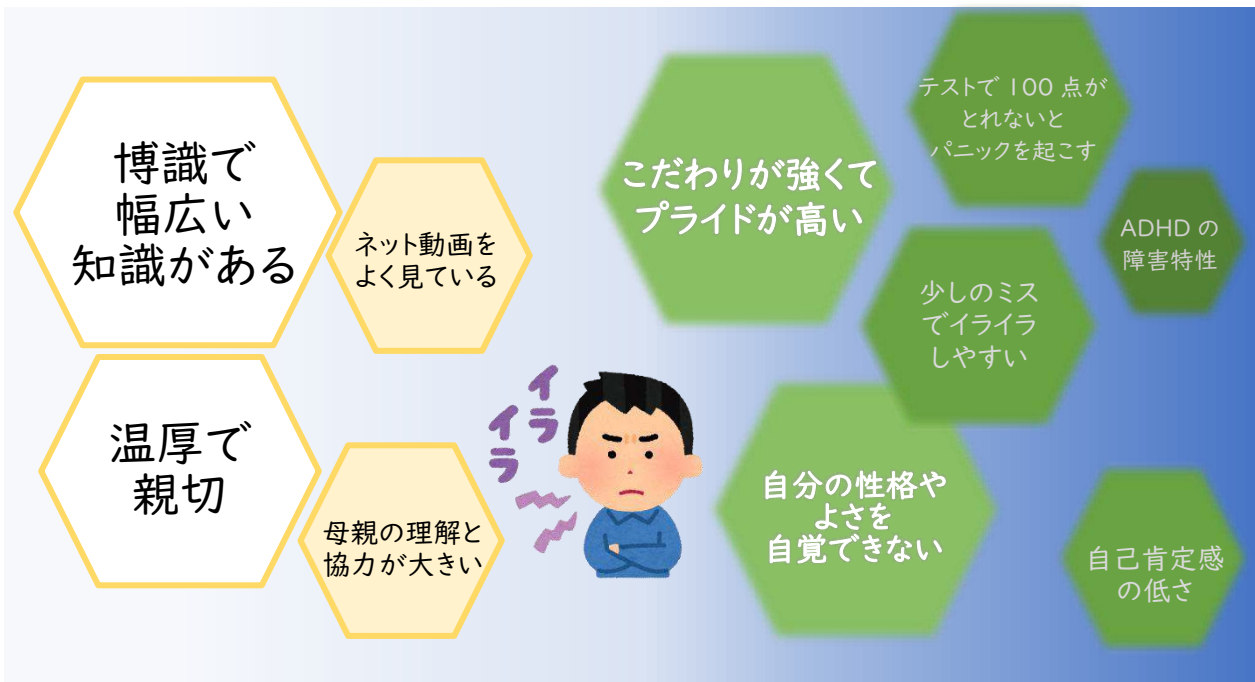
それぞれの項目に関する
実践前と、実践後の変容

1. 自分のよさや強みの理解について
2. 自分の課題の理解について
3. 課題に対する方略の理解について
4. 課題に対する方略を選択し、調整することについて
5. 振り返って新たな学習を進めることについて

事例
1

こだわりが強く、完璧でない自分を受け入れられない児童 A

小学校 4 年



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいけど、自己肯定感が低くて前向きに取り組めなさうだな。もっと自分のよいところを自覚して、自信をもってほしいな。

本人の特性を生かして、楽しく興味をもてる活動で自分のよさに気付けるといいな。ゲームが好きだから、ゲームのテイストを入れて活動を組み立てていけば、楽しみながら自己の理解を進められるのではないかな。



目指す児童の姿

自分の強み

博識で特にゲームが好き

を理解し、自分のよさに気付くことで自信をもって活動に取り組もうとする。

自分の課題

自分のミスが許せずパニックを起こす

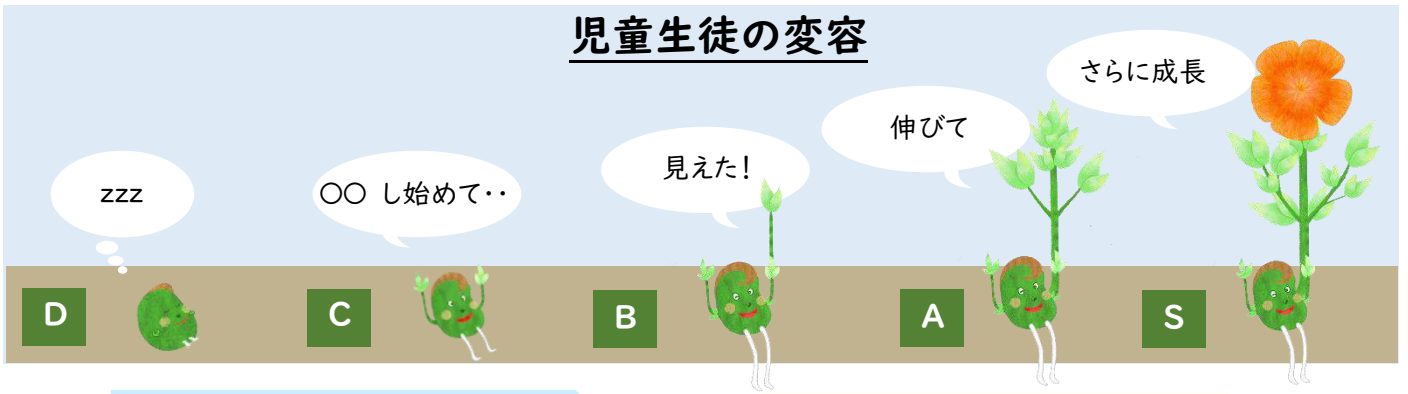
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

クールダウンの方法を知り、自己決定する

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容

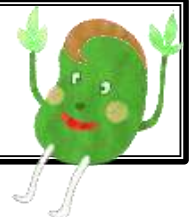


実践前

実践後


1 自分のよさや強みの理解について	
<p>C ○好きなものは言葉で話せる。 ●こだわりがあり、想像ができない。</p>	<p>B ○選択肢があると「集中力がある」など、具体的な内面を選択することができる。</p>
2 自分の課題の理解について	
<p>C ○自分がイライラしやすいことは分かっている。 ●どんなにときイライラするかは理解していない。</p>	<p>A ○「僕、すぐイライラしちゃうんだよね。」という発言が増え、「テストで100点が取れないとイライラする」ということを自覚できた。</p>
3 課題に対する方略の理解について	
<p>D ●クールダウンの仕方はこれまで考えたことがない。</p>	<p>A ○イライラを鎮めるクールダウンの方法や対処法を複数理解することができた。</p>
4 課題に対する方略を選択し、調整することについて	
<p>D ●イライラした時のクールダウンの方法を考えたことがない。</p>	<p>S ○イライラしそうな状況を事前に回避したり、お守りの下敷きを見てイライラを鎮めたりできるようになった。</p>
5 振り返って新たな学習を進めることについて	
<p>D ●イライラするときの背景を考えたことがない。</p>	<p>A ○自分を落ち着かせるための言葉を繰り返しつつぶやき、気持ちを切り替えて次の活動に移ることができた。</p>

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



○自立活動「自分のタイプを調べよう」 実施時期：9月

自分のタイプを調べよう



目的

- ・自分の理想の姿を考える第一歩として、現在の自分を知る。

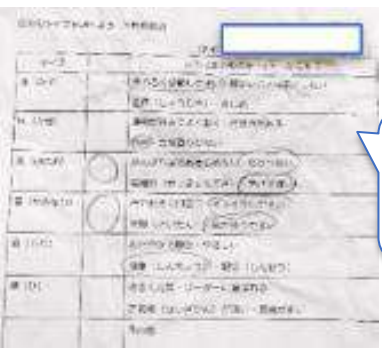
実施方法

- ①性格を表す言葉の選択肢の中から自分に合う表現を選択する。
- ②選んだ表現の数によって、性格のタイプが分かる。(図1)

児童の反応

- 選択肢を選びながら「確かにそんなところあるなあ。」などとつぶやき、楽しく取り組んだ。自分の性格を何となく自覚できた様子だった。
- 自分の性格のタイプの言葉一つ一つを言葉に出し、確認しながら、炎・雷タイプになったことを喜んでいた。
- 言葉の意味が分からない選択肢もあり困った様子が見られた。
※言葉の意味については教師が解説を入れ、理解できるようにした。

自分のタイプを調べよう



<本児のワークシート>
怒りっぽい・負けず嫌い・イライラしやすい・気が移りやすい
を選んで、炎・雷タイプになった

図1

○本人からの声

僕はイライラしやすいから、雷タイプかぁ。なんか、かっこいいな。



○教師の声

衝動性に関わる選択肢を多く選んだから「雷タイプ」になったんだな。客観的に自分を見るのは難しいか…。

自分の性格がある程度掴めたようだから、客観的に自分を見つめてみよう。



自分のよさや強み、課題については把握することができました。

次は、客観的に自己を見つめるための実践をどのように進めたのか見ていきましょう。



スクールクエスト キャラ図かん



<得意技>メンタルアリスティック
<弱点>虫

図2

目的

- ・客観的に自己像をイメージする。

実施方法

- ・自分をキャラクターに置き換え、よさや強みを「得意技」や「スキル」などに見立ててキャラ図鑑(図2)を作る。

児童の反応

- 実際に本児もゲームのキャラクター図鑑を読んだ経験があり、どんなものを作ればよいか考えながら書くことができた。
- 自分をゲームのキャラクターに見立てて、得意技や弱点を考えて、レベルアップしていくためにはどんなスキルが必要かを考えることができた。
- 作り始めると、キャラを人型にするのか人以外の形にするのかで悩み始め、「刀が好きだから刀のキャラにしたいけど、刀がうまく描けない。」「僕のキャラじゃなくて、僕とは関係ないキャラを作りたい。」などとつぶやき、泣き始めた。

○本人からの声

人型にしようかな。でも人って描くのが難しいから、人以外のキャラにしようかな……。あ～！僕は絵が苦手だから、キャラなんて描けないよ～。



○教師の声

よいところや性格を提案しても、本人が納得できずに採用してもらえない……。こだわりが強い児童には、難しいな。キャラの絵は、自分の好きな絵を写すことで納得できるようにしたいな。



○本人からの声

(インターネットで見つけたイラストを指して)こんな感じにしたいです。写して描いてもいいですか？これならカッコいいな！



○教師の声



イライラしやすいことは自覚できたようだから、次はどんな時にイライラしやすいのか気付いたり、そんな状況になったときのクールダウンの方法を学んだりする活動を考えてみよう。



自己の理解が進んでいき、自分の「イライラしやすい」という課題には気付くことができました。
次は、課題に対する方略を学ぶ実践を見ていきましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「イライラ・ドキドキをやっつけよう」		実施時期：11月
<p>心の温度計</p>  <p>図3</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分がどんな時にイライラしやすいのか自覚し、クールダウンの方法が複数あることを知る。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①場面絵を提示し、その時に心の温度（図3）がどう変化するかをタブレット端末で操作する。 ②友達と感じ方がどう違うかを比較する。 ③複数のグッズ（クッションやスクイーズ等）を実際に触ってみる。 	
<p>複数のグッズ</p>  <p>本児が自分で選んだクッション</p> <p>図4</p>	<p>児童の反応</p> <p>○本児はイライラの最高点に心の温度計を合わせたのに対し、他の児童全員が全くイライラしない最低点に合わせた上、「98点なんて、けっこういい点数じゃん。」と発言したことを受け、他者との違いに驚いていた。</p> <p>○クッションを（図4）抱き「これは落ち着きそうだなあ。」とつぶやいていた。</p>	

○本人からの声

えっ？みんなテストで間違えたら、イライラしないの？イライラするの、僕だけなの？僕は、テストの点数でイライラしやすいってことなんだな。



○本人からの声

（クッションを抱いて）これは落ち着きそうだなあ。ふわふわでなんか安心するな！



○支援員の声

友達が使っている様子を見て、「イライラしたとき、クッションって落ち着くよね。」「そのボールって、触っていると気持ちいいからだんだんイライラを忘れていくんだよね。」とっていました。友達のクールダウンの様子を見ることで、自分の行動も客観的に想起することができたようです。



○教師の声

何をすればクールダウンになるのかな？クールダウンの方法よりも、そもそもイライラしない方法を求めているのかな。では、心を落ち着かせるための手立てを考えよう。

課題に対する理解が深まりました。次は課題を改善して、新たな方略を学び、活用していくための実践をみていきましょう。



○自立活動「やさしい気持ちを育てよう」		実施時期:2月
<div data-bbox="177 280 549 613" data-label="Image"> </div> <p>図5</p>	<div data-bbox="598 280 683 315" data-label="Section-Header"> <h3>目的</h3> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・イライラしがちなときの対処法を考えて実践できるようにする。 ・目標達成のために具体的な行動目標を考え、実践する。 	
<div data-bbox="177 656 549 723" data-label="Section-Header"> <h3>学びのシート</h3> </div> <div data-bbox="240 734 603 801" data-label="Text"> <p>ゆるすことをできるようにする。</p> </div> <div data-bbox="212 808 549 1258" data-label="Image"> <p>図6</p> </div> <div data-bbox="472 1205 900 1328" data-label="Text"> <p>まほうの言葉を思い出すことができた。 次は、まあ、いっかと言ってみることをする。</p> </div>	<div data-bbox="598 490 735 526" data-label="Section-Header"> <h3>実施方法</h3> </div> <ol style="list-style-type: none"> ①「優しい」の言葉の意味は、他人や自分を「許すこと」と「助けること」の二つに絞り、簡単なゲーム(カードゲームやボードゲーム)を通して実践練習をする。 ②ゲームの中での約束を知り、前向きに対処できる「まほうの言葉」(図5)を使う。 <p>※小さな目標を達成するために具体的な行動目標を1つ決め、1週間後に実践できたかを振り返る。「学びシート」の活用(図6)</p>	
	<div data-bbox="598 891 764 927" data-label="Section-Header"> <h3>児童の反応</h3> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ゲーム中に友達が失敗しても、「大丈夫だよ。」「ドンマイ!」などと言って許すことができた。 ○自分の思いがうまく伝わらなくても、「まあ、いっか。」とイライラせずに気持ちを切り替えることができた。 ●振り返りをすると、毎回「できなかった。」と否定的になることがあった。 	

○他の教師の声

最近、テストで100点じゃなくても、パニックを起こさなくなった。成長が見られたな。



○本人からの声

クラスでイス取りゲームをするなら、僕は負けるとイライラしちゃうから、音楽係をやります。



○教師の声

自分からイライラしそうな状況を理解して回避するなんて!すごい成長だわ!



自己の理解が深まり、課題に対する方略を自己決定できる姿が見られました。学びに向かう力の育成に繋がったと言えるでしょう。



成果と課題

【成果】

- 自分のことを客観的に見つめ、自己の理解を図ることで、自分の課題に気づき、その対処法を考えることができた。
- イライラしないための対処法を学んだり、心を落ち着かせる方法を実践したりすることで、かつては避けてしまふような活動でも、自分がどうやったら参加できるかを考えられるようになった。
- 学びのシートを活用し、本児が小さな行動目標を立て実践し振り返ることで、課題に対する方略に気づき、気持ちの安定化に繋がった。

【課題】

- こだわりの強い児童には、何度も試行錯誤を重ねないと、自己の理解を進めることは難しかった。
- 間違いを受け入れられなかった本児には、「他者の意見や考えを受け入れる」ことが難しく、「客観的に見た自己」も受け入れられず、自己の理解が思うように進まなかった。
- 「まほうの言葉」や「学びのシート」などを活用し、繰り返し活動を継続することで、自己の理解が進むようにしていきたい。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態(R5.9.5)



	D	C	B	A	S
①					
②					
③					
④					
⑤					

実践後の実態(R6.3.12)



自分を客観的に見るのが苦手だった児童が、自分の課題に気づきそれに対する対処法を主体的に考えられるようになりましたね。

事例
2

自閉傾向があり、コミュニケーションを避けがちな 児童 B

小学校4年



「学びに向かう力」を育てるためには…

好きなことや得意なことがあり、一生懸命に取り組めるのだから、自信をもって人前でも活動したり活躍したりしてほしい。もっと自己の理解を深めて、自信をもってほしいな。

児童の特性を生かして、楽しく興味がもてる活動で自分のよさや課題に気付けるといいな。その上で方略を学んでいけば、苦手な課題にも挑戦できるようになるかもしれないな。その結果、自己表現や学習を調整する力など「学びに向かう力」が育まれるのではないかな。



目指す児童の姿

自分の強み

絵が得意で一生懸命取り組める

自分のよさに気付き、自信を付けることで活動したり活躍したりしようとする。

自分の課題

自己表現や苦手な課題を避ける傾向がある

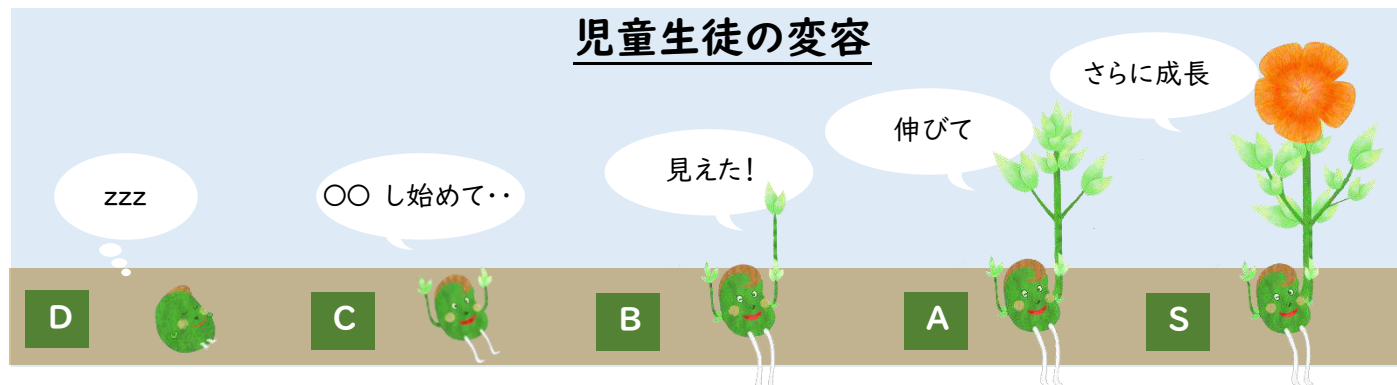
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

自分のよさを知り自信をもって表現する

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容

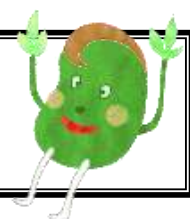


実践前

実践後

1	自分のよさや強みの理解について	<p>C ○助言から得意なことを自覚できる。 ●よさの捉えが一面的だった。</p>	<p>A ○選択肢を提示すると、多面的な自分のよさに気付くことができた。</p>
2	自分の課題の理解について	<p>D ●コミュニケーションが苦手なことを自覚できていない。</p>	<p>B ○「みんなの前で発表するのが苦手なんだね。」と言語化して伝えると、そこで改めて気付くことができた。</p>
3	課題に対する方略の理解について	<p>D ●コミュニケーションスキルについて、これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○過去の成功体験から、自分に合った方略を理解することができた。</p>
4	課題に対する方略を選択し、調整することについて	<p>D ●友達とどう関わろうか、これまで考えたことがない。</p>	<p>A ○相手のよさを見つける視点や気持ちの伝え方を学んだことで自ら関わろうとすることができた。</p>
5	振り返って新たな学習を進めることについて	<p>C ●自分の言動について、プリント等を使ったり助言したりすれば振り返ることができる。</p>	<p>A ○学びシートを使って具体的な行動目標を考え、実践し振り返るという一連の行動を身に付けることができた。</p>

学びに向かう力を付けるために、どのような実践をしていったか見ていきましょう。



研究の実践

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分のタイプを調べよう」 実施時期：9月

自分のタイプを調べよう

タイプ	特徴
雷タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
森タイプ	穏やかで優しい。物事に粘り強い。協調性がある。
山タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
水タイプ	穏やかで優しい。物事に粘り強い。協調性がある。
空タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
火タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
土タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。

目的

・自分の理想の姿を考える第一歩として、現在の自分を知る。

実施方法

- ①性格を表す言葉の選択肢の中から自分に合う表現を選択する。
- ②当てはまる項目に丸を付け、自分の性格のタイプを見つける。

児童の反応

- 「私、こんないいところもあったんだ。」(図1)と嬉しそうにつぶやきながら取り組み、自分の性格を捉えることができた。
- 「私は森と雷タイプなんだね。」と性格のタイプが分かり、自分の好きなことは自覚できた。
- 言葉の意味が分からない選択肢もあり困った様子が見られた。
- ※言葉の意味については教師が解説を入れ、理解できるようにした。

タイプ	当てはまる表現を丸で囲って
雷タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
森タイプ	穏やかで優しい。物事に粘り強い。協調性がある。
山タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
水タイプ	穏やかで優しい。物事に粘り強い。協調性がある。
空タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
火タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。
土タイプ	好奇心旺盛で新しい物事に興味がある。活発で行動力がある。

本児のワークシート

図1

選択したものが同数だった場合は、両方のタイプに該当とした。(本児の場合は、雷・森タイプ)

○本人からの声

私、こんないいところもあったんだ。(「優しい」・「親切」を選び) 森タイプなんだね。



○教師の声

優しさに関わる選択肢を多く選んで、「森タイプ」になったんだ。自分の好きなことは自覚できているようだな。苦手なことなども含めて、多面的に自己の理解をしてほしいから、自分を客観的に見られる手立てを考えよう。



自分のよさや強みについては、自覚することができました。次は自己の理解を深めるため、自分を客観視するための実践を考えたので見ていきましょう。



スクールクエスト キャラ図かん



図2 とてもやさしくて、こまっているときは
えでかいけつするよ。

目的

- ・客観的に自己像をイメージする。

実施方法

- ①自分をキャラクター(図2)に置き換え、よさや強みを「得意技」や「スキル」などに見立ててキャラ図鑑を作る。
- ②月に1回程度更新し、修正したり書き加えたりする。

児童の反応

- できることが増えてくると、更新の際にキャラクターの絵に進化が見られた。
- 絵が上手に描けるので、「絵筆の杖」をアイテムとして追加し、自分のよさに気付くことができた。
- 自分の苦手なことに当たる「弱点」には「虫」と書き、コミュニケーションに関する表現は入らなかった。自己の課題には気付いていなかった。

○本人からの声

言葉は難しいけど、絵なら描けるんだ。(自分の得意なことや好きなことは自覚している)



○教師の声

課題に気付くための手立てが必要かな…。苦手なことや課題に注目できる手立てを考えよう。



図3

目的

- ・理想となる自己像をイメージする。

実施方法

- ・特に自分がその時にできないことを、具体的に行動目標として考え、理想となる自己像(図3)をイメージする。

児童の反応

- 「今の自分が苦手なことを目標にする。」という声掛けで、具体的な行動目標を考えることができた。
- 本児が苦手なコミュニケーションについては、苦手という自覚がなかったために目標に入らなかった。「人前で発表する。」「自分から話しかける。」などの課題に気付くことができるような支援が必要だった。

○教師の声

ねらっていた行動目標が本児から出なかったので、新たな手立てを考えないと…。



自分の課題に気付くことができるように、課題にフォーカスできる実践を考えてみましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「イライラ・ドキドキをやっつけよう」		実施時期：11月
<p>スライドで表示した場面絵</p>	<p>目的</p> <p>・コミュニケーションの苦手さを自覚し、緊張を緩和して吃音を防ぐための方法を知る。</p>	
	<p>実施方法</p> <p>① 場面絵(図4)を見て、心の温度がどう変化するかをタブレット端末で操作し、友達と感じ方がどう違うかを比較する。 ② 複数のグッズを、実際に触ってみたり確かめてみたりすることで自分のお気に入りのグッズや対処法を見つける。</p>	
<p>図4</p>	<p>児童の反応</p> <p>○ 本児はドキドキの最高点に心の温度計を合わせたのに対し、他の児童全員が中間かそれ以下に合わせた。「Bさんは、みんなの前で発表するのが苦手なんだね。」と言語化して伝えると、「だから緊張するんだ…。」とそこで改めて自分の気持ちに気付いた様子だった。 ○ クッションを抱き(図5)「ほっとするー。」とつぶやいていた。①</p>	
<p>図5</p>	<p>本児が自分で選んだクッション</p>	



○教師の声
Bさんは、みんなの前で発表するのが苦手なのかな？

○本人からの声
苦手だったんだ!だから緊張するんだ…。心の温度計を見て初めて気付いたな。

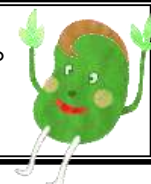


○本人からの声
先生、ほっとしたいからクッションを貸してください。
(イライラしたときや緊張したとき、頑張った後などに自分から毎回言いに来るようになった。)
(吃音が出てうまく話せないときに、クッションを抱きしめ、自分を落ち着かせてから、もう一度話し始めるという場面もあった。)



○教師の声
自分の課題に気付いて、緊張をほぐす方法も学べたかな。次は自主的に友達と関われるように、コミュニケーションスキルを身に付ける手立てを考えよう。

自分の強みや課題に対する理解が深まり、方略も学ぶことができました。次は方略の選択・調整の実践を見ていきましょう。



<p>○自立活動「ほめほめスキルを獲得しよう」</p>	<p>実施時期：1月</p>
<div data-bbox="172 322 341 517"> <p>ほめほめのコツ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・見て 感じる ・自分にはできないけど この人ならできること ・この人のまわりの人との かかわり <p>「〇〇がいいね！」</p> </div> <div data-bbox="400 349 536 528"> </div> <div data-bbox="172 551 544 600"> <p>ほめほめシート</p> </div> <div data-bbox="172 622 544 1115"> <div data-bbox="177 763 544 869"> <p>みんなに自分のかおのパンを分けてくれていいね。</p> </div> <div data-bbox="188 904 496 1122"> </div> </div> <div data-bbox="220 1133 268 1167"> <p>図6</p> </div>	<div data-bbox="600 271 679 304"> <p>目的</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の考えを伝え、円滑にコミュニケーションをする練習として、相手のいいところを見つけて伝える。 ・相手のいいところを見つけるための視点を知る。 <div data-bbox="600 472 719 506"> <p>実施方法</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> ①有名なアニメのキャラクターから、「見た目」「その人の力」「周囲に与える影響」の三つの観点ですごいと思うことをワークシートに記入する。 ②それぞれ考えた相手のいいところについて「～がいいね。」「～がすごいね。」の話型で発表する。 <div data-bbox="600 757 751 790"> <p>児童の反応</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○「パトロールをして困っている人がいないか見守ってくれるのがいいね。」「みんなに自分のかおのパンを分けてくれていいね。」(図6)と発表することができた。 ○友達の発表から、相手を褒める視点や伝え方が自分と違うことに気づき、納得している様子だった。 ●知らないキャラクターが出てくるとモチベーションが下がってしまった。 <p>※「クラスの友達」として身近な人材にクローズアップしながら進めると、効果的だった。</p>



○本人からの声
ねえねえ、何してるの？ その絵、なあに？ すごく、可愛くていいね！

○本人からの声
パトロールをして困っている人がいないか、見守ってくれているのがいいね。

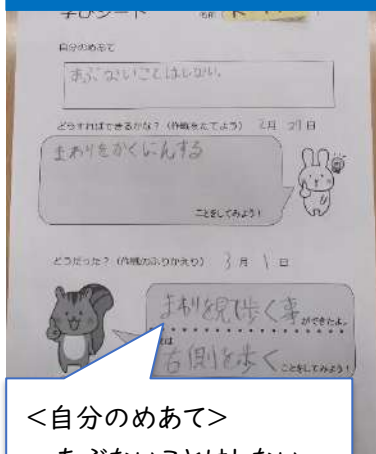


○他の教師の声
最近、嫌がっていた朝のスピーチに挑戦するようになりました。休み時間も、自分から友達に話しかける姿を見かけ、成長を感じています。自分に自信がついてきたのかな。



○教師の声
友達に話しかけられるようになったのはいいけど、言葉遣いや話す態度が気になるなあ…。これでは円滑なコミュニケーションに支障が出るかも…。手立てを考えよう。

学びシート



<自分のめあて>
あぶないことはしない
<どうすればできるかな>
まわりをかくにんする

図7

目的

・自分の言動を見直し、よりよい自己を目指す。

実施方法

- ①かっこいい上級生を騎士に見立て、自分が騎士にどこまで近づいているかを考える。
- ②今の自分を見つめることで、さらに何ができるとかっこいい自分になるか、「学びシート」(図7)に書く。

児童の反応

- 廊下の歩き方の約束が守れていないことを思い出し、「危ないことはしない。」というめあてを書いた。
 - 数日後にできたかどうか振り返ると、「まわりを見て歩くことができた。」と振り返り、「次は右側を歩くことをしてみる。」と次の行動目標を考えることができた。
 - 自身の言葉の乱れには気付くことができず、狙いと違う目標になってしまった。
- ※改善したい視点として、教師側が例示する必要があった。



○教師の声

自己の理解が出来ていないと、ねらった目標は立てられなかったなあ。自己の理解が進む手立てが必要だな。

成果と課題

【成果】

- 自己の理解のために場面絵を見てどう感じるか、友だちとも比較する活動を取り入れたことで、コミュニケーションの課題を自覚することができた。
- コミュニケーションスキルを具体的に学んだことで、学習や生活に活かし、成功体験を積むことができた。そこで自信を付け、さらに苦手なことにも挑戦しようとする、学びに向かう力が養われたと考えられる。
- スキルアップカードを活用したことで、自分の課題を自ら考えよりよい自己を目指すことに有効だった。

【課題】

- 自己の理解を進める際、狙った課題が本児からは出なかったため、ピンポイントで気付かせる手立てが必要だった。
- 交流学級や日常生活ではクールダウングッズの常設が難しかった。だんだんと自立に向かうためにも、グッズがなくても自分なりの方略で対処できるようにしていきたい。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践前の実態(R5.9.5)				



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践後の実態(R6.3.12)				



選択肢を用いた自分のよさや強みを知る活動やキャラ図鑑づくりにより、自分の特性や課題が自覚できたね。他者との関わり方を学び、成功体験を積むことで苦手な課題にも挑戦する意欲が高まりました。



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいが、特に初めてのことに失敗したときに自信をなくすことが多くあり、そのため自己肯定感が低い。

自分のよさに気付くことができる活動や、人から認められる経験をすることで、何ごとにも自信をもち前向きに取り組むことができるのではないかな。その結果、初めてのことへの不安や、失敗したときの気持ちを次に繋げる方法を方略から選択し、調整することで「学びに向かう力」が育まれるのではないかな。



目指す児童の姿

自分の強み

何事にも真面目に取り組む、信頼できる人がいる

その強みを生かして、自分に自信をもち前向きに取り組もうとする。

自分の課題

初めてのことや失敗することへの不安感、自己肯定感の低さ

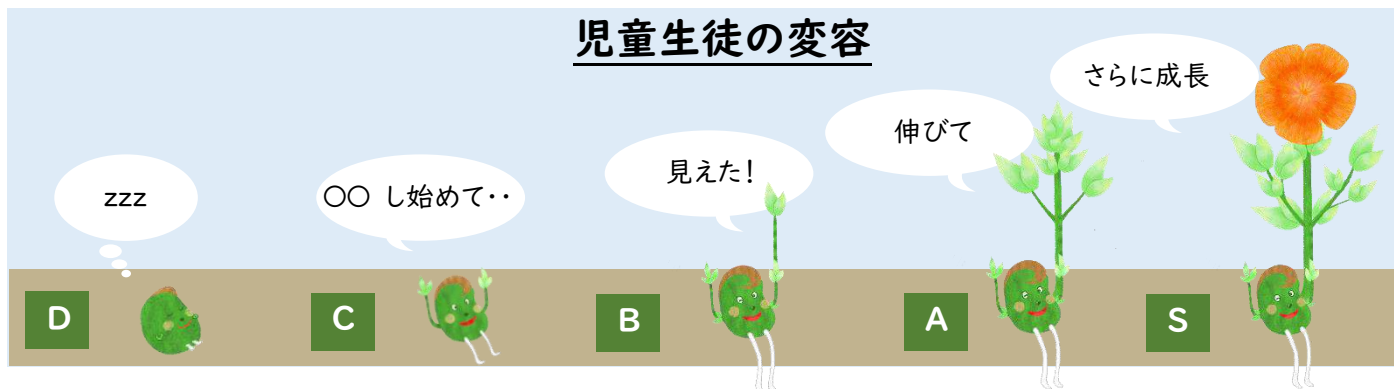
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

自ら課題に取り組む、解決できないときに自分で気持ちを切り替える

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後


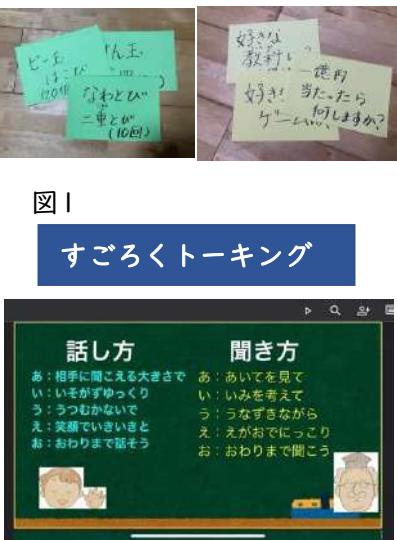
1	自分のよさや強みの理解について	<p>C ○自分の好きなことは理解している。自分のよさに気づき始めている。</p>	<p>B ○人に親切にしたり、面倒を見たりするといった自分のよさに気づき、いいところを伸ばそうとすることができた。</p>
2	自分の課題の理解について	<p>C ○自分の苦手なこと、嫌いなことを理解している。自分の課題に気づき始めている。</p>	<p>A ○他者からの評価が気になったときは、友達や先生に自分から相談することができ、気持ちを切り替えることができた。</p>
3	課題に対する方略の理解について	<p>D ●他者からの評価が気になったときの対処法をこれまで考えたことがない。</p>	<p>A ○いくつか対処法があることが分かり、自分で複数理解している。 ○不安なときは選択肢から選んだ行動をすることができた。</p>
4	課題に対する方略を選択し、調整することについて	<p>D ●他者の多様な考えについて、これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○他者と関わることで、多様な考え方が分かることが分かり、自分はどんなときに不安に思うのか気付くことができた。</p>
5	振り返って新たな学習を進めることについて	<p>D ●自分の考えをもつことや自己決定することについて、これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○自分のよさを他者に認められることで、活動への積極的な参加や他者との関わりがもてるようになってきた。</p>

学びに向かう力を育むために、どのような実践をしていったか見ていきましょう。



研究の実践

【1 自分のよさや強みの理解について】【2 自分の課題の理解について】

○自立活動「すごろくトークング」		実施時期：9月
	目的 <ul style="list-style-type: none"> ・「現在の自分」について、どの程度理解しているかを測る。 ・自分の好きなことや得意なことを知る。 	実施方法 <ol style="list-style-type: none"> ①すごろくトークング(図1)をする。 ②止まったマスで「トークングカード」又は「チャレンジカード」を引いてお題について答える。 <p>※トークングカード、チャレンジカードは児童が考えたお題とする。</p> <p>※「話し方聞き方あいうえお」(図2)を提示し意識させることで、本児が気持ちよく話したり聞いたりできるよう環境を整える。</p>
		
図1 すごろくトークング	図2 相手も自分も認める話し方 聞き方あいうえお	

○本人からの声

自分の好きなことや得意なことをみんなの前で発表するのは、楽しい！
 友達のお題に答えると、質問について色々考えることができたな！



○教師の声

自分の好きなことや得意なことは、意欲的に活動することができたが、反対に嫌いなことやできないことがあると「やだ、できない、やらない」といって活動自体を諦めてしまうことがあったな。

○教師の声

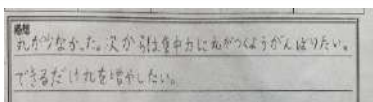
できないことや苦手なことに取り組んでいることに気付かせたいな。嫌なことも含め多面的に自己の理解をしてほしいから、自分を客観視できるような活動を考えよう！



【2 自分の課題の理解について】

○自立活動「自分発見シート」

実施時期：9月



自分発見シート

図5

「丸が少なかった。次からは集中力に丸が付くようがんばりたい。できるだけ丸を増やしたい。」

目的

- ・「自分発見シート」(図5)を活用し、自分のよさや強みを知る。
- ・選択肢から選ぶことで、理解しやすくすると共に、内面を表す語彙を増やす。

実施方法

- ① 性格を表す75個の選択肢の中から、自分にあてはまる表現を選択する。
- ② 選んだ項目について児童同士で共有し、意見交換する。

児童の反応

- 最初は自分のよさについて、ワークシートに○をつけていた。過去に褒められたことをエピソードに入れ、嬉しそうに話をする事ができた。
- 交流学級でも同じ様な活動を行なった時は、「もうない。」と早々に活動を終わらせていたが、支援学級では自分が好きなことや得意なことを友達に伝える事ができた。
- 他者から意見をもらうことで、新たな自分のよさを「あきらめない」というところを発見する事ができた。

○保護者からの声

いつも心配しています。娘から「やだ、無理、やってもできない」という否定的な言葉がでるときに、どんな言葉をかけてあげたらいいか悩んでいます。でも、自分発見シートから自分のよいところは、「あきらめない」というところだと知ることで、家庭でも「あきらめない」行動を教えてあげることができました。



○本人からの声

自分発見シートでは、自分のよいところは少なかったけど、「あきらめない」というところは伸ばしていきたいな。なりたい自分シートで、宿泊学習で頑張ることを先生と一緒に具体的に考えることができたから、係の仕事を頑張ることができたよ。

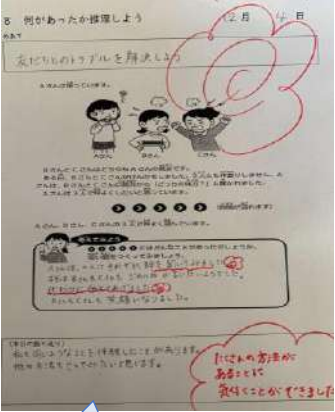


○教師の声

たくさんいいところがあることに、自立活動や行事を通して、気付くことができているね。色々なことにチャレンジをして自信をつけてほしいな。ところで、人からの評価が気になるCさんは、友達同士の関係はどのように対応しているのかな？方略は知らない？知っているけどできない？次の自立活動で、ロールプレイを取り入れて実践してみよう。



【3 課題に対する方略の理解について】

<p>○自立活動「なにがあったか推理しよう」</p>	<p>実施時期：12月</p>
<div data-bbox="165 344 555 412" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <p>なにがあったか推理しよう</p> </div>  <p>図6</p> <div data-bbox="165 891 545 1079" style="border: 1px solid #0056b3; padding: 5px;"> <p>「私も同じようなことを体験したことがあります。他の方法もやってみたいと思います。」</p> </div>	<div data-bbox="584 280 692 322" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;"> <p>目的</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・困ったことに直面したときに、自分の力で考えて解決できる問題解決力を身に付ける。 ・自分で解決できた成功体験を増やし、自分の考えに自信をもって対処できる態度を養う。 <div data-bbox="584 495 743 537" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;"> <p>実施方法</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> ①「相手の気持ちを考えるゲーム」に取り組み、相手の気持ちを知る方法は、様々な視点(要素)があることを知る。 ②「なにがあったか推理しよう」(図6)について自分の考えをもつ。問題を解決する方法は、複数あり、さまざまな考え方があることを理解する。 <div data-bbox="584 770 772 813" style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;"> <p>児童の反応</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Aさんの気持ちになって考えることができていた。「自分だったら、どうしよう・・・」と真剣に自分事として悩む姿が見られた。 ○ 解決策は、「二人の話をよく聞いてあげること」、「話しづらいことや言いたいことを代わりに言ってあげること」等を発言することができた。 ○ 私は、けんかにならないように、優しく伝えたり、先生に言ってもらったりして気を付けていると具体的に考えることができた。



○本人からの声

声の大きさ、高さ、低さ、スピード、顔の表情、目線など色々なところから人の気持ちを知ることが分かったけど・・・やっぱり自分のことを言われてると思うんだよね。気にしすぎかな・・・。

○教師の声



「社会面のコグトレ」では、状況を把握し、問題解決のために自分の考えを発表することができたね。相手の表情を読むこともできています。ということは、自分に自信をもてないことが、他者からの評価が気になる要因となり、悪い方に考えてしまうのかもしれない・・・。次は、自分と友達の考え方の違いを知る活動を行なってみよう!



自分の強みや課題に対する理解が深まり、方略も学ぶことができました。次は方略の選択・調整の実践を見ていきましょう。



【4 課題に対する方略を選択し、調整することについて】

○自立活動「こんなとき どんな気持ち」		実施時期：12月
	目的 <ul style="list-style-type: none">・さまざまな場面（図7）を想定し、自分や友達の考えを知る。・自分の考えと他者の考えは、違うことがあることを理解する。 実施方法 <ol style="list-style-type: none">①お題カードに対して、自分の考えを気持ちチップで（図8）表す。②なぜ、そう考えたのかを友達と理由を共有し他者の考えを理解する。 児童の反応 <ul style="list-style-type: none">○友達との対話を通して、「あ、一緒だ。」「そんな考えもあるんだね。」とつぶやき、人によって考え方や感じ方が違うことを認識することができた。○失敗して恥ずかしくなった場面の学習では、友達から、「失敗して恥ずかしいときには、恥ずかしいって言っちゃうと楽になるんだよ。」というアドバイスをもらい、友だちの言葉が心に残ったようだった。○人の目や評価が気になることに対して、そのときどんな気持ちなのかを言葉にすることができるようになってきたと授業後に話した。	
気持ちチップを使った活動		
図7		
		
様々な気持ちチップ		
図8		



○本人からの声

失敗して笑われたことがあったから、自信がないときはできないし、「やらない、やりたくない。」とその場から逃げてしまっていたな。でも、失敗して恥ずかしいときに、友達が言っていた「恥ずかしい。」って声に出すことをこれからやってみようかな。

○教師の声

気持ちチップからのエピソードを話す活動は、最初は自分の話をするのに夢中でしたが、活動を進めるにつれて、「なんで、そんな気持ちになるの?」と自分から質問していたね。

友達との対話を通して、いろいろな考え方があることを理解できたようです。

このことから、友達がどう思っているかは分からない、いろいろな考え方があることを



【5 振り返って新たな学習を進めることについて】

<p>○「最高学年に向けて」</p>	<p>実施時期:3月</p>
<div data-bbox="159 280 542 504"> </div> <div data-bbox="159 504 542 616"> <p>自己の理解を深める ワークシート</p> </div> <div data-bbox="159 616 542 918"> </div> <div data-bbox="159 918 542 985"> <p>下級生に教える様子</p> </div> <div data-bbox="159 985 542 1081"> <p>図 10</p> </div>	<div data-bbox="582 291 694 336"> <p>目的</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・これまでの自立活動で学んだことを生かして、自分らしく学校生活を送ることができるようにする。 <div data-bbox="582 436 742 481"> <p>実施方法</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> ①「私は、こんな人」(図9)をまとめる。 ②強みと弱みを理解し、これからの目標を立てる。 <div data-bbox="582 616 774 660"> <p>児童の反応</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○自分発見シート一回目と比べると、丸が増えたことがうれしく、エピソードについて、自分から進んで話すことができた。 ○習字、鉄棒、下級生の面倒を見るなど自分が好きで得意なことを伸ばしていきたいと次の目標を話すことができた。(図 10) ○ワークシートの項目を記入していくと、困ったときや悩んだときは、音楽を聞いたり、先生に相談したりして解決できていることに気が付くことができた。

○他の教師の声

いつも真面目に一生懸命に取り組んでいる。特に、清掃活動では、隅々まで雑巾がけをして真剣に取り組んでいる姿が素敵だったな。



○教師の声

「私はこんな人」の自立活動の授業を行うことで、自分を客観的に捉えることができたね。話型や手順など繰り返し行い、「これでいいんだ。」という安心感が得られたことで、自信をもって取組めることに繋がったかな。



自分のよいところを知り、自信をもって行動する姿が多く見られるようになりました。他者からの言動を気にすることが減り、方略を選択して行動を調整している様子が見られるようになりました!



成果と課題

【成果】

- 自分発見シートを使い、自分を客観的に見ることで、自分のよさや強みを理解しそれに対する対処法を本人が自覚して、自分のものにしようとする事ができた。
- 自分がどんなときに不安になるかを改めて言葉や文字にすることで、再認識することができた。また、同じ題材で友達の考えを聞くことで、自分の考えだけでなく様々な考え方があり、生活に生かそうとすることができた。
- 自分の強みと課題があり、強みはさらに伸ばしていける、課題は解決方法を知ることによって、対処できることを理解することができた。
- 自立活動を計画的に行うことや学びのシートを活用することで、C児にあった支援を行うことができた。

【課題】

- 自分が何に困っているのか分からなくなり、それに気付かせることに時間がかかった。日頃から、自己有用感が高まる活動や環境を調整し整えていく必要がある。日々の経験を積むことで、更に学びに向かう力が高まっていくと考える。
- 学びのシートの活用は、有効であるが、振り返りの中で生かすことができなかった。活用方法についてもさらに研究、実践を積み重ねていく必要である。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態(R5.9.6)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態(R6.3.21)



自分のよさや強み、課題を客観的に把握できるようになったことが学習に前向きに取り組む基盤となり、自分に自信をもつことで失敗を恐れずに活動に挑戦する意欲が高まりました。



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいが困ったことを伝えることができない。また、あまり人に興味がない。
友達との関わりで、自分のよさに気付くことができればよいのだが。

自分に自信を付けて、考えや思いを表出できるといいな。その上で対処法や表現方法を学んでいけば、自らチャレンジできるようになるかもしれない。その結果、自己肯定感が高まり、積極的に自己表現するなど「学びに向かう力」が育まれるのではないかな。



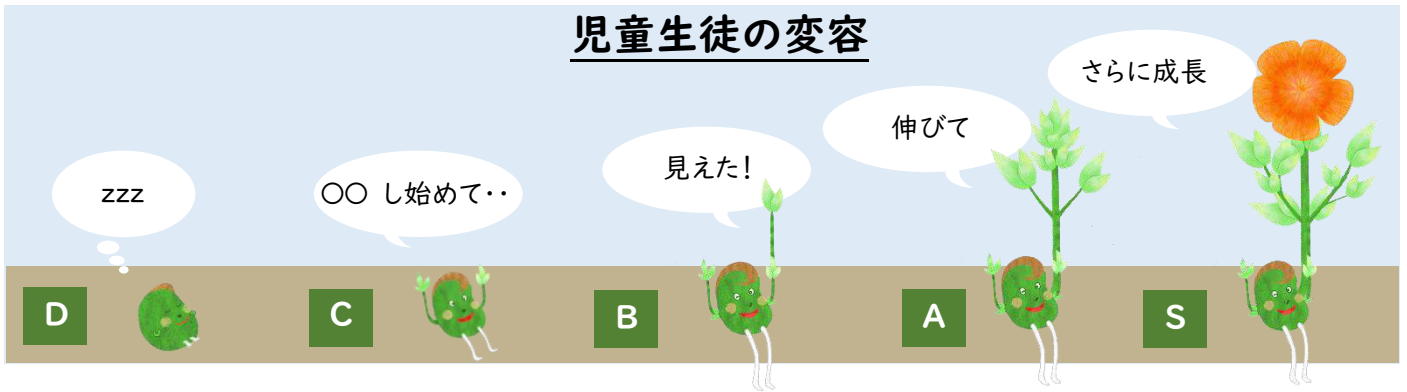
目指す児童の姿

自分の強み 手先が器用で、何事も一生懸命最後までやり遂げることができる
強みを生かして、自分に自信を付けて自己肯定感を高められるようにする。

自分の課題 困っていることを言葉で伝えることが苦手
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略 困ったときの対処法を知り、自分の気持ちを伝える
を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

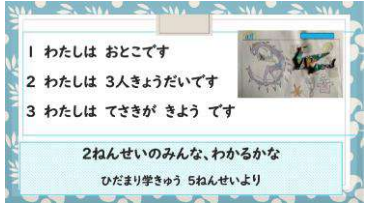

実践後

1	自分のよさや強みの理解について	<p>B ○好きなものは言葉で表出する。 ●内面について言葉で表出できない。</p>	<p>B ○選択肢の中から、自分の具体的な内面を理解して選択することができる。</p>
2	自分の課題の理解について	<p>D ○自分の思いや考えはある。 ●「自分のいいところはない」と言う。</p>	<p>A ○「自分の考えや思いを人に伝えるのが苦手なんだよね」という発言があり、自分に課題があることを自覚した様子。</p>
3	課題に対する方略の理解について	<p>D ●困った時の対処法をこれまで考えたことがない。</p>	<p>B ○気持ちチップを使うことで、自分の考えを表出できるようになってきている。</p>
4	課題に対する方略を選択し、調整することについて	<p>D ●自分の思いや考えを伝える方法をこれまで考えたことがない。</p>	<p>B ○自分の思いや考えを伝える選択肢から選び行動に移すことができるようになってきている。</p>
5	振り返って新たな学習を進めることについて	<p>D ●困ったときの対処法をこれまで考えたことがない。</p>	<p>B ○環境が整うことで、対処法を考え自分の活動を進めることができるようになってきている。</p>

学びに向かう力を付けるために、どのような実践をしていったか見ていきましょう。



【1 自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「スリーヒントクイズ」		実施時期：9月
 <p>図1</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「現在の自分」について、どの程度理解しているかを知る。 ・友達との関わりの中で自己表現する楽しさを体験する。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①自分を三つの言葉で表現する。 ②三つのヒント(図1)から、だれについてかを当てるクイズをする。 ③2年生の児童とクイズ大会をする。 	
<p>スライドで作ったクイズ</p>  <p>図2</p> <p>児童Dが作成した ドラゴンの絵・折り紙</p>	<p>児童の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○グッドモデル・バッドモデルを使って、どのようなクイズを出すのがいいか自分で目標を決めてから行ったため、安心して発表することができた。 ○意欲的に活動を行うことができた。自分のクイズの解答がすぐに分かってもらえたときは、とても喜んでいた。 ○スリーヒントクイズを考えることで、自分について深く考えいろいろな視点で自分を見つめることができた。 ●他の児童のスリーヒントクイズにはあまり興味がないようだった。 ※他者に興味をもたせるための工夫が必要であった。 	

○本人からの声

2年生がドラゴンの折り紙(図2)、喜んでくれてよかった。「ぼくにも折って」って言われて嬉しかった。

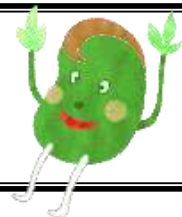


○教師の声

日頃の様子を見ていると、折り紙や絵が上手なことから、2年生にも慕われるお兄さんになった。他のよいころを自分で発見し自己の理解が進めば、困ったことがあったとき、周りの人に伝えることができるのでは？



自分のよさや強み、課題については把握することができました。
次は客観的に自己を見つめるための実践をどのように進めたのか見ていきましょう。



【1 自分のよさや強みの理解について】

実施時期：9月

○自立活動「自分発見シート」

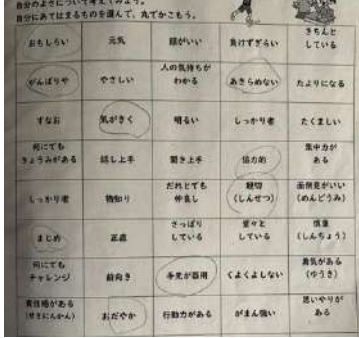


図 3

目的

- ・自分には、様々なよさや強みがあることを知る。

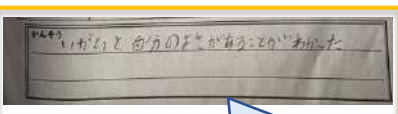
実施方法

- ①性格を表す75個の選択肢の中から、自分にあてはまる表現を選択する。
- ②選んだ項目について児童同士で共有し、意見交換する。

児童の反応

- 生活单元を通して、折り紙やお絵かきが得意なことは自分でも気が付いた様子だった。
- 自分にはあまりよいところはないと言っていたが、9個(図3)に○をつけることができ、自分にはよいところがあると気付くことができた。
- 友達から「Dくんは我慢強いよ」と言われても、家では違うからと「我慢強い」に丸を付けなかった。

自分発見シート



振り返り：
いかに自分のよさがあることがわかった。

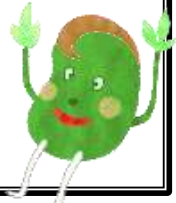


○本人からの声
意外と自分のよさってあるんだな。手先が器用って「絵や折り紙が得意なこと」なのかな。絵を描いたり折り紙を折ったりするのが好きなんだよね。

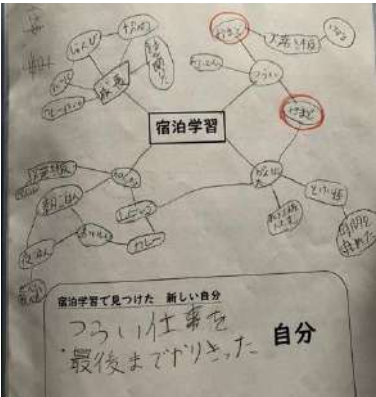

○教師の声
家と学校での様子の違いに自分で気付いているということは、自己の理解できているのではないか。「手先が器用」と認められ自信がついたように、自分発見シートで気付いたよさを認められれば、さらに自信がつくのではないか。



ここでは、自分のことを改めて客観的に見つめられましたね。
次は課題を理解して、新たな方略を学び自己の理解を深める実践を紹介します。



【2 自分の課題の理解について】

<p>○自立活動「新たな自分発見」</p>	<p>実施時期：11月</p>
<div data-bbox="172 318 549 712">  </div> <div data-bbox="181 725 549 824"> <p>課題の理解を広げる ウェビングマップ</p> </div> <div data-bbox="210 837 261 869"> <p>図4</p> </div> <div data-bbox="165 873 549 1361">  </div> <div data-bbox="210 1370 261 1402"> <p>図5</p> </div> <div data-bbox="165 1406 549 1509"> <p>宿泊学習で発見！！ きらりな一瞬</p> </div>	<div data-bbox="580 280 689 318"> <p>目的</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・これまで気付かなかった自分を発見する。 ・宿泊学習という大きな行事について、目標を立てたり振り返ったりすることで、自分の課題について考える。 <div data-bbox="580 492 762 530"> <p>実施方法</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> ①宿泊学習での活動をウェビングマップに書く。 ②新しい自分(これまで気付かなかった自分)をウェビングマップに(図4)まとめる。 ③新しい自分(これまでに気付かなかった自分)に気付けるようにする。 <div data-bbox="580 784 762 822"> <p>児童の反応</p> </div> <p>(宿泊前)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○仲のよい友達と同じ班になれたことで、不安だった気持ちも楽しみになっていた。 ○ウェビングマップを書くことで、自分の不安や心配に気付くことができた。 <p>(宿泊後)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○係で、かまど担当になったが、どんな仕事かが分からず、不安になっていた。教師側から選択肢「先生に聞く・自分で先生に聞く・かまど担当の友達に聞く」を与えることで、友達に聞いてみることを自ら選択し、聞くことができた。 ○火が消えないよう薪を入れたりする作業は大変だったが、同じ班の友達に「熱いのにありがとう」と言われたことが嬉しかった。また、先生に、「最後の片付けまでやって、一番綺麗な班だった」と言われたことを嬉しそうに話すことができた。 ○自分で、「辛い仕事を最後までやりきった」(図5)と発表した。「自分発見シート」で丸をつけた項目「真面目」とつながったようだった。

○本人からの声

かまど担当はとても熱くて、本当はとっても辛かった。でも、最後までやり遂げることができてすごく嬉しかった。ぼくは、真面目なのか？自分発見シートで丸をつけたな。でも、「かまど係は辛い」とは言えなかった…。



○保護者からの声

家と学校の様子は全然違います。家では自分の思いが通らないと地団駄を踏んで暴れることがありますが、学校ではそうではないと聞いています。宿泊学習では、かまど担当が大変だったみたいですが、友達にカレーが上手にできたのは、「かまど係のおかげだね。」と言われ喜んでいました。





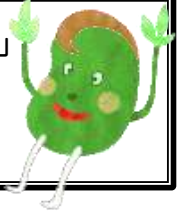
○本人からの声
支援学級だったら、困ったことが言えるんだよな。いつも言えたらいいんだけど…。

○教師の声

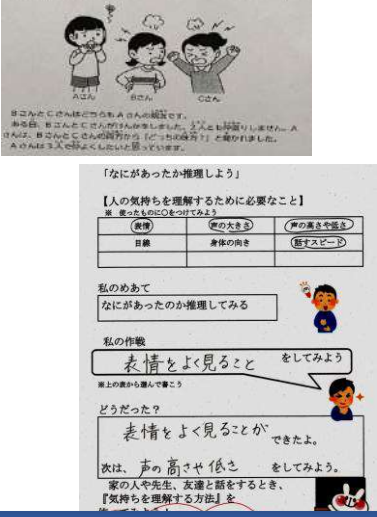

少人数だったら、困っていることを表出できるようになってきたな。でも、まだ教室では難しいな。自分のよさが分かり、友達にも認められる場面が増えたので自信をもって行動してほしいな。問題解決の場面を設定し、どうやって解決していくのか、困ったときはどんな様子なのか知って一緒に対処法を教えてあげたいな。



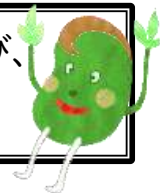
自己の理解が進んでいき、自分から「言葉で伝えられないときがある」という課題に気付くことができました。
次は、課題に対する方略を学ぶ実践を見ていきましょう。



【3 課題に対する方略の理解について】

○自立活動「なにがあったか推理しよう」	実施時期：12月						
 <p>「なにがあったか推理しよう」 【人の気持ちを理解するために必要なこと】 ※ 覚ったものをOをつけてみよう</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 33%;">(表情)</th> <th style="width: 33%;">(声の大きさ)</th> <th style="width: 33%;">(声の高さや低さ)</th> </tr> <tr> <td>目線</td> <td>身体向き</td> <td>(顔の向き)</td> </tr> </table> <p>私のめあて なにがあったか推理してみる</p> <p>私の作戦 表情をよく見ること をしてみよう 声の大きさを聞いてみる</p> <p>どうだった？ 表情をよく見ることができたよ。 次は、声の高さや低さをしてみよう。 家の人や先生、友達と話をするとき、 【気持ちを理解する方法】を</p>	(表情)	(声の大きさ)	(声の高さや低さ)	目線	身体向き	(顔の向き)	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・困ったことに直面したときに、自分の力で考えて解決できる問題解決力を身に付ける。 ・成功体験を増やし、自分の考えや思いを自信をもって言える態度を養う。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①相手の気持ちを理解する視点(図6)についてやりとりをする。 ②「問題解決学習」の何があったか推理しようについて考える。 ③問題を解決する方法は複数あることや様々な考え方があることを知る。 <p>児童の反応</p> <p>○友達の話聞いて、解決策をワークシートに書くことができた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●何があったかを推理することはできるが、問題解決が自分一人ではできなかった。 ●自分事として考えられるよう、児童Dが経験したことのあるエピソードを挙げ、「こんなときどうだった」と気持ちチップで気持ちを(図7)を選択し、言語化することができた。 ●感情をあまりよく理解していなかったため、視覚化したり、選択したりして理解させる必要がある。
(表情)	(声の大きさ)	(声の高さや低さ)					
目線	身体向き	(顔の向き)					
<p>なにがあったか整理しよう</p> <p>図6</p>  <p>児童Dが考えた気持ちチップの説明</p> <p>図7</p>							

課題に対する理解が深まりました。次は課題を改善して、新たな方略を学び、活用していくための実践を見ていきましょう。



【4 課題に対する方略を選択し、調整することについて】

○自立活動「こんなとき どんな気持ち」		実施時期：12月
<div data-bbox="252 499 443 703" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="159 712 555 862" data-label="Text"> <p>お題の例 練習していた(なわとび)ができるようになった。</p> </div> <div data-bbox="204 869 255 900" data-label="Caption"> <p>図8</p> </div> <div data-bbox="183 925 555 1124" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="159 1137 555 1243" data-label="Text"> <p>児童Dが気持ちチップを選んだところ</p> </div> <div data-bbox="204 1256 255 1288" data-label="Caption"> <p>図9</p> </div>	<div data-bbox="582 495 691 528" data-label="Section-Header"> <p>目的</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・さまざまな場面を想定し、そのときの感情を知る。 ・感情は一つではなく、状況や状態などによって様々な感情に変化することを知る。 <div data-bbox="582 701 742 734" data-label="Section-Header"> <p>実施方法</p> </div> <ol style="list-style-type: none"> ①お題カード(図8)に対しての自分の考えを気持ちチップで表す。 ②なぜ、そう考えたのかを友達と共有し、自分の考えや友達の考えについて理解する。 <div data-bbox="582 904 774 938" data-label="Section-Header"> <p>児童の反応</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○自分の気持ちを言葉で表現することは少なかったが、気持ちチップ(図9)を使うことで、「これかな。」「この顔かもしれない。」などつぶやきながら、気持ちチップを選ぶことができた。 ●言いたいことが言えない、表出できないことに対する方法が分からずにいた。 <p>※「気持ちチップ」を使い、感情を一つ一つ丁寧に教師と一緒に確かめていく必要がある。</p>	



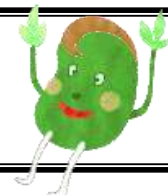
○本人からの声
言葉にはできなかったけど、気持ちチップで気持ちを表すことはできたぞ!! このチップを使えば、伝えられるかもしれないし、出しやすいな。

○他の教師の声
通常の学級では、困っていても何も言わない。やることを話して、何をするか課題や活動は分かっているけど、伝え方が分からないときに、何か合言葉として出してくれるといいんですが...



○教師の声
どんな行動をしたらよいか、また他者の視点に気付くことができているなあ。じゃあ、そんなときに他者の考えに気付いて、多様な考えがあることも知って欲しいな。

課題に対する方略があることに気付き始めています。さらに課題に対する方略があるのではないかと意欲的に取り組んでいます。次は、方略を増やしていくこと、そして選択し調整することができるよう実践してみましょう。



○本人からの声

全然、思いつかなかった・・・自分のことじゃないから、分からないよー。

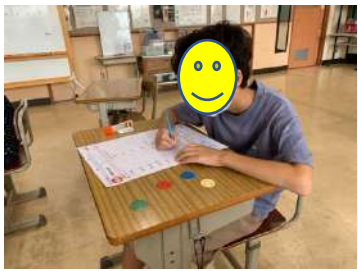
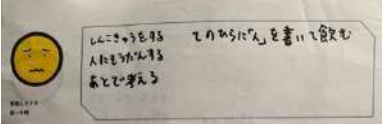
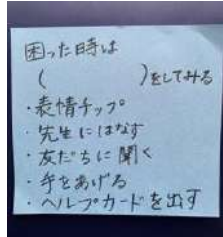



○教師の声

何が起きているかは理解できたみたいだけど、どう解決していいか分からないみたい。気持ちチップを使用して、自分の気持ちを相手に知らせることから始めれば、だんだんと自分の気持ちを言葉にできるようになるかも。



【5 振り返って新たな学習を進めることについて】

○テスト中「気持ちチップを使って」	実施時期：11月
 <p>テスト中に気持ちチップで気持ちを表している場面</p> <p>図10</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 日常生活において、言葉で伝えられないときの対処法を知る。 <p>実施方法</p> <ul style="list-style-type: none"> 場面や課題に応じた気持ちを気持ちチップで表す。 <p>児童の反応</p> <p>○テスト時、自分でできる問題のときは、嬉しいマーク(図10)を置くことができた。テストですらすら解けた嬉しい気持ちを気持ちチップで表すことで、先生にも分かってもらえて嬉しかったと話することができた。</p> <p>○難しい問題のときに、困った気持ちチップを出した。いつもは、そこで止まってしまう、時間内にテストを終えることができなかったが、気持ちチップを見た教師が、「次に進んで大丈夫。」と助言することで、安心して最後までテストを進めることができた。</p>
○授業中「学びシートの活用」	実施時期：1月
 <p>困った時の感情</p>  <p>困った時の対処法を書いた付箋</p>  <p>図12</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 困ったとき、言葉で伝えられないときの対処法を身に付ける。 <p>実施方法</p> <p>①「困った時は()してみる」と付箋(図11)に書く。 気持ちチップを出す。先生に話す。友達に聞いてみる。手を挙げる。ヘルプカードを表示する。</p> <p>②各教科の教科書に付箋を貼っておき、困ったときに使用する。</p> <p>児童の反応</p> <p>○友達に付箋を見られたら「恥ずかしい。」と言っていたが、教科書の末尾に付箋を貼っていたので、「安心して見ることができた。」と嬉しそうに話した。</p> <p>○困った時は、どう対処すればいいかを付箋を見て、選択肢の中から自分で選んで伝えることができたと話することができた。(図12)</p> <p>●付箋や気持ちチップがないと不安になり、黙って固まってしまう時が見られた。</p>

自分から声をかけるのは、とっても緊張したけど、困ったときは付箋を見て、思い切って声をかけてよかった。二人で相談できたので次も頑張りたい。

成果と課題

【成果】

- 自分の気持ちを気持ちチップを使って示すことにより、言葉(単語)に表すことができるようになった。
- 「手先が器用」から「丁寧に作業する」といった、なりたい自分を決め、その目標に向かって何をどのようにやるか計画することができた。
- 手先が器用なことを自信につなげて、言語化することができた。
- でもチャレンジすることができるようになってきた。
- 支援学級では、誘われるまで友達と遊ぶことができなかったが、「一緒に遊ぼう」と声をかけることができるようになった。交流及び共同学習を行っている通常の学級(以下、『交流学級』という。)では、係の仕事で使用する紙とペンを先生に借りに行けなかったが、一人で借りに行くことができ、友達に驚かされていた。
- 自分が安心できる場所では、意欲的に学習に取り組む姿が見られるようになった。

【課題】

- 自分の強みを生かして、課題を解決できる方法を見つけることが難しかった。
- 自分らしく学校生活を送るには、どの場面でも気持ちや思いを常時言語化できるような活動を引き続き取り入れていきたい。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践前の実態(R5.9.6)				



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践後の実態(R6.3.21)				



自分のよさや長所に気付けたことで、自信をもち自己肯定感が広がり、他の活動への挑戦意欲も高まりましたね。

事例
5

人との関わりに不安を抱え、困っていても自分の
気持ちを伝えられない生徒 E

中学校3年



「学びに向かう力」を育てるためには…

今は気付いていない自分の強みに気付いてほしいな。
教師と一緒に振り返ることができるので、安心するまで一緒にやろう。
繰り返し振り返っていくことで、自己の理解が深まり、課題にも前向きに取り
組めるかな。

そして、「他の人に自分の気持ちを伝えられるようになりたい。」という目標を
叶えるため、自分に合った方略を使って、粘り強く取り組もうとする姿勢を育
てていきたいな。



目指す生徒の姿

自分の強み

繰り返し練習すると安心することができる

を理解し、自信をもって、必要最低限の要求を担当以外の教師に伝えようとする。

自分の課題

情緒不安定になりやすい

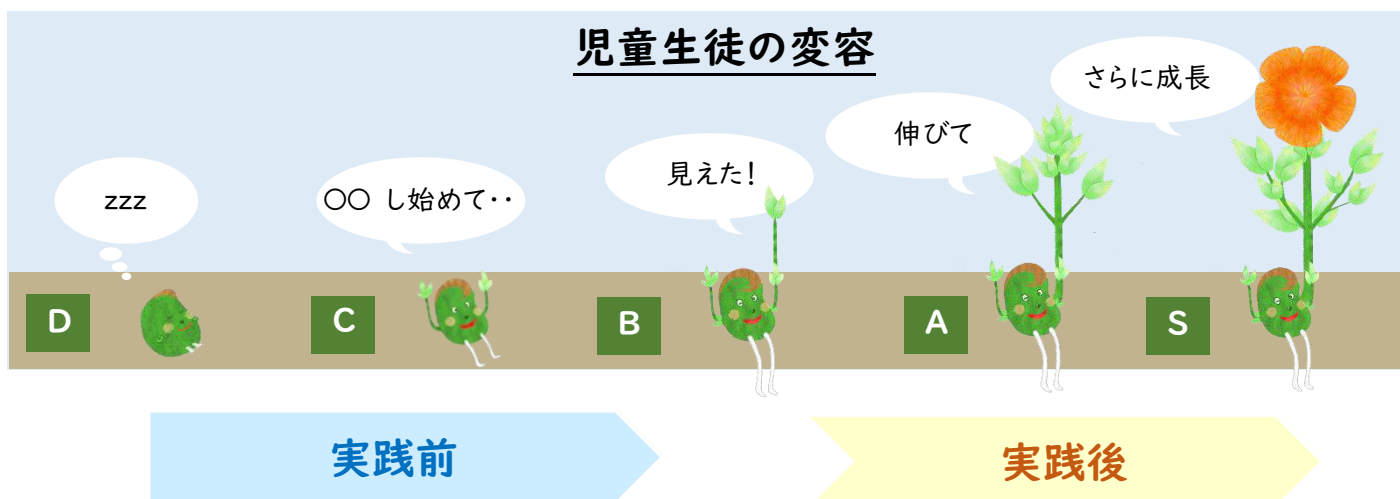
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

安心するまで繰り返し練習する

を教師の支援を受けて選択し、生活しやすいよう行動を自分で調整しようとする。

児童生徒の変容



1 自分のよさや強みの理解について	
<p>C ○好きな食べ物や教科は言葉で伝える。 ●よさや強みについては考えたことがない。</p>	<p>B ○「マニュアルがあると理解しやすい。」「繰り返し練習すると安心できる。」など、自分の特性を具体的に理解している。</p>
2 自分の課題の理解について	
<p>C ○対人関係に不安があることは理解している。 ●学校では、個別での対応がされているので、自分の課題について理解が不十分である。</p>	<p>A ○慣れない場所や相手だと不安になり、自分の気持ちを伝えられないことを自分の課題だと理解している。背景には、人との関わりの苦手さがあることも理解している。</p>
3 課題に対する方略の理解について	
<p>D ●これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○他者に自信をもって伝えられるようになるには、安心できる特別支援学級でロールプレイング等疑似体験を積み重ねることが有効なことを理解できた。</p>
4 課題に対する方略を選択し、調整することについて	
<p>D ●これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○不安を和らげるための調整(安心するまで練習する、精神状態に応じてその場で発表場所を選択する)を自分で行った。 ●発表は、慣れた場所でないといけない。</p>
5 振り返って新たな学習を進めることについて	
<p>D ●これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○教師との対話を通してこれまでの学習を振り返り、自分の成長に気付くことができた。 ●自分で方略を選択、調整できるようになるには練習が必要である。</p>

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をやっていったかみていきましょう。



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分を知るために比べてみよう」 実施時期：10月

問題解決

①自己チェック	②
いろいろな状況の中から	1
困ったときにどうしていいかわからない	5
トラブルが起きたとき、うまく解決できない	5

困ったときにどうしていいかわからない。

図5

感情のコントロール

①自己チェック	②
嫌なことがあるとそのことばかり考えてしまう	1
感情があふれ出してコントロールするのが難しい	1
不安などのプレッシャーの中でやるべきことを進められない	1
何かを我慢することが難しい	1
怒りや悲しみをコントロールすることが難しい	1

我慢することはできるよ。

図6

自己コントロール

①自己チェック	②
文章で書かれたマニュアルがあると安心する	5

マニュアルがあると安心。

図7

目的

- ・神経心理ピラミッド・チェックリストを用いて、自分をさらに詳しく知る。

実施方法

- ①各質問項目に対して、当てはまる内容を選択する。
(Yes のときは「5」、No のときは「1」)
- ②チェックした項目で本人の強みや課題となる点を見付ける。
- ③教師や友達とその項目について話し合う。

生徒の反応

- 意欲、実行機能、コミュニケーション、問題解決力、セルフモニタリング力、自己コントロール力が難しいと回答していた。「困ったときにどうしたらよいかわからない。(図5)」「自分ではできると思ったのにできないことが多い。(図6)等。」また、「どのように助けを求めたらよいか分からない。」という言葉を口にしていた。
- 「感情をコントロールする。」や「マニュアルがあると安心する。」の項目は得意と回答していた。(図7)また、情報処理の項目では、「どっちかという、順番通りにやる方がいい。」と話していた。
- 支援を受けることなく一人で回答することができた。時折、「うん、うん。」と頷き、自分の行動や考えを確かめるような仕草をしていた。



○保護者から聞いた本人の声

「自分はいろいろ選べるのがいい。無理矢理じゃなくて、自分で決められるのがいい。」と言っていました。自分で想像して書くより、選択肢がある方が安心するのかもしれませんが。

○教師の声

自分の得意・不得意なことについて、よく理解しているみたい。やりたいことがあるのに、それをうまく表現できないから、解決出来ず困っているのかもしれない。選択肢から選ぶことは、本人もできると分かっているので、自分の気持ちを伝える方法として活用してみよう。

また、マニュアルがあると覚えやすいという強みを生かしたいな。本人が自信をもってできるように、手順が載っているソーシャルスキルトレーニングを取り入れてみよう。



○教師の声

自分のことを理解しているように見えても、その時の精神状態で過大評価するときもあるな。不安になると、体調にも影響してしまうし…。今までは、安心する人達に囲まれていたけど、高校進学に向けて面接もあるし、初めて会う人の前でも話せるようになりたいと思いはじめているみたい。



○本人からの声

【夏季休業中の面談にて】 高校受検では、面接が一番心配…。初めての場所に行けるのか、行けても初めて会う人と話せるのか…。

【夏の高校見学の後の振り返り】(トイレに行きたいことを)言えなかった。言えたらよかった。

自分のよさや課題について理解を深めるなかで、困っていることを伝えたいと思ったのですね。そのためには、どのような方略をとったらよいか、課題にたいする方略の理解を深めていきましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「初めて行く場所で自分の気持ちを伝えよう」 実施時期：10月

＜伝え方のポイント＞

- ① 相手の顔を見る
- ② 相手に聞こえる大きさの声で話す
- ③ 相手の顔や表情の色を調べる

相手の顔を見て何を伝えたいかを話すことが大事だと分かった。

2. ポイントを意識して練習してみよう

まとめ
相手の顔を見て何を伝えたいかを話すことが大事だと分かった。

図8

練習場面①
高校見学で体調が悪くなり、休ませてもらいたいと係の先生に伝えるとき

A:「(どうしよう、ちょっとお腹が痛くなってきたかも・・・)」

先生:「(次は、保健室へ移動になります。)(係の先生が自分の方へ近づいてきました)」

A:「(お腹痛い、体調が悪いので休みたいです)」

先生:「(わかりました。休める場所にご案内します)」

A:「(あー、よかった)」

すみません。体調が悪いので休みたいです。

図9

目的

- ・困った場面での対処法を考え、気持ちを伝えるスキルを身に付ける。
- ・実際に起きそうな具体的な場面を設定することで、より自分事として課題に取り組むことができるようにする。

実施方法

- ① 気持ちを伝え際に重要な点を確認し、自分が特に意識したい内容を決める。(図8)
- ② 自分が取り組みたい練習場面を選択する。
- ③ 場面を想定したシナリオを作成し、練習をした上で実際に行く。
- ④ よかったところを生徒同士で、伝え合う。

生徒の反応

- 今まで学んだことを振り返ることで、気持ちを伝えるためには、相手を見たり、相手に聞こえる大ききで話したりすることが大切と答えた。
- 高校見学など、慣れない場所で気持ちを伝える場面を迷わず選択した。伝えたいことは何かを考え、教師とシナリオを作成した。(図9)
- 緊張しながらも、作成したシナリオを見ながら、気持ちを伝えた。

○教師の声

高校見学で言えなかったことを、今回は伝えることができた。自立活動で色々な場面を練習して、自信をもってもらいたいな。生徒Eは我慢強く、繰り返し練習することができる。苦手な内容であっても取り組むところが素晴らしい。



○本人からの声

自分の教室だと、安心して言える。高校見学では言えなかったけど、今日できてよかった。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「こんなときはどうする?相談してみよう」 実施時期：11月

2. ポイントを意識して練習してみよう

まとめ
相手に聞こえる声で話すと上手に相談できる。

図10

相談したいことがあるのですが、今相談してもいいですか。

先生:「大丈夫ですよ。どうしましたか?」

A:「最近Bさんに、言いかけてばかりで、(大層な)おやめです。」

今、相談してもいいですか。

伝え方のポイント	自己評価
① 相手の顔(タイミング)を見る	<input type="radio"/>
② 相手に聞こえる大きさの声で話す	<input type="radio"/>
③ 「相談したいことがあるのですが」と前置きしてから話す	<input type="radio"/>
④ 相談したいことを具体的に伝える	<input type="radio"/>
⑤ 数語に「ありがとうございます」とお礼を伝える	<input type="radio"/>

図11

目的

- ・人に話しかけるタイミングや声の大きさ、手順等、気を付けるポイントを項目ごとに理解する。

実施方法

- ① お手本の行動を見て、相談する際の流れや具体的なイメージをもつ。相手に相談するとき、大切にすべき点について考える。(図10)
- ② 自分の課題にあった練習場面を選択する。
- ③ 相談する場面や相談相手を考え、シナリオを作成し、練習をする。
- ④ よかったところを生徒同士で伝え合う。

生徒の反応

- どのように話すと相手に伝わるかを考えてほしかったが、「他者に話しかけること=相談できた」と判断している様子だった。
- 発表後の自己評価にはすべて○を付けた。具体的な手順があると、苦手なことにも取り組みそうだと自信をもちつつある。(図11)

○保護者からの声

主治医から「質問した時の受け答えが、以前よりしっかりとしていました。自分の言葉で話すことができました。」と話がありました。学校での練習の成果だと思っています。

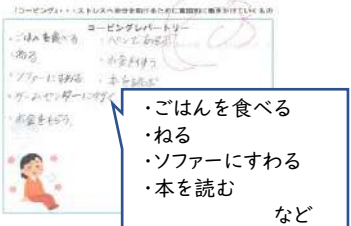


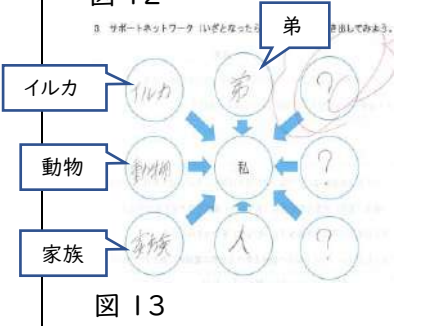
○教師の声

病院は、安心できる学校以外なのに、自分について答えられるようになってすごい! ロールプレイングで気持ちを伝える体験を積み重ねたことが、成長に繋がっているかも。



【③課題に対する方略の理解について】

<p>○自立活動「ストレス解消法をもっともっと増やそう」</p> <p style="text-align: right;">実施時期：11月</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;">  <p>図 12</p> </div> <div style="width: 50%; padding-left: 10px;"> <p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスの背景を考え、解消法となる行動を考える。 ・困った時に頼れる人がいることに気付く。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①自分の感じているストレスを書き出す。 ②自分が頼れる人を書き出し、サポートネットワークを作成する。 ③自分をほめる言葉、労う言葉を考え、言ってみる。 <p>生徒の反応</p> <p>○ストレスに対処するための行動を、選択肢を見て書いた。(図 12)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●現在感じているストレスについて言葉にすることができなかったが、教師との対話の中で、「う～ん。勉強。」と言いながら記入した。 ●今後起きる環境の変化については、理解していないようであった。 ●頼れる人は全く書くことができなかった。「自分の気持ちを話せる人いるかな。」と問いかけると家族を書いた。(図 13) </div> </div>
---	--




○教師の声
 選択肢があると安心するのかもしれない。家族以外「頼れる人」がいないと答える生徒 E が、周囲で人に頼るのは難しいことなんだ、改めて感じた。他者との関わりを少しずつ広げる必要があるな。具体的にイメージできないと、練習内容が実践に繋がらないかもしれない。

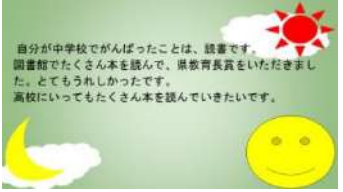


○教師の声(11月の保護者面談や教育相談から)
 高校受験に向けた面接練習を早めに始めたいことや受験をする際、自分にはどのような配慮が必要か知りたいと感じていることが分かった。不安を和らげるために受験を意識した活動も行おう。

安心できる環境であれば、自分の気持ちを伝えることができると感じ始めたようですね。安心するまで繰り返し練習することが、自分に合った方略だと実感しているようです。実際に調整してみましょう。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

<p>○自立活動「交流会で自己PRをしてみよう」</p> <p style="text-align: right;">実施時期：11月</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;">  <p>図 14</p> </div> <div style="width: 50%; padding-left: 10px;"> <p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・慣れていない相手や場所でも自己紹介ができるようにする。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①伝えたい内容を考え自己紹介スライドを作成する。(図 14) ②安心して発表できるように、教室の立ち位置を複数から選択する。 ③発表を聞き、互いによかったところを伝え合う。 <p>生徒の反応</p> <p>○緊張せず発表できるようになりたいと、何度も繰り返し練習した。</p> <p>○直前に慣れない場所での自己紹介に不安を感じ動けなくなったが、「ここ(自分の学級)で発表したい。」と答え発表することができた。</p> <p>○自分の教室であればできると判断することができた。</p> <p>○振り返りでは、「最後まで発表した。」と記入した。(図 15)</p> </div> </div>
---	---

自己PRのポイント
 ①顔を上げて相手を見る。
 ②相手に聞こえる大ききさの声で話す。

○教師の声
 慣れない場所に緊張しても、他の方法を選択することができるなんてすごい。選択肢があると、やはり安心して選ぶことができるみたい。





○数学の教師の声

今までは、難しいと感じるとすぐに諦めてしまう姿もありましたが、諦めずに取り組むことが増えましたよ。自分が理解していない内容も、自己分析ができるようになってきました!

【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

○自立活動「自分の成長に気付こう」「新しい出会いに向けて、自分のことを伝える準備をしよう」

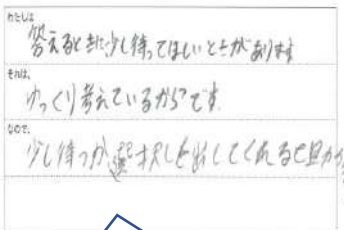
実施時期：1月

過去の自分と現在の自分を比べると、どのような成長があったかな?

1 過去の自分と現在の自分の変化に気付こう。

過去の自分	現在の自分	どんな所が良かった?
発表できなかった	発表できる	よいかかわりがあるように思える(不安がなくなった)
自分の言葉で書く問題が苦手	今ははらひのわが	今もあるけど頑張らなくていいよ

図 16



わたしは答えるときに少し待ってほしいときがあります。それはゆっくり考えているからです。なので、少し待つか選択しを出してくれると助かります。

図 17

目的

- ・過去の自分と現在の自分を比べて、変化に気付く。
- ・自分にとって必要な支援を伝えることができるようにする。

実施方法

- ①前は苦手だったけどできるようになったことを記入する。(図 16)
- ②セルフアドボカシースキルの必要性について知る。
- ③自分の苦手なことや必要な支援を伝える「自分のことを伝えようシート」を見本を参考にして記入する。
- ④「伝えるポイント」を確認して、伝える人や場面を想定して練習する。

生徒の反応

- ワークシートを見比べることで、自分の成長を視覚的に気付いた。
- 人から質問された際は、「少し待つ。」か「選択肢を出してほしい。」と答えた。どうすると自分の気持ちを出出できるのか理解している。(図 17)
- 教師との対話を通して、自分が苦手なことを相手に伝えることは、自分を分かってもらえることになり、これからの新しい出会いにも前向きに考えることができた。
- ロールプレイングでは、自信をもって自分のことを伝えた。
- できなかった課題をどのように解決したのか、用いた方略を分析することは難しいようであった。「不安が少なくなった」ことに気付くことはできた。



○本人からの声

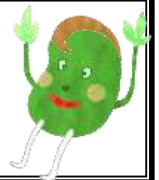
前回の自己紹介は、予定した場所では発表できなかった。でも、自分で選んだ場所にしたから、みんなの前で発表できた。よかった。他の人にも、自分のこと(配慮してほしいこと)を知ってもらいたい。知ってもらえたら、高校でも頑張れるかも。

○教師の声

過去の自分と比べて、成長を実感することはできた。どのような方略が効果的だったのかは、時間が経過すると忘れてしまうので、繰り返し学習する必要があるな。



人前で話すことに緊張してしまった時に、「場所を変えればできそう!」と判断し、それを伝えることができたことは素晴らしいことです。この行動の調整を続けてみましょう。



【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○学びのシート、私の履歴書		実施時期：1月～
	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 生徒自身が行動の調整を行いながら、課題解決に取り組むことができるようにする。 振り返り、新たな学習を進める。 <p>使用方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①目標を決めて、達成するための自分の作戦を考える。 ②自分の作戦がどうだったか振り返りをして次の目標を決める。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自分の成長したところを見付けるために、「今までのワークシートをみかえて見つけてみよう。」と作戦を考えることができた。これまでの自立活動での学びを振り返ると、課題が解決することが分かり、次の学習への意欲が見られた。(図18) ○「私の履歴書」には「(将来の夢) 絵を描く仕事か、ゲームに関する仕事がしたい!」と書き、自分の将来に期待している様子だった。自分の自画像のところには「にこにこした顔」を描いていた。(図19) 	
<p>図18</p>	<p>図19</p> <p>絵をかく仕事か、ゲームに関する仕事をしたい。毎日休まず登校したい。</p>	

○教師の声

本人が一番不安に思っていた受検についても、不安はあるが頑張りたいと話すようになった。面接練習は、1回あたりの時間は短いものの、本人が納得するまで繰り返し取り組んだことで、不安は減ったようだった。

将来の夢についての作文は、最初は1～2行書くのがやっとだったが、繰り返し書いたことで、2月には400字を50分で書き上げるようになった。受検直前には、「作文は大丈夫」と答えるようになった。また、卒業文集も時間はかかったが、一人で完成させることができた。



○他の教師の声

あんなに生徒Eが自分のことを話すことができるようになるなんてびっくりしました。面接練習では、予定していた質問以外の内容にも自分で考えながら答えていましたよ。

○教師の声

国語科の教師にも、自分の考えを伝えることができるようになってきたな。でも、受検日が近づくにつれて、学級の雰囲気が張りつめるなど、些細な変化で不安を感じる姿が多くなった。どのような状況においても、その都度方略を選択、調整できるようになるためには練習が必要だな。



○本人からの声

途中、体調が悪くなったけど、言えなかった。でも、休み時間に水筒を飲んで、頑張った。面接は、答えられない質問もあったけど、頑張って話した。練習したからできたんだと思う。

○教師の声

体調が悪くなったときに、援助要請することができなかった。しかし、最後まで受検を乗り切ることができて、大きな自信に繋がったようだ。

面接後の後輩へのアドバイスには「とにかく話す。」と書いてあった。他者との関わりを苦手としていた生徒Eが、練習していれば、なんとかなると話していたのが印象的だった。



成果と課題

【成果】

- 中学3年生という進路を考える時期だったため、将来なりたい姿をより具体的に考えることができた。受検時や進路先など、新しい環境で自分の気持ちを伝えることの必要感をより強く実感することで、現在の自分に必要なことは何かを自分事として捉えることができた。
- 安心するためには、場面を想定したロールプレイ等疑似体験を繰り返し行うことが効果的だと自分で気づき、自分に合った方略として用いた。我慢強く取り組める強みを生かし、何度も取り組んだことで、せいごう体験を積むことができた。
- イメージできないことも不安につながっていたが、具体的な場面を設定したことで、慣れていない人との交流もやってみようと思うことができた。
- 安心した環境である学校生活や他の教科の授業では、自分はどこまでならできると考え、自己決定し、行動を調整できる場面が増えた。
- 自分の成長に気づき、自信がもてたことで、不安だった高校生活に対しても、「友達に伝えたい。」や「勉強頑張りたい。」などの思いをもつことができた。

【課題】

- 自分で方略を選択、調整することができるようになってきたが、新しい環境の中で行うためには、さらに練習を行い、場面に応じた方略を用いた行動の調整が必要になることが考えられる。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態 (R5.9.13)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態 (R6.3.11)



自分に合った方略を見つけることができましたね。様々な場面で生かすことができそうですね。



「学びに向かう力」を育てるためには…

「学びに向かう力」を育てるためには…

学ぼうとする意欲をもつには、将来の希望は必要だろうな。まずは、日々の生活に、少しでも希望をもつところからでもいい。本人が自覚している「繰り返し＝安心につなげることができる」という強みを生かして、進路に向けた面接練習を活用しよう。自分のよさを繰り返し表現すると、実感がもてるようになるかな。

また、友達などまわりの声から自分の姿を捉えることも自分の理解につながるな。自分に合った方略を教師と一緒に考えて選択し、重ねることで、行動を調整するといった、「学びに向かう力」が育まれるのではないかな。



目指す生徒の姿

自分の強み

実際にやってみたことは理解できる

を理解し、物事をポジティブに捉える機会を増やす。

自分の課題

一人では嫌なことばかり考えてしまい、気持ちを切り替えられない

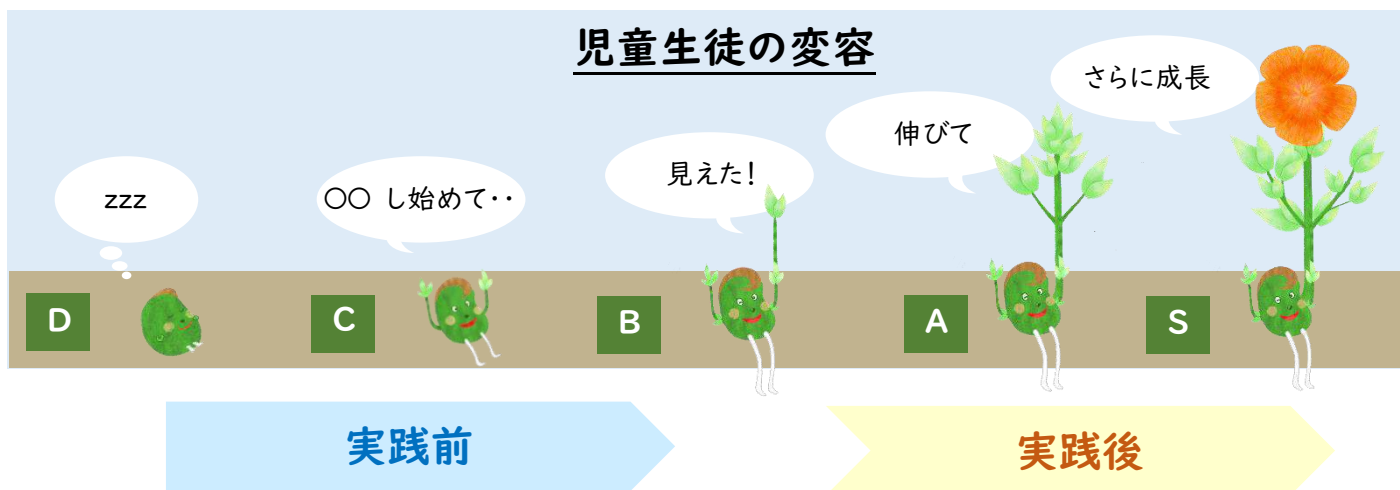
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

肯定的に考える、状況に応じて他者に頼る

を教師の支援を受けて選択し、生活しやすいよう行動を自分で調整しようとする。

児童生徒の変容



1 自分のよさや強みの理解について	
<p>C ○好きなものは言葉で表出する。 ●自分の良いところは答えられない。</p>	<p>B ○友達や教師から聞いたり、自分の頑張りを認めたりする活動を通して、自分にもよいところがあると気付き始めている。</p>
2 自分の課題の理解について	
<p>C ○先を見通すことが苦手であることは自覚している。 ●どうして将来について考えられないのかは、現在は考えたくない。</p>	<p>A ○情緒不安定になると何もやる気にならないことが解決すべき自分の課題だと理解している。 ○自分が物事を肯定的に捉えられないことや見通しがもてないと不安になりやすいことも理解している。</p>
3 課題に対する方略の理解について	
<p>D ●これまで考えたことがない。</p>	<p>B ○情緒を安定させるために自分を肯定的に捉えることが重要だと理解し始めている。 ○一人で解決することが難しい時には、教師を頼るという方略があることも理解し始めている。</p>
4 課題に対する方略を選択し、調整することについて	
<p>D ●これまで考えたことがない。</p>	<p>C ○情緒を安定させるために自分に合った方略を(教師に聞くことで解決する)教師と一緒に選ぶ姿が見られ始めている。 ●頭では課題を解決したいと思っているが、方略について考える余裕がないことが多い。</p>
5 振り返って新たな学習を進めることについて	
<p>D ●これまで考えたことがない。</p>	<p>C ○教師と一緒に目標や方略を考え課題を解決しようとする姿が見られ始めている。 ●気持ちが安定せず、継続して活動に取り組むことが難しい。</p>

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



研究の実践

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分データづくり」

実施時期：9月

④	今の自分で一番誇りたいところは？	性格・ルックス・性格・学力 その他()
⑤	今の自分の好きなところは？	
⑥	今の自分の嫌いなところは？	
⑦	5年後の自分は可成りしている？何をしたい？	ニート
	(5年後の自分は何かをしている？)	ニート
	素直としたら？	
⑧	ここには何をしに来たかと思いませんか？	

図1

目的

- ・自分の好きなことや苦手なことに関する理解度を高める。

実施方法

- ・自分の好きなもの、苦手なもの、自分の性格や考え方について、当てはまることを選択して書く。

生徒の反応

- 好きなものや苦手なものについては、すらすら記入した。
- 5年後は何をしているか等、将来に関する項目では、「う〜ん。何もしていないと思う。」とつぶやき、自分の姿が想像できず、具体的な内容は書くことができなかった。(図1)
- 性格については、語彙の意味が分からず選べなかった。

○教師の声

将来については、本人の様々な背景もあり、考えたくないと思っている様子。自己肯定感の低さにも繋がっているのだろうな。

自分のよさや強みに気づき、自分を受け入れられるとよいのだけれど…。



【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「自分の性格は？友達から見た自分は？-ジョハリの窓-」

実施時期：9月

自分の性格は？

生徒Fが書いた自分の性格

面白い
聞き上手

図2

友達からもらったカード

積極的 真面目 優しい
きちよう面 ユニークな 明るい
聞き上手 話し上手 優しい

積極的 真面目 優しい
きちよう面 ユニークな 明るい
聞き上手 話し上手 優しい

図3

目的

- ・自分のよさや強みについて気づき、自分を見つめることを対する抵抗感を減らすことができるようにする。
- ・友達の考えを聞くことで、他者と自分の認識は異なることもあるということを理解し、自分のよさを改めて考えることができるようにする。

実施方法

- ①性格を表す10個の選択肢から、自分に当てはまる表現を選択する。
- ②同様に友達に当てはまる表現を選択し、相手に渡しなが、良い面を伝える。
- ③自分で選んだカード、友達から渡されたカードを分類する。

生徒の反応

- 最初は自分のよさは「この中にはないかも。」と選択することをためらっていたが、「おもしろい」「聞き上手」の2つを選択した。(図2)
- 友達からは「優しい」「話し上手」等の自分が予想した以上のカードを渡され、嬉しそうだった。振り返りでは「意外とあった。うれしかった。」と記入していた。(図3)

○教師の声

生徒Fは語彙も少ないためか、自分のよさは表現できなかったが、カードで選ぶのは楽しんでできていた。実際にカードが集まることで、自分にはよいところがたくさんあることを実感できたみたい。他者との関わりから、自分のよさに気付かせていきたいな。



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自己PRをしてみよう」 実施時期：10月

私ががんばったことは歌やギターのれんしゅうをした事です。1回1回れんしゅうをがんばったり練習の成果を先生に発表したりしました。すごくほめられうれしかったです。

図 4

目的

- ・これまで頑張ってきたことを、言葉や文章で書くことで、自分のよさを考えたり認めたりする。

使用方法

- ①中学校生活でこれまでに取り組んできたことを書く。
- ②その経験から学んだことや、感じたこと得たことを書く。
- ③①と②を合わせてPR文を作成し、発表する。

生徒の反応

- 学校で頑張ったことは書くことができなかった。
- 家で頑張っていることでもいいと伝えると、記入し始めた。
- 友達から、「ギター上手だった。」と言ってもらい、付け加えた。(図4)
- 「難しい。」と呟きながらも「先生、これはどうですか。」と質問することができた。教師との対話の中で、忘れていたエピソードも思い出した。

○教師の声

友達の声で、自分にもよいところがあると少し気付いたかな? 将来のことを考えられないのは、今の自分を受け入れられないことと関係があるのかもしれない。

○本人からの声

頑張ったことなんてないと思っていたけど、自分にも頑張ったことがあった。友達や先生が褒めてくれたことを思い出して、うれしい。

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分を知るために比べてみよう」 実施時期：10月

困った時にどうしていいかわからない

まずは自分で実際にやってみる、体験重視のタイプだ

図 5

※目的や使用方法は、事例5「自分を知るためにくらべてみよう」を参照

生徒の反応

- 問題解決力やコミュニケーション能力が低いと回答していた。先を見通すことが苦手なことや、どのように助けを求めたらよいか分からないと話した。
- 体を動かすなど、自分で実際にやったりすることで理解が深まる体験重視のタイプだと気付いた。(図5)
- 自分にはできないと回答する項目が多かった。
- 嫌なことばかり考えてしまい、不安があるとやるべきことがきちんとできないと回答した。

自分の強みが「聞いて理解することが得意。」「実際に体験すると理解が深まる」だと自覚しているようです。これを生かした方略を考えていきましょう。将来の自分の姿もイメージできるとよいですね。

【③課題に対する方略の理解について】

○総合的な学習の時間「将来をデザインしよう」 実施時期：10月

目的 ・自分の将来なりたたい姿を考えることで、どのような課題があるか理解できるようにする。

実施方法 ・自分の将来の姿を想像して「○年後の自分」というテーマで絵や文章でまとめる。

生徒の反応

●最初は5年後以降全く書くことができなかった。「思いつかなかった。30歳のころは生きていないかもしれない。」とつぶやいた。その後の意見交換で、友達が「〇歳になってもずっと鹿嶋に住んでいる。」などの話をすると、「私は違うところに住んでいるかも。」と話し始め、授業の最後には「メンタルを強くする。」「健康になる。」という将来に向けて、今やりたいことについて話すことができた。



○本人からの声

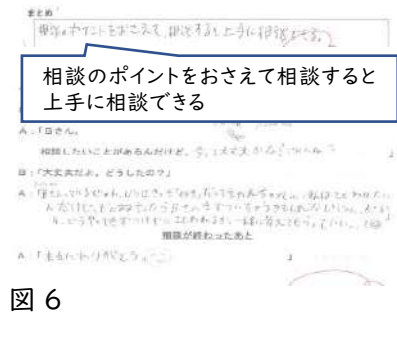
将来について思いつかなかったけど、みんなと話していたら書けた。友達と話したり、先生に聞いてもらえたりすると、自分のことについて考えられるかもしれないな。

○教師の声

将来について一人で考えることは難しくても、他の生徒と意見交換をしたり、教師の問いに答えたりするうちに、表情が和らいでいったな。意見も少しずつ前向きになってきた感じがする。他者との関わりにより、自分のことを否定的に見ることが減ったのだろうな。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「こんなときはどうする？相談してみよう」	実施時期：11月
 <p>相談のポイントをおさえて相談すると上手に相談できる</p> <p>図 6</p>	<p>※目的と使用方法は、事例5「こんなときはどうする？相談してみよう」を参照</p> <p>生徒の反応</p> <p>○意欲的にロールプレイングを行うことができた。以前は「困っていても相談することができない。」と言っていたが、まとめでは「相談するポイントを押さえて相談すると、上手に相談できる。」と記入していた。(図6)</p> <p>○友達から、考えたシナリオの内容やロールプレイングで上手に伝えられていたと称賛されたことが大変嬉しい様子であった。</p>

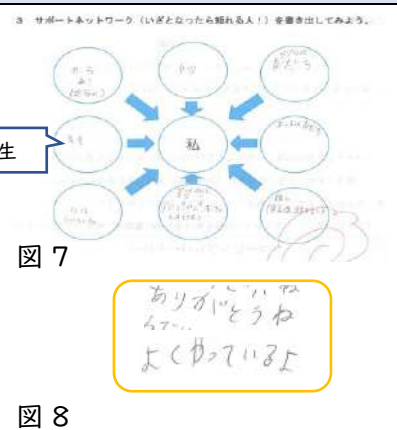
○教師の声

ロールプレイングは生徒Fに合った方略なのだろう。実際に体験できるし、友達から称賛されると、自分を肯定的に捉えることができる。それが自分を客観的に見ることにつながるのかな。他者との関わりを通して、自分の存在が認められるという経験を増やし、自己肯定感を上げられるように支援していきたい。自分にも頼れる人がいることにも気付いてほしい。



○本人からの声

楽しかった。またやりたい。「Fさん伝えるの上手だったね。」と友達から言われて嬉しかった!

○自立活動「ストレス解消法をもっともっと増やそう」	実施時期：11月
 <p>先生</p> <p>図 7</p> <p>図 8</p>	<p>※目的と使用方法は、事例5「ストレス解消法をもっともっと増やそう」を参照</p> <p>生徒の反応</p> <p>○ストレスでは、「自分のこと」「見た目のこと」を記入していた。学校に行き勉強しなければならないことは理解しているが、それができない自分にストレスを感じているようだった。</p> <p>○頼れる人はなかなか書き出すことができなかったが、「自分の気持ちを話せる人いるかな。」と問いかけると少しずつ書くことができた。(図7)</p> <p>○自分を認める言葉、労う言葉は一人では書き出せず、見本を見て記入した。(図8) 記入しながら、楽しそうに声に出して読んでいた。</p>

○教師の声

頼れる人を具体的に書くことで、他者との繋がりを再認識することができていたな。また、自分を認める言葉を読む時は、「ありがとうね!」「よくやっているよ。」と自分に語りかけるように感情を込めて読んでいたな。肯定的な言葉を発するだけでも嬉しくなるんだろうなあ。





○本人の声

自分にもたくさん頼れる人がいる。自分を認める言葉を言うと、なんだか楽しい気分になった。

【③課題に対する方略の理解について】【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

○自立活動「1日のおわりは自分で自分をほめよう!」		実施時期:9月
目的	・頑張った自分を認める経験を増やすことで、自分自身を肯定的に認めることができるようにする。	
実施方法	・1日の振り返りとして、自分が頑張ったことや良かったことを毎日書く。	
生徒の反応	○始めたころは、「ほめることなんてない」と言っていたが、毎日続けていくと「今日も遅刻しちゃった・・・。」から「今日は、給食前に来れた」に変化がみられた。同じ行動でも視点を変えて、前向きに考えられるようになってきた。	



○本人からの声

みんなはもっと頑張っているけど、このくらいで頑張ってるにしているのかな。でも振り返りを書いているときに、「そうだね。今日は〇〇が頑張れたね。」と言われると、それでいいって思えてきた。

○教師の声

自分を認めることに限定した振り返りを続けたことで、自分を肯定的に観察する力がついてきた。情緒が不安定なときは、「先生、私、今日良いところありましたか?」と聞く時もあったな。自分で分からない時は、教師に聞いて解決するようにしているな。これは、情緒を安定させるために、自分に合った方略を選択しているということだろうか。



(本人の様子)

- ・物事を肯定的に考えると、自分にとってもよいことを理解し、信頼している大人にだったら相談することが多くなってきた。担任教師に相談すると、自分の悩みが解決したり、気持ちが軽くなったりことに気づき、それを方略として選択できるようになってきた。
- また、自分の悩みに応じて、相談する相手も選択できるようになってきた。
(スクールカウンセラーには家族のこと、図書館司書には将来のことや自分に興味のある仕事に関する本を選んでもらう、ハローワークの職員には仕事のこと。)
- ・将来について見通しがもてず、不安であったことが、頼れる人が担任や担当学年の教師以外にも広がっていったことで、「今の自分でも何とかなりそう。」と希望をもてるようになってきた。

○教師の声

自分を肯定的に考えたいと思っている反面、中学校卒業後の進路に見通しがもてず情緒が安定しない日々が続いていた。気持ちが変わってきたのは、11月後半の面談あたり。就職の方向で進むことになり、落ち着いた生活が送れるようになってきた。
これから自分の将来にも、楽しいことがきっとある! と希望をもってもらいたい。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】


○自立活動「後輩のみんなへメッセージを送ろう」		実施時期:12月
 <p>図9</p>	目的	・1、2年生に、アドバイスを含めたメッセージを送る活動を通して、自分の中学校生活を振り返り、成長を感じられるようにする。
	実施方法	①学習、生活、友達関係、部活等の項目ごとに、自分のことを振り返る。 ②振り返ったことを基に、後輩に伝えたいことをイラストや文でまとめる。 ③1枚にまとめて1、2年生の教室にメッセージを届ける。(図9) ④1、2年生から、3年生に励ましのメッセージをもらう。(図10)



図 10

生徒の反応

- 自分自身の学習に関する振り返りの欄は「むりだった」と書いたが、後輩へのメッセージは前向きな内容を書こうと努力する姿が見られた。他の生徒や教師と「どんなアドバイスがいいかな。」と話した後で、「毎日じゃなくてもいいから、無理しないでいいから勉強(自習)は必ずしよう。」と記入していた。
- メッセージに「後悔するよ。私みたいなやつになっちゃうよ。」と否定的なことも書いていたが、「去年、先輩からアドバイスもらいましたよね。もうそんな時期なんだ。」と楽しそうに話しながら、書き進めていた。

○教師の声

「誰に渡すんですか。」と話をするうちに、徐々に元気になってきて、最後まで取り組めた。「後輩のために何かしてあげたい。」という気持ちが、やる気にさせたんだろうな。「毎日じゃなくてもいいから、無理しないでいいから。」は、生徒 F が自分に向けた言葉に感じるな……。「今のままの自分でいいのかな。」と思えるようになってきたのかもしれない。



○1、2年生の特別支援学級担当者の声

先輩からのメッセージをみんなとても喜んでいました。「毎日じゃなくてもいい。無理しないでいいから。」の言葉に励まされた生徒もいました。今までは生徒 F は学習について意欲的な発言は少なかったのに、勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。

○他の教科の教師の声(英語や社会の授業)

今までは声をかけても、体を伏せて学習に取り組もうとしない時が多かったのですが、最近では興味のある分野で発言したり、ワークに取り組んだりする様子が見られ始めました。分からないことがあった時には、質問もしていますよ。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】 【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「自分の成長に気付こう」「新しい出会いに向けて、自分のことを伝える準備をしよう」

実施時期：1月

1 過去の自分と現在の自分の変化に気付こう。

過去の自分	現在の自分	どんな所が良かった?
3年生の時は学習に気が向かなかったけど、3年生になりワークなどを自分から進めるようになった。	2年生の時は学習に気が向かなかったけど、3年生になりワークなどを自分から進めるようになった。	自分から進めるようになった。
2年生の時は、勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。	2年生の時は、勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。	勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。
2年生、3年生の時は、勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。	2年生、3年生の時は、勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。	勉強は必ずしようと言われたアドバイスがされていて、印象的でした。

図 11

図 12

※目的と使用方法は、事例5「自分の成長に気付こう」「新しい出会いに向けて、自分のことを伝える準備をしよう」を参照

生徒の反応

- 学習面について、前回(12月)は「むりだった。」と答えたが、今回は「2年生の時は学習に気が向かなかったけど、3年生になりワークなどを自分から進めるようになった。」と自分の成長に気付いた。(図 11)
- 自分の苦手なことを相手に理解してもらうことが、情緒の安定につながることに気づき、活動に意欲的に取り組んだ。
- 自分が配慮してもらいたい内容については、自分自身で書くことができた。カードにいつもより丁寧な字で清書していた。(図 12)
- 友達と違う進路を選択することを悲観的に考える時もあったが、自分の状況にあった「職場の方に伝える」場面を選択することができた。



○本人からの声

(自分に必要な支援を伝えることが)全部できた!就職の面接でもできると思う。

ロールプレイングという方略を用いて、配慮して欲しいことを伝える練習を重ねたことは、自信につながったようですね。働く姿もイメージでき、気持ちが少しずつ前向きになってきたようです。



【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】


○学びのシート、自分の成長を見つける	実施時期：1月～
	<p>※目的と使用方法は、事例5「学びのシート」を参照</p> <p>生徒の反応</p> <p>○学びのシートのめあてを「自分の成長を2つ見つける」と自分で設定して書いた。方略は「先生とお話して見つけてみよう」にした。自分一人で取り組むのが難しい時には、教師との対話を通して課題を解決するなど、状況に合わせて行動を調整する姿が増えた。(図13)</p>

図 13

○本人の様子： ハローワークの職員の方との面談(1月下旬)

- 勤務条件の希望を話す場面で、配慮してもらいたい内容を伝えることができた。自立活動で行った内容が実践できたようである。また、分からないことがあったときに、積極的に質問することができていた。仕事をするのに前向きに考えている様子が、その後学校生活でも見られるようになった。



○本人からの声
 本当は高校へ行きたい気持ちもまだある。でも、今はまず仕事を頑張っ、どうしても高校へ行きたくなったらそのときに考えようと思う。やってみたい仕事もあるし。

○教師の声
 配慮してほしいことを本人が伝えると決めたことから、自分のことを正確に知ってもらい、しっかりと仕事をしていきたいという思いを感じた。分からないことを積極的に質問したことからも、就職することを前向きに捉え始めているみたい!



成果と課題

【成果】

- 教師との対話や自分の頑張りを認める活動を継続することで、自分にもよいところがあると自覚するようになった。他者との比較でなく、過去の自分と今の自分を比較するようになった。自分のことを肯定的に捉えられるようになったことで、将来についても前向きに考え始める姿が見られた。
- 一人で解決が難しい問題でも、方略を用いると解決できることに気付いた。
- 自分のことを伝える活動を繰り返し行ったことで、自分が配慮してほしいことについて、自分で考えたり判断したりするようになった。また実際に教師以外の人にも伝えることができた。
- 情緒が安定してきたことで、学習へも前向きに考えられるようになり取り組むことができた。

【課題】

- 生徒 F が安心できる環境が見付かるとよいが、自分の希望通りに行かなかった場合に、どのように対応をしていけば良いかを一人で考えることは難しい。
- 情緒不安定になる背景が、本人の力では変えることができない要因であることから、現在の情緒や自己肯定感の状態を維持することが難しい。
- 中学校を卒業後、友達や相談できる人、援助要請できる機関との繋がりを、一人で自分から求めることが難しく、継続した支援が必要である。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践前の実態(R5.9.13)				



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践後の実態(R6.3.11)				

最初は将来について考えたくなかった生徒Fが、誠意をもって働くようになるようになったのですね。就職先に、自分のことを伝える必要があることに気付いたのは心の成長ですね。





「学びに向かう力」を育てるためには…

自己肯定感が低く、自分を見つめる活動を嫌がりそうだな。楽しみながら少しずつ自分のよさに気付けるとよいのだが。

自信があることは前向きに取り組むから、何か達成感を感じることがあれば、それがきっかけとなって、前向きに学習課題に取り組めるようになるのではないかな。

それを続けていくと、粘り強さや自分の行動をコントロールするといった、「学びの力」が育まれるのではないかな。



目指す生徒の姿

自分の強み

好きなことに集中することができる

を理解し、その強みを生かして自分で集中できる心の状態をつくろうとする。

自分の課題

気が散りやすく課題に取り組めない、友達を冷やかす

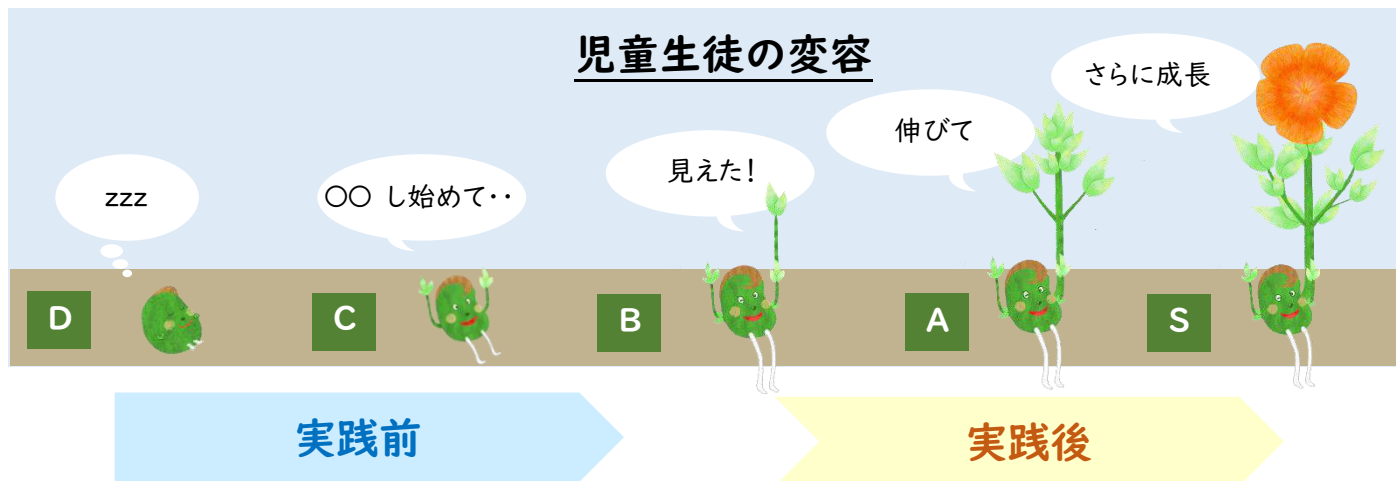
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

心を落ち着かせ集中して課題に取り組むための方法を選択する

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



1 自分のよさや強みの理解について

B ○好きなものは言葉で表出する。
●内面について言葉で表出できない。

A ○「集中力がある」ことを自分の強みと捉え、部活動だけでなく学習面でも発揮しようとしている。

2 自分の課題の理解について

B ○「悪口を言うところかな。」と言葉にするなど、自覚はしている様子。
●なぜその行動をしてしまうかについては理解していない。

A ○衝動的に友達を冷やかしてしまうことを自分の課題と理解し、相手の気持ちを考えた行動が大切と考えるようになった。
○気が散りやすいことが自分の課題と理解している。

3 課題に対する方略の理解について

D ●これまで考えたことがない。

B ○自分のやるべき学習課題に集中するための方略を複数理解している。
●友達からちょっかいを出された時の方略に関する学習はまだ行っていない。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

D ●これまで考えたことがない。

A ○衝動的に友達を冷やかすことが減ってきた。
○社会科を中心に、授業の前に、集中するための方略を自分で選択し、一人でその準備をする姿が多く見られる。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

D ●これまで考えたことがない。


B ○集中できる時間を自分で調整するために、タイマーを使おうとするなど、新たな方略を考えて取り組もうとする姿が見られる。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



研究の実践

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「マインドマップをつくらう」	実施時期：9月
	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・現在の自分について、どのように感じているかを知る。 ・紙に書きだすことで頭の中を整理しながら分析する。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①中心に「自分の名前」を書く。 ②テーマ（「得意・好きなこと」、「苦手・嫌いなこと」）からイメージするキーワードを書き出し線でつなぐ。 ③書き出したキーワードから更にイメージされるものを書き足していく。 ※性格など内面を表すキーワードも書くよう促す。 <p>生徒の反応</p> <p>○好きなものや嫌いなものなどは具体的な言葉で書いた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●性格に関する言葉は、数も少なく、「変人」「うるさい人」など否定的な内容だった。書きながら「自分は病気だから普通じゃない。だから支援学級に来ているんだ。」とつぶやいた。(図1)


○教師の声

自分に対して、とても否定的な表現をするな。自己肯定感が低いと「自分に向き合う＝内面を知る」ことを避けてしまうかもしれない。よさに気付くような自己の理解ができるとよいのだが…。語彙も少ないので、自分のよい面を知るためにも言葉の理解も促したいな。



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「自分発見 よさ発見」	実施時期：9月															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>たよりになる</td> <td>聞き上手</td> <td>話し上手</td> <td>誰とでも仲良くできる</td> <td>人の気持ちわかる</td> </tr> <tr> <td>協力者</td> <td>新聞見が良い</td> <td>親切</td> <td>あきらめない</td> <td>前向き</td> </tr> <tr> <td>集中力がある</td> <td>くよくよし</td> <td>何でも興味がある</td> <td>がまん強い</td> <td>最後までやりぬく</td> </tr> </table> 	たよりになる	聞き上手	話し上手	誰とでも仲良くできる	人の気持ちわかる	協力者	新聞見が良い	親切	あきらめない	前向き	集中力がある	くよくよし	何でも興味がある	がまん強い	最後までやりぬく	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のよさや強みについて知る。 ・選択肢から内面を表す言葉を選ぶことで語彙を増やす。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①性格を表す75個の選択肢から、自分にあてはまる言葉を選択する。 ②選んだ項目について生徒同士で共有し、意見交換する。 <p>生徒の反応</p> <p>○最初は自分のよさについて、選択することが難しい様子だったが、「親切」、「あきらめない」、「前向き」など14個の自分のよさを選択した。また、「PCが得意」など、選択肢にはないよさも記述した。</p> <p>○教師が生徒Gの課題と認識していた「集中力」を、自分のよさと答えていた。(図2)「卓球やテニスなど、得意なことや興味のあることであれば集中して取り組むことができる。」と話していた。</p> <p>○友達からも自分では思っていなかったよさについて伝えてもらい、新たな自分のよさを発見することができた。</p>
たよりになる	聞き上手	話し上手	誰とでも仲良くできる	人の気持ちわかる												
協力者	新聞見が良い	親切	あきらめない	前向き												
集中力がある	くよくよし	何でも興味がある	がまん強い	最後までやりぬく												

○教師の声

生徒Gが、自分のことを「集中力がある」と書くとは予想していなかった。日頃の授業中の様子を見る限りでは、集中力はあまりないのかと認識していたのに…。確かに好きなことだったら非常に集中している。「集中力がある」ことを、本人の強みとして意識した学校生活を送るようになるにはどうしたらいいだろう。集中力を生かした理想の姿を具体的にイメージできるようにするために、なりたい将来の理想像を考えてみよう。



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】

<p>○自立活動「10年後の自分に手紙を書こう」</p> <p style="text-align: right;">実施時期：11月</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「自分発見 よさ発見」で気付いた自分のよさや強みについて、より一層理解を深める。 ・よさや強みを生かした将来の理想像をイメージできるようにする。 ・保護者からの手紙を通して、他者から見た自分の姿を理解する。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①保護者からの手紙を読み、今までの学習を通して気付いた自分のよさや強みについて選択肢から選んで書く。 ②選んだ項目を生かして、どのような姿(職業)になりたいか記入する。 ③理想像に近づくために、今どのようなことを頑張っているか記入する。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○手紙を読みながら嬉しそうな表情を浮かべていた。(図3) ○ワークシートに「集中力を生かしてプロ卓球選手になりたい。」と書いた。そのために、現在「部活や家でのトレーニング、勉強や料理を頑張っている。」と自分で考え記入した。(図4)
---	--


学校生活では、部活(卓球)を一生懸命頑張っていますね!! 小学校の頃と(中略)比べ物にならない程真剣に取り組んでいます。

図3

私は、集中力というよさや諦めづらいうよさと努力できるというよさや長所を生かし、将来、プロ卓球選手になりたいと思っています。


図4

○保護者からの声(保護者の手紙より一部抜粋)
 中学校に入学してから、とても頼もしく成長したなと感じています。自慢の息子です。いつもママを助けてくれてありがとう。(中略)これからも色々なことにチャレンジして頑張ってくださいね。一番の味方です。



○教師の声
 本人が自分で感じている「集中力がある」という強みは、保護者の方が感じているものと一緒だった。勇気づけられて生徒Gも本当に嬉しそうだ。この「集中力がある」をキーワードとして実践を進めていくのはどうだろうか。部活動への真剣さを、勉強や普段の授業など他の面にも生かせるようになるといいなあ。自分自身も、もっと生徒Gのことを理解していきたい。

○教師の声
 自分を否定的に捉えていたが、よさに気づき、自分を見つめることは嫌がらなくなってきた。次は、自分の課題について、自分でどう思っているか実態把握をしてみよう。




【②自分の課題の理解について】

<p>○自立活動「自分発見 よさ発見」</p> <p style="text-align: right;">実施時期：9月</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の課題について理解する。 <p>実施方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性格を表す30個の選択肢から、自分にあてはまる表現を選択する。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「すぐに悪口を言うところが課題かもしれない。」と話しており、自分の課題についてはなんとなく理解している様子が見られた。 ○自分の課題について、「おこりっぽい」、「カッとしやすい」、「うるさい」など、14個の課題を選択した。(図5)
---	--

図5

気が散りやすい

○本人からの声
 卓球とかテニスだったら集中できるんだけど、勉強とか先生の話とか、興味がないことになると、気が散っちゃうんだよね~。





○教師の声

卓球以外の場面でも、集中力を発揮したいと思い始めているようだ。生Gは、聞くことに注意を向け続けることが難しいが、特性を考慮した支援方法は何かないだろうか。特別支援教育コーディネーターの先生に相談してみよう。

○特別支援教育コーディネーターの声


ADHDの特性である「集中できない」の背景には、体が勝手に動いてしまい、そのことが聞くことを妨害している可能性があります。聞くことができない習慣が付いてしまった場合、集中することも難しくなることが多いです。「聞くトレーニング」を試してみましようか。



○教師の声

なるほど！聞く力を付けるトレーニングが効果的なのか。試してみよう。その前に、なぜ勉強に集中できないのか更に知りたいな。背景について、もう少し掘り下げてみよう。

【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分の短所や苦手なことを改善しよう」	実施時期：11月
 <p>①勉強することが好きになりたい ②効率のいい勉強方法を考える</p> <p>図6</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の課題について理解を更に深める。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①課題の中から、学習面と生活面において解決したい内容を書く。 ②解決しなければならない課題なのか理由を考える。 ③課題を解決するために、どのような方略をとるべきか考える。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ●生徒Gだけでなく、学級全体が、短所や弱みについて、正面から向き合いたくないという雰囲気だったので、「自分たちのこれからの生活をよりよくするためには、課題と向き合う必要があるのではないかな。」という言葉掛けをしてから取り組んだ。 ○生活面の課題では「悪口を言う。」「暴力をふるう。」、学習面では「勉強が続かない。」「考えることが苦手。」と記入した。自分のことを見つめる活動を継続してきたためか、すぐに記入することができた。 ○「勉強が続かない」理由として、「めんどくさがりだから勉強が続かない。」「効率のいい勉強方法を考える。」「勉強することが好きになりたい。」と話していた。(図6)課題を解決し、志望する高等学校に合格したいという思いがあるとも話していた。

○本人からの声

めんどくさがりだから勉強が続かないんだよなー。効率のいい勉強方法を見つけて、テストの成績を上げたいな。勉強をすることが好きになって、お姉ちゃんと同じ学校に行きたいな～!!




○教師の声

課題について理解を深め、方略について考えようとしてきた。自分に合った勉強方法を見つけていきたい。(この頃から勉強への意識が変わってきた)
学びを深めるには、授業に集中することは欠かせない。「授業中に友達を冷やかすことやちょっかいを出してしまう」ことについて本人はどう感じているのだろうか。

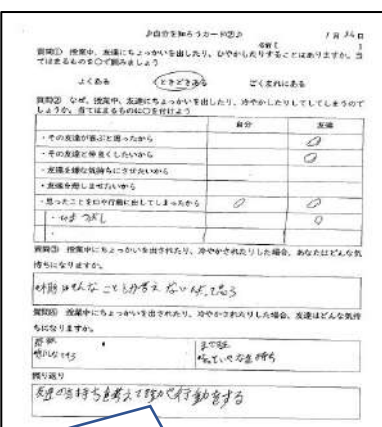


自分の強みを生かした理想の姿をイメージできたおかげか、課題についても前向きに考え始めていますね。次は、課題を解決するための方略について考えていきましょう!



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「なぜ相手を冷やかしたり、ちょっかいを出したりしてしまうのだろうか」 実施時期：1月



友達の気持ちを考えて言動や行動をする

友だちの気持ちを考えて言動や行動をする

図7

目的

- ・相手を冷やかしたりちょっかいを出したりする理由を考え、それに対する方略を見つける。
- ・友達と方略について話し合うことで、複数見つける。

実施方法

- ①自分が友達を冷やかす理由を複数の選択肢の中から選択する。
- ②選んだ理由について友達同士で共有し、意見交換する。
- ③選んだ理由を基に、どのような方略が自分に合っているか記入する。


生徒の反応

○理由を「思ったことを口や行動に出してしまったから。」を選択した。A 自分は我慢や行動の抑止が難しいのだ、ということに気が始めたようだった。

○友達とのトラブルを減らすために、場にふさわしい発言をしたり、相手の気持ちを考えた行動をとったりする重要性について確認した。振り返りでは、「友達の気持ちを考えて言動や行動をする。」との記述が見られ、方略の重要性を感じている様子だった。(図7)

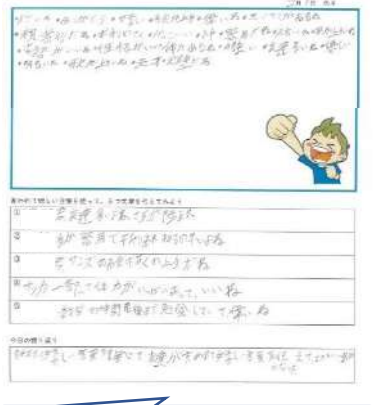
○教師の声

今回の活動では、相手の気持ちを考える重要性を理解したようにようだ。そのためには「相手を思いやる言葉」や「嬉しくなる言葉」とはどのような言葉があるか考え、語彙を増やしてみよう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「言われて嬉しい言葉・嫌な言葉」 実施時期：2月



嬉しい言葉を伝えてとてもいい気分になった

図8

目的

- ・言葉のもつ力について理解を深める。
- ・言葉の使用場面を具体的に理解する。

実施方法

- ①インターネットを活用して、嬉しくなる言葉を探す。
- ②見つけた言葉を使って、相手が嬉しくなる文章を5つ作る。
- ③作った文章を友達と伝え合い、感じたことを話し合う。

生徒の反応

○インターネットから「偉いね。」「絵を描くのが上手だね。」「ありがとう。」など言われて嬉しい言葉を23個見つけ、書き出すことができた。


○見つけた言葉を使って「〇〇君、〇〇の絵描くのが上手だね。」「〇〇君、数学の時間に最後まで勉強していて偉いね。」など、5つの文章を作った。インターネットを用いなくても、「さすが。」「いいね。」といった嬉しい言葉を思い付き、3つの文章を作っていた。

○友達との間で、嬉しい言葉を伝え合う活動を通して、「とてもいい気分になった。」と書いた。(図8)

○本人からの声

○今までの生活の中での自分の言動を振り返ってみて
 ・相手の気持ちを考えないで悪い言葉を使った
 (今までの生活の中での自分の言動を振り返ってみて)相手の気持ちを考えないで悪い言葉を使った

○相手を思いやる上で、これからどのような言動をした方がよいだろうか
 ・木目の気持ちを考えて木から生活をしていき、言葉を選んで生活する







○教師の声

活動を終えてから、生徒Gの言動や行動が変わってきた。以前は相手を傷つける言葉を衝動的に言ったり、気に入らないことがあると、文句を言ったり相手を小突いたりしていたが…。言動や行動に変化が見られてきたので、いよいよ「聞くトレーニング」に挑戦してみよう!

【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「聞くトレーニング」		実施時期：1月～
<p>【脱カトレーニング】</p>  <p>図9</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集中力を高める3つの方略について具体的に理解する。 ○「脱カトレーニング」 ・体の力を抜いてリラックスした上で「聞く」ことに集中する。指示に対して正しく反応したりできるようにする。 ○「数合わせ」、「カルタ取り」 ・聞くことに意識を集中させることができるようにする。 <p>※自立活動の中で毎時間実施することで習慣づけを図る。</p>	
<p>【数合わせ】</p>  <p>図10</p>	<p>実施方法</p> <p>【脱カトレーニング】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①床にマットを敷き仰向けになって寝る姿勢をとる。 ②体を静止する時間(3分程度)を決め、身体を一切動かさないよう教師が指示を出す。動いた場合には動いた体の部位を指摘し、生徒が自分自身で体が動いていることに気付くことができるようにする。 <p>【数合わせ】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①教師が読み上げた10個の規則性のない数字をワークシートに書く ②読み上げが終わったら、答え合わせをし、間違いがないか確認をする。 ③慣れてきたら、「読み上げた数字に2つ加えます。」「2つ減らします。」のように、単に聞くだけでなく、考える要素も加えた内容にする。 	
<p>【カルタ取り】</p>  <p>図11</p>	<p>【カルタ取り】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教師が読みあげた札を最後まで聞いてから絵札を取る。 <p>生徒の反応</p> <p>【脱カトレーニング】(図9)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○初めは開始から5秒ほどで体を動かしてしまっていたが、徐々に体を静止する時間が延び、3分間以上静止することができるようになった。 <p>【数合わせ】(図10)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○初めは何問か間違えたが、徐々に間違えることが減ってきた。 ○活動に慣れてくると、「かけ算や割り算でやってみたい。」という意見が出るほど意欲的に取り組むようになった。 <p>【カルタ取り】(図11)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○初めは、最後まで待てずに絵札を取ってしまうことがあったが、すぐに慣れ、最後まで聞いてから絵札を取るようになった。 ○これらのトレーニングを毎時間実施することで、落ち着きが増し、集中して物事に取り組む時間が増えた。 	

○本人からの声

実践前：「これなら簡単そうだし、できるぞ!」

実践中：「最初は、動かさなくなって仕方なかった。でも、先生に『手が動いていますよ』と言われるから頑張って我慢した。友達に負けたくないしね。すると段々、動かなくなってきた!」

実践後：「もっとやってみたい!ほかのトレーニングはないのかな?あれば、やってみたいな」



○他の教師の声

以前より、授業中に落ち着いて話を聞くことができるようになりました。

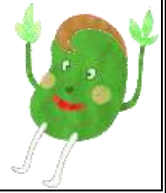





○教師の声

聞くトレーニングが効果的に働き、普通の授業や生活が落ち着いてきた。この方略が合っているの
だろう。授業前に毎回行うのはどうだろう。短時間でできるように、選択して取り組むようにしよう。

「授業中に友達を冷かしてしまう」という課題について、
「言われて嬉しい言葉を選ぶ」と「聞くトレーニングをして集中力を高める」と
いう2つの方略がよいのではないかと具体的に考えることができていますね！
実践を続けると変容が見られるでしょうか。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

○聞くトレーニングの選択		実施時期：2月～
<p>【脱カトレーニング】</p>  <p>図 12</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分に合った方略を選択できるようにする。 	<p>実施方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業の前に、聞くトレーニングの中から一つ選択し、3分間で取り組む。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「脱カトレーニング」を選択し、活動に取り組むことが多かった。床に敷くマットが気に入ったようで、教師の指示がなくてもマットを準備するなど、授業前のルーティーンとして定着をしてきた。(図 12) ○授業導入時に実施する毎回のミニテストにも、落ち着いて取り組むことができた。
	<p>実施方法</p>	



○本人からの声


全然大変じゃないし集中できるのは嬉しい。授業前にトレーニングをやらないよりは、やったほうがいいな。何よりマットの寝心地がいいし、学校で寝ることができることがいい！

○教師の声

集中して取り組むことができる時間が増えてきたぞ。自分がどれくらいの時間集中できるのか理解しているか確認してみよう。



【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○タイマーの活用		実施時期：2月～
 <p>図 13</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「聞くトレーニング」以外の、集中を高める方法を知る。 	<p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①自分が集中しようと決めた時間をタイマーで設定し、課題に取り組む。 ②設定した時間をクリアできたかどうかで設定時間を調整する。 ③本人が決めた時間をクリアした場合には称賛する。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○初めは設定時間が「5分」だったが、次第に「7分」→「10分」というように、設定時間が長くなった。最終的には「15分間」課題に集中し黙々と取り組むことができるようになった。また、集中できる時間が増えたとともに、ワークシートに記入する文字の量も多くなった。(図 13)
	<p>実施方法</p>	

○教師の声

より長い時間集中することができるよう、ワークシートの工夫をしてみよう。今までは穴埋め式のワークシートを使っていたが、論述式のワークシートに変更することで、課題について考える時間をとるようにしよう。



○本人からの声

もっと長い時間集中することができるよ！今度は「20分」に挑戦してみよう！

○保護者からの声

中学2年生になってから、成長が見られ、落ち着いて生活を送ることができるようになりました。家でも勉強に取り組む時間が長くなりました。保育園のころはやんちゃで、先生に迷惑ばかりかけていましたが、今の本人の様子を、保育園の先生に見てほしいと思うくらい成長しました。



成果と課題

【成果】

- 自分のことを様々な面から見つめる活動を通して、自分自身を以前より肯定的に見ることができるようになった。特に、「集中力がある」という自分のよさを、部活動だけでなく、普段の授業や家庭での学習にも生かそうとする姿が見られた。
- 自分で選択した方略を用いて、授業に集中して取り組む姿が多く見られた。生徒自身も、心が落ち着くことをよいことと捉え、その環境を作ろうと自分から準備をするようになった。また、タイマーを活用して活動に取り組む時間を延ばそうと試行錯誤する姿が見られた。その結果、集中できる時間を延ばすことができつつある。
- 相手の気持ちを考える活動を通して、友達への冷やかしやちょっかいが減った。行動の背景には、自分の課題に集中できず、まわりが気になってしまうことも大きかったように思われる。自分の課題に集中できる時間が延びることに比例して、友達へのちょっかいは減ったと思われる。
- 他の教科を担当する教師からも、集中して話を聞くことができるようになったとの評価があった。実際、定期テストにおける5教科の合計点数も非常に上昇した。
- 保護者からは、家庭でも学習に対する意識が変わったとの声があった。
- 生徒自身も、気持ちの変化を自覚している。「学習することが嫌ではなくなり、テストで分からない問題があっても、今までのように諦めるのではなく根気強く取り組もうと努力するようになった。」と話していた。

【課題】

- 相手への冷やかしやちょっかいは減ったが、友達がふざけていると、我慢できずにそれに便乗してしまうことがある。相手からの影響を受けず、完全に自制することは、まだ難しい。
- 授業や活動の途中で、一度集中力がなくなると、再び集中することが難しい様子も見られる。学習に興味を持ち続けられるような授業づくりは継続して行う必要がある。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態 (R5.9.6)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態 (R6.3.21)



達成感を感じる方略を見つけることができましたね。成長が著しいですね。



「学びに向かう力」を育てるためには…

いつもふざけてばかりいるので、真面目に活動に取り組むことができるのだろうか。一つでも自分のよさに気付いてそれを伸ばしたいと本人が思えるとよいな。

剣道は意欲的に取り組むから、そこを起点に自信を高めることができるのではないだろうか。また、もっと自分を高めたいと思えると、課題と向き合おうとする姿勢を引き出すことができるのではないだろうか。

粘り強さや自分の行動をコントロールしていこうと思えるようになるために、ふざけなくても周りから認められるという経験をさせたいな。



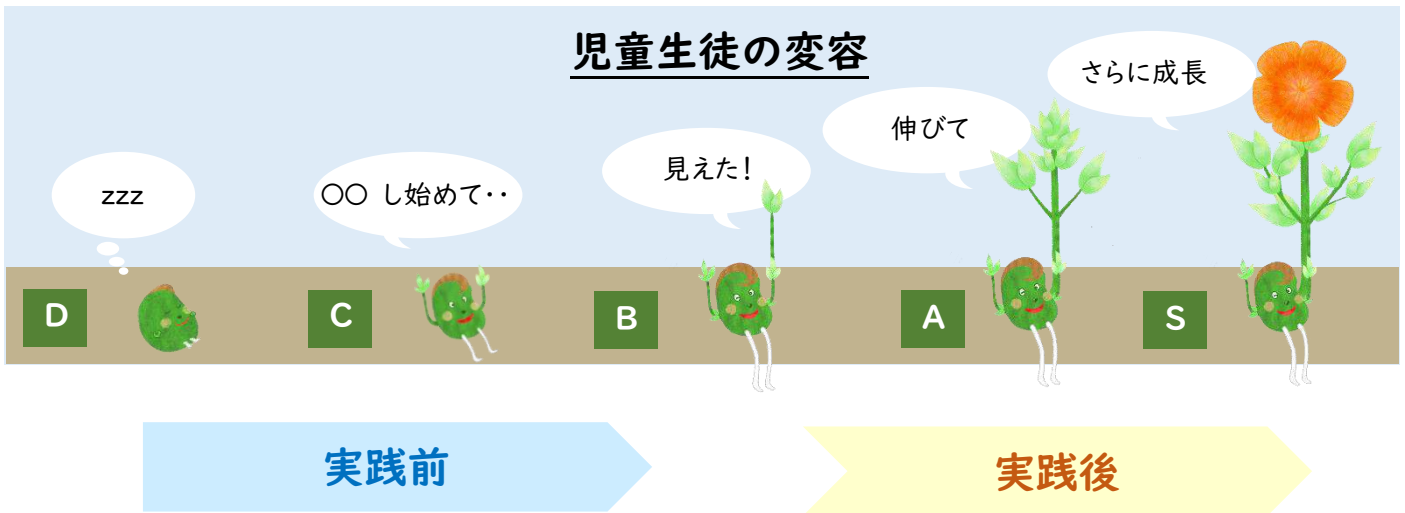
目指す生徒の姿

自分の強み 剣道の練習に集中して取り組む
を理解し、その強みを生かして自分で集中できる心の状態をつくらうとする。

自分の課題 学習に集中できず課題に取り組めない。ふざけてしまう。
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略 心を落ち着かせ集中して課題に取り組むための方法
を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



1 自分のよさや強みの理解について

B ○好きなことは剣道と分かっている。
●内面について言葉で表出できない。

A ○「決断力がある」ことを自分の強みと捉え、自己プロフィール等でも自ら書いている。

2 自分の課題の理解について

C ●友達に面白い人と思われたくて真剣に向き合うことを避ける。

A ○「ついふざけてしまう」の背景に、「皆を楽しませたかった」という気持ちがあったことに気付いている。
○「友達との適切なかわり」と「授業に集中する」が自分の課題だと理解している。

3 課題に対する方略の理解について

D ●これまで考えたことがない。

B ○どうすれば自分のやるべきことに集中できるか攻略法を複数理解している。
○友達との適切なかわり方を理解し始めている。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

D ●これまで考えたことがない。

A ○社会科を中心に、授業の前に、集中するための方略を自分で選択し、取り組む姿が多く見られる。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

D ●これまで考えたことがない。

B ○集中できる時間を自分で調整するために、タイマーを使おうとするなど、新たな方略を考えて取り組もうとする姿が見られる。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



研究の実践

【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「自己理解チェックシート」	実施時期：9月
--------------------	---------

図1

目的

- ・「現在の自分」について、どの程度理解しているかを知る。
- ・「好きなこと」や「嫌いなこと」といった簡単な質問を複数用意し、質問に答えることで自己について分析する。

実施方法

- ・質問に対する回答を自由に書く。
(回答が難しい質問については書かなくてもよい。)

生徒の反応

○「自分のよいところ」は「剣道を続けている(ところ)」と書いた。自信をもっているようである。

- 剣道に関する表記が多く、学習や生活についての表記が少ない。
- 「自分の性格」の欄は「分からない」と書いた。性格など、目に見えない抽象的な表現は、どのように書いてよいか分からない様子だった。また、今まで考える機会もなかったようだった。(図1)

○教師の声

剣道のことについて書かれているものが多い。まず、1つでも強い自信をもっているところはいいことだな。「分からない。」が多いのは語彙が少ないからだろうか。他のチェックシートを活用して自分のよさや強みを見つけていってみよう。



【①自分のよさや強みの理解について】

そこで…

○自立活動「ジョハリの窓」	実施時期：11月
---------------	----------

図2

目的

- ・自分のよさや強みについて理解を深める。

実施方法

- ①性格を表す30個の選択肢から、自分にあてはまる表現を選択する。
- ②同様の項目から友達が選んでくれた自分のよさを聞く。
- ③自分と友達の回答とを比較し、選択肢を4つの窓(①自分も他人も知っている、②自分は気付いていないが、他人は知っている、③自分は知っているが、他人は気付いていない、④誰からもまだ知られていない、)に分類することで、新たな自分を発見できるようにする。
- ④友達と意見交換をし、自分と他者の認識の違いについて話し合う。

生徒の反応

○自分のよさについて「何でもできそう」、「頼りになる」、「責任感がある」など、24個のいいところを選んだ。(図2)

- 普段の様子と照らし合わせてみると、自分を過大評価しているように感じられる。また、深く考えずに選択肢から選ぶ様子が見られた。
- 友達から「真面目」や「落ち着きがある」は、生徒Hのよさと違うのではと指摘を受けたが、「そんなことはないよ、自分のよいところだ」と言って認めようとはしなかった。

○生徒からの声

友達によく思われたくて、自分のいいところか分からないけど、丸付けちゃった～。

○教師の声

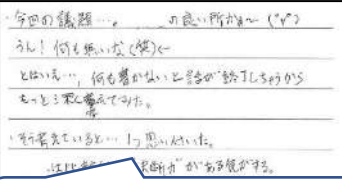
友達との対話で客観的に自分を理解できたかと思っただが、必要以上に自分を大きく見せようとするな。本人のことを一番身近で見ている保護者からの視点を取り入れるのはどうだろう。



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「10年後の自分に手紙を書こう」 実施時期：11月



そう考えていると1つ思い付いた。生徒Hは比較的「決断力」がある気がする。

※目的と使用方法は、事例7「10年後の自分に手紙を書こう」を参照

生徒の反応

- 保護者からの手紙には「決断力があること」が一番のよさや強みであること、中学校に入学してからたくさん成長したことなどが書かれていた。(図3)本人は手紙を読み「僕には決断力がある」と何度もつぶやくなど、他者から指摘された自分のよさを受け入れることができていた。
- ワークシートには「決断力がある」ことが自分のよさや強みであり、これらを生かして、「農家」になりたいと書いた。またそのために、今、「手伝い」を頑張っているということを記入した。

図3


○保護者からの声(保護者の手紙より一部抜粋)
 生徒Hは比較的決断力がある気がする。(中略)成長したところに関しては山ほどあるなあ…傍らで見ている者としては、生徒Hなりのペースではあるが確実に成長している。



○生徒からの声
 そうか、僕のよいところは決断力があるところなのか。そう言われてみれば、剣道をやるということも自分で決めだし、進路も自分で家の家業を継ぐことを決めた。何か選択をする場面では、特に悩まずに決めることができたな。僕には、決断力がある、決断力がある!!

【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「プロフィールをつくろう」 実施時期：4月



決断力がある場所

目的

- ・自分のよさや強みについて理解を深めることが出来るようにする。

実施方法

- ・「長所」や「短所」など5つの項目の質問に対する回答を記入する。

生徒の反応

- 長所には「決断力があるところ」と書いた。保護者からの手紙を読んで以降、自分のよさや強みは「決断力があるところ」と言ったり、書いたりする機会が増えた。(図4)
- 進路の選択では、迷うことなく就労を選択した。成績がよいこともあり、担任としては高校進学も視野に入れてほしかったが、選択肢にないようだった。


図4

プロフィール表に「長所は決断力があるところ」とはっきりと書いています。自分の強みについて理解が深まり、自信をつけているようです。課題はどのように捉えているか、実態把握をしてみましょう。



【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分発見 よさ発見」 実施時期：9月



落ち着きがない

※目的と使用方法は、事例7「自分発見 よさ発見」を参照

生徒の反応

- 最初は「分からない。」と課題について全く理解していない様子だった。
- 自分の課題について、「のんびりや」、「ふざけている」、「落ち着きがない」など、14個の課題を選択した。
- 本人が選択した課題の中には「落ち着きがない」という項目が含まれており、周囲が気になってしまい、気が散ってしまったり、ふざけてしまったりしてしまうと話していた。(図5)

図5

○国語科を担当する教師の声

生徒H君は、落ち着いて授業に取り組むことは難しいですね。急に話し出したり、ふざけたりするので、まわりの生徒も同調してしまい、学級全体が落ち着きがなくなってしまう。



○教師の声

落ち着かないのは、本人も困っているだろう。生徒Gと同様「聞くトレーニング」も取り入れよう。同時に、自分の課題についてもう少し理解を深められるとよいのだが…

【②自分の課題の理解について】



<p>○自立活動「自分を知らう」</p> <p style="text-align: right;">実施時期：11月</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ある一定期間(例 1週間)の自分の生活の様子を振り返り、できたことや、できなかったことを明確にしてその理由を考える。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①指定された複数の質問に対して、4段階評価をする。 ②それらの行動ができた、またはできなかったのか理由を考える。 ③できた理由、あるいはできなかった理由を基に、自分のよいところや、直さなければいけないところを記入する。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○6つの質問に対して、ほとんど全て「できた。」と答えた。 ○理由を尋ねると、「自分でできたと思ったから。」と答えた。 ○自分が直さなければいけないところについては、「へんなたいど」と記入した。どういうところが変なのか本人に聞いたところ、「変なことを言うてしまうこと」と話した。(図6)
---	--

図6. へんなたいど。

○本人からの声

友達と一緒にいると、無意識に変なこと言っちゃうんだよな～。直さないといけないところなのかも…



○教師の声

ふざけてしまうことを「自分の課題」と捉えることができてきた。ふざけてしまう理由は何なんだろう。理解力が高い生徒Hさんは、自分の課題を掘り下げることができるかもしれない。もう少し「ふざけてしまう」という課題を掘り下げよう。

【②自分の課題の理解について】



<p>○自立活動「自分の短所や苦手なことを改善しよう」</p> <p style="text-align: right;">実施時期：11月</p>	<p>※目的と使用方法は、事例7「自分の短所や苦手なことを改善しよう」を参照</p> <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○生活面の課題に関しては、「話し合い」、「気が散りやすい」、学習面に関しては、「落ち着かない」、「ふざけている」と記入した。自己理解を促す活動を継続して実施してきたことから、自分の課題をすぐに記入することができた。 ○「落ち着かない」理由として、「長く集中することができない」から落ち着かない、「ふざけている」理由として、「みんなを楽しませる」ためと記入していた。課題を解決するためには「長くしゅうちゅうできるようにする」と書かれていたが、具体的にどのようなことをすれば集中を長く保つことができるかわかってはいない様子だった。また、ふざけてしまう課題については、「時と場合を考える」と書くなど、具体的な解決策が書かれていた。(図7)
--	--

図7



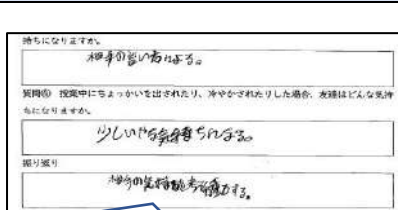
○教師の声
 ということは、相手の気持ちを考えていなかったのだろうか？さらに掘り下げてみよう

【②自分の課題の理解について】

そこで…



○自立活動「なぜ相手を冷やかしたり、ちょっかいを出したりしてしまうのだろうか」 実施時期：10月



相手の気持ちを考えて行動する

図8

※目的と使用方法は、事例7「なぜ相手を冷やかしたり、ちょっかいを出したりしてしまうのだろうか」を参照

生徒の反応

- 冷かす理由については、「相手が喜ぶと思ったから」、「その友達と仲良くしたいから」を選択した。他者との適切なコミュニケーションの取り方を誤学習していることが伺えた。
- 他者とのトラブルを減らすために、場にふさわしい発言をしたり、空いても気持ちを考えて行動したりする重要性について確認した。振り返りでは、「相手の気持ちを考えて行動する」との記述が見られ、自分に合った方略を見出すことができていた。(図8)



○本人からの声
 相手を喜ばせるために冷やかしたり、ちょっかいを出したりしちゃったな～。
 これからは相手の気持ちを考えて話したり行動したりしないとな～

○教師の声

相手を思いやる気持ちが足りなかったり、我慢する力が足りなかったりすることがわかってきたぞ。まずは「相手を思いやる言葉」や「嬉しくなる言葉」などの語彙を増やすことから始めてみよう



課題について、単に「ふざけてしまう」ではなく、その背景にある「相手を喜ばせたい。」という自分の気持ちに気付いたようです。適切な友達との関係づくりには、冷やかすという関わりではなく、相手を思いやる気持ちが大切だということにも気付いたようです。友達とどのように関わればよいのか、方略を考えていきましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「言われて嬉しい言葉・嫌な言葉」

実施時期：2月



(言われて) 嬉しい言葉を覚える

図9

目的

・相手の気持ちを考えた言動を考えることができるようにする。嬉しい言葉や、嫌な言葉を言われた時の気持ちを理解する。

実施方法

- ①自分が言われて嬉しい言葉、嫌な言葉を書きだし友達と伝え合う。
- ②どのような気持ちになったのか、自分が感じた気持ちを書き出す。
- ③今までの自分を振り返り、今後どのように行動すればよいか書き出す。

生徒の反応

- 嬉しい言葉は5つ、嫌な言葉を6つ書き出した。
- それぞれの言葉を伝え合い、どのような言葉が嬉しくなったり嫌な気持ちになったりするの理解できた様子だった。
- 今後どのように行動すればよいかの問いに対して、「嬉しい言葉を覚える。」と書いた。自分の表現できる言葉が少なかったと気付いたようだ。(図9)

○本人からの声

嫌な言葉を聞くと、きついし、嫌な気分になるな。嬉しい言葉のほうがいいけど、僕は今まで、嬉しい言葉をたくさん使ってこなかったな。





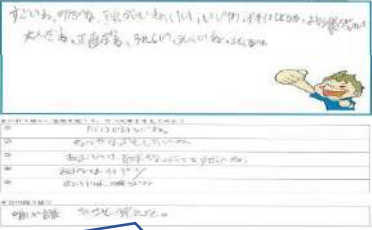
○教師の声

気持ちを伝える言葉の少なさには気付いたようだが、本人の言動にあまり変化は見られない。言葉を実際に使いこなせるようになるため、言葉を実際に使った活動を取り入れてみよう。



そこで…

【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「言われて嬉しい言葉・嫌な言葉2」	実施時期：2月
 <p>嬉しい言葉を少し覚えた。</p> <p>図 10</p>	<p>※目的と使用方法は、事例7「言われて嬉しい言葉・嫌な言葉」を参照</p> <p>生徒の反応</p> <p>○インターネットを活用して、「すごいね」、「明るいね」「イキイキしてるね」など、言われて嬉しい言葉を12個見つけ、書き出すことができた。</p> <p>○見つけた言葉を使って「〇〇君、明るいね」、「〇〇君、おもしろいね」、「〇〇君、卓球がんばってて、すごいね」など、5つの文章を作った。また、インターネットを活用して多くの嬉しくなる言葉を見つける活動を通して「嬉しい言葉を少し覚えた」と振り返っていた。(図10)</p>

○本人からの声

(言われて)嬉しい言葉を少し覚えたぞー!!



○教師の声

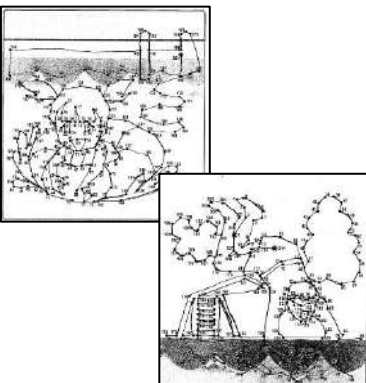
言われて嬉しい言葉を少し覚えることができたようだ。実際に使えるようになるといいな。次は、我慢する力を高めるために「聞くトレーニング」に取り組ませてみよう。


相手を思いやるための方略として、「相手が嬉しくなる」言葉を覚え、使うことができたようです。友達と良好な関係を気付くよさを実感できるとよいですね。

もう一つの課題である、集中できるようになるための方略についても取り組んでみましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「間違い探し」「点つなぎ」	実施時期：1月～
<p>【点つなぎ】</p>  <p>図 11</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事例7の「聞くトレーニング」とともに実施する。 ・楽しめる活動を一定時間取り組むことで、集中力を高める。 ・自立活動の中で毎時間実施することで習慣づけを図る。 <p>実施方法</p> <p>【点つなぎ】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①1の点から始めて、2、3と順番に直線でつなぐ。 ②出来上がったら教師に報告する。 <p>【間違い探し】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①テレビモニターに映し出された2枚の絵を見比べ、どこが違うのかを考える。※生徒の興味のある内容の絵から始め、様々な絵を扱う。 ②見つけたら教師に報告する。 <p>生徒の反応</p> <p>【点つなぎ】</p> <p>○100～300個程度の点つなぎを行った。生徒 H はゲーム好きなので、アニメやゲームのキャラクターの点つなぎは特に意欲的に取り組んでいた。一枚5分～10分程度時間がかかるのだが、一言も話さず、黙々と取り組むことができていた。(図11)</p>

<p>【間違い探し】</p>  <p>図 12</p>	<p>【間違い探し】</p> <p>○ゲーム感覚で取り組むことができていた。簡単なものはすぐに見つけることができたが、難しいものになると、途中で飽きてしまい、取り組まなくなってしまうものもあった。生徒Hは間違い探しが得意なようで、他の生徒より早く間違いを見つけることができた。(図 12)</p>
--	--



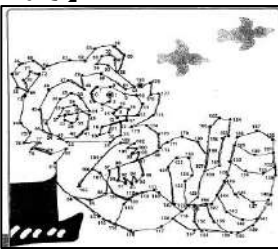
○本人からの声
ぼくは点つなぎが好きだな。短い時間でできるし、点つなぎをするとリラックスするんだよな。

○教師の声

聞くトレーニングが効果的に働き、普段の授業や生活が落ち着いてきた。授業の前に、トレーニングに取り組む時間を設けるのはどうだろう。本人に選択してもらおう。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

<p>○トレーニングの選択 実施時期：2月～</p>	
<p>【点つなぎ】</p>  <p>図 13</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分に合うトレーニングを選択できるようにする。 <p>実施方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・社会科等の授業の前に、トレーニングを1つ選択し、3分間で取り組む。 <p>生徒の反応</p> <p>○「点つなぎ」を選択し、活動に取り組むことが多かった。回数をこなすにつれ、点つなぎが上手になり、3分以内であっても、完成させていた。(図 13)</p> <p>○授業導入時のミニテストにも、落ち着いて取り組むことができた。</p>

○国語や数学を担当する教師の声

以前と比べると、授業中の落ち着きが出て、話を集中して聞いている様子が見られます。理解力もあがったように感じます。学級全体も落ち着いていてよい感じですよ。




○教師の声

集中して取り組むことができるようになってきたぞ。自分がどのくらい集中できるのか、把握する方法はないか生徒Hと考えてみよう。

トレーニングを実施することで「心が落ち着く!」と手応えを感じているみたいです。自分で選択した方略が自分に合っていると気付いたことで、前向きに行動を調整しようとする姿が増えたようですね。



【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

<p>○タイマーの活用 実施時期：2月～</p>	
 <p>図 14</p>	<p>※目的と使用方法は、事例7「タイマーの活用」を参照</p> <p>生徒の反応</p> <p>○自分が集中できる時間を「5分」と設定し課題に取り組んだ。5分以上設定することはなかったが、必ず5分間は集中して課題に取り組むことができた。(図 14)</p>

【成果】

- 今までは自分のよさに着目することが難しかったが、「決断力がある」という自分の強みに気付くことで、前向きに考えるようになってきた。また、「授業中にふざけてしまう」、「集中が続かない」という課題に対しては、自分なりの方略を考え、それを実践することで、自信をもって取り組む姿が見られた。
- 自分に合った方略を選択することで、落ち着いて授業や活動に取り組む姿が増えた。継続することが重要だということに気付いたと思われる。また、タイマーを活用して、自分が集中して活動に取り組む時間を把握し、改善しようとする様子が見えかけた。
- 授業中にふざける背景に「友達を喜ばせたい」といった思いがあることが分かった。場に応じた行動や適切な友達との関わり方を理解することで、授業中にふざけることが減った。
- 国語や数学など、他の教科を担当する複数の教師から、「授業に集中して取り組むようになった。」という声があった。定期テストの得点も非常に上昇した。特に本人に効果のある方略が定着してきた、3学期以降のテストでは、目標点数に達成するなど、実践の成果を上げることができたことがうかがえる。
- 本人は、実践の前は、授業や部活動で教師に怒られることが多かった。以前は、注意をうるさいと感じていたが、実践後は、先生の話をもっと受け止めようという意識が変わっていった。「自分はかなり成長できたと思う。」と話していた。

【課題】

- 方略の選択（「聞くトレーニング」）は生徒自身が行ったが、用具の準備等は教師が行った。自分で準備するなど、より主体的に課題を改善しようという意識ができるようになるには時間がかかると思われる。
- 服薬の有無により、集中できる日と、できない日の差があった。服薬を忘れてしまった日に方略を実施しても、集中することが難しい日もあった。方略を効果的なものにしていくためには、家庭と連携を取り、方略を効果的にするための環境を整えていく必要がある。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態 (R5.9.6)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態 (R6.3.21)



粘り強く取り組んだ結果、まわりから認められたり自分でも成長を感じたりと達成感を感じているようですね。



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいが、自己肯定感が高く、自分の苦手な面や課題に向き合う経験が少ない。他者の意見を聞き入れて、自分の他の側面に気付けるとよいのだが。

目的意識ができる、自分の行動を変える力があるから、学ぶ理由(目的)や自分の課題を理解することで、意欲的に課題に取り組めるようになるのではないかな。
その結果、粘り強さや自分の行動をコントロールするといった、「学びの力」が育まれるのではないかな。



目指す生徒の姿

自分の強み

目的意識をもてば努力することができる

を生かして、学ぶ目的を理解し、他者の意見を取り入れようとする。

自分の課題

困り感が少ない、客観的な視点で物事が捉えられない

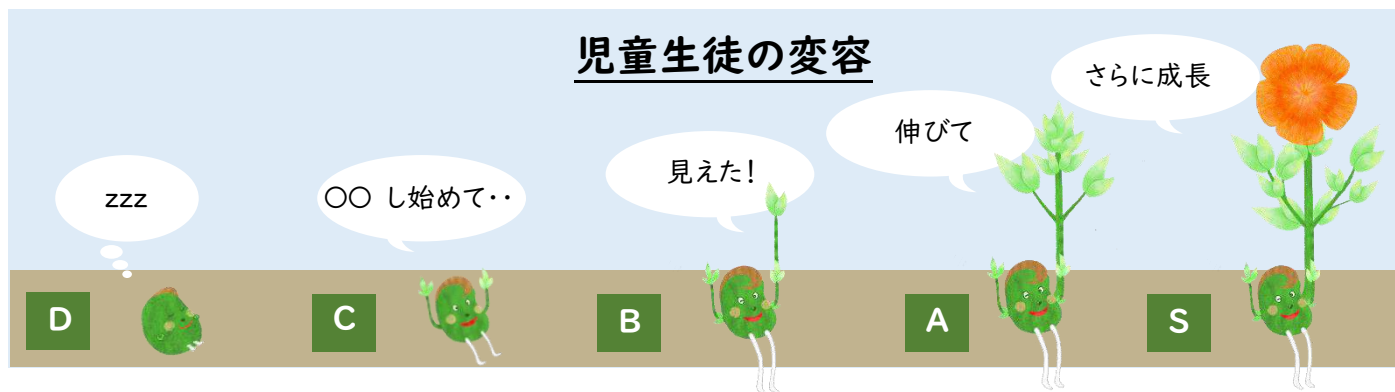
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

他者視点を取り入れ、優先順位をつけて取り組むための方法を選択する

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について	
B ○前向きな発言が多く、「こういう活動が好き。」「得意なんだ。」と、意欲的に取り組める。	A ○「自分はポジティブな性格。」「目標に向かって頑張っている人。」等と多くのよい面に気付いている。
2 自分の課題の理解について	
C ○項目にあれば「苦手」や「不得意」を考えようとした。 ●自分からは考えようとしていない。あまり困っていない。	B ○障害特性から見られる困難さ(落ち着きの無さ、約束を忘れる、飽きっぽい、集中力の弱さ等)を自覚でき、困り感や課題意識が見られてる。
3 課題に対する方略の理解について	
C ●どのように方略を考えたらよいかあまり分かっていない。	B ○学習状況を分析することで、学習に取り組む時の観点について選ぶことができ、目標を設定することができる。
4 課題に対する方略を選択し、調整することについて	
C ○他者から促されれば考えることもある。 ●これまであまり考えたことがない。	B ○授業前に自分からチェック表を出し、目標や達成するための方法について確認する姿が見られた。
5 振り返って新たな学習を進めることについて	
C ○他者から促されれば、考えることもある。 ●これまで考えたことがない。	B ○「出来たこと」「出来なかったこと」を整理し、その要因を考えたり、次に向けて難易度の調整をしたりすることができた。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自己の理解アンケートをやってみよう」

実施時期：9月

自己理解アンケート

「私」の自分についてよく考えて、書いてみましょう。そのままのアイデアOK!
 いくつ書いてもかまいません。たくさん書けるよりGOOD!
 完全と綺麗にしたり、資料を参考にしたりしてもかまいません。

1	自己紹介	趣味は読書です。料理も好きです。将来は医者になりたいです。
2	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
3	得意なこと・得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
4	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強

得意：素直、チャレンジ精神、収集好き、植物の世話
 苦手：話をきく、後回し、忘れ物多い、落ち着きなし...

自己の理解アンケート

5	自分のほしいところ	勉強、読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
6	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
7	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
8	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
9	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強
10	得意なこと	読書、音楽、運動、料理、掃除、勉強

図1

目的

- ・現在の自分についてどのように自己の理解をしているかを測る。
- ・自分で考えたり、他者と話しながら気付いたりする過程を大切にする。

実施方法

- ①質問数10項目程度(自分の得意・不得意・よい所・直したい所、これから頑張りたいこと、○年度の私…等)のアンケートに記入する。
- ②他者視点や未来志向の質問も取り入れる。
- ③自分で考えて書く、他者と話し合いをしながら気付いたことを書く。(質問してもOK)
- ④できるだけ多く書くように促す。(長所・短所表などのヒントを見てもよい。)

生徒の反応

- 「こういうのは好き。」「得意なんだ。」等と言いながら、意欲的に取り組むことができていた。(図1)
- 好きなことや得意なことなど、プラスの側面から書き始めていた。
- 「自分はポジティブな性格」などと、自分の特徴に気付くことができた。
- 教師と話すことも好きで、過去の自分や今の自分について、エピソードを交えながら多弁に語る。
- 「苦手なこと」の項目については後から取り組み始めていた。自分の特性から見られる「落ち着きがない。」「忘れ物が多い。」「やることを後回し。」等と答えていた。
- 言葉はたくさん出て、教師とやりとりしながら行った。反面、苦手な面に対して、本人の課題意識や困り感は低い様子だった。

○本人からの声

「自分を見つめることができた。」「気分がリラックスできた。」「楽しかった。」「自分の理想と現実が分かりとてもおもしろかったです。」



○自立活動①「マインドマップをやってみよう」②「私は○○」

実施時期：10月

①マインドマップ

図2

目的

- ・頭の中で考えていることを「見える化」し、自分について考えたり、表現したりするようにする。
- ・自分で話したり、他者の考えを聞いたりして、自己の理解、他者理解ができるようにする。

実施方法①

- ①「マインドマップ12のルール」の手法をアレンジし、メインテーマを「自分」として進める。(図2)
- ②関連付けたり、まとめたりする時は、教師と一緒に取り組み、気付きを促す。

生徒の反応

- マインドマップでは、太いブランチのワードを「得意」「苦手」「生活」「これから始めること」のテーマを自分自身で決めて取り組むことができた。

「私は〇〇」

私は〇〇です【自己理解】

〇〇の部分に言葉を記入してみよう。
その理由も考えて書いてみよう。

例) 私は「明るい」です。
(理由) 友達に「面白い」と言われたことがあるから。

私は〇〇です	理由
私は、努力家です	目標に向かって頑張ります。
私は、おとなです	周りから信頼されるのが好きです。
私は、おもしろい人です	話すのが好きで、みんなを笑わせます。
私は、自信がなくて、おどおどします	まだ自分に自信が持てません。
私は、丁寧な人です	みんなと仲良くしたいです。
私は、みんなを助けてあげたいです	みんなが笑顔になると嬉しいです。
私は、勉強が好きです	新しい知識が大好きです。
私は、友達が多いです	みんなと遊ぶのが好きです。
私は、自分について考えることが好きです	自分を知りたいです。

ネガティブな側面も。

図3

○教師と一緒に話しながら自分について考えたり、表現したりすることが好きで、いきいきと取り組むことができた。

実施方法②

①ワークシートの「〇〇」の部分に言葉を入れて、短文を作る。(図3)

②理由もセットで考えることで、自己の理解を深められるようにする。

生徒の反応

○自分自身について振り返りながら記入できていた。

○最初はよい面ばかり想起していたが、最後に「自分の悪い(苦手な)面についても書かか。」(赤線以下)と、言って考えることができた。

※記入については、教師が代筆し補助した。

○他者からの視点で「こんな部分があるのでは?」と伝えると、他者評価を受け入れ「自身の課題」について考えることができた。

●苦手な面について考えることはできたが、特に困っている(改善したいという)感じは受けなかった。

○本人からの声
(マインドマップを行って) 前回よりもブランチの数が増えているとびっくりしました。意外と頭の中で自分の事を考えているんだなと気付きました。「努力で仕事と生活は変わると思いました。」「未来のことについて考えてる。」「未来についての可能性が高まりました。」「話をするのがよいことが分かりました。」



○教師の声
「自己の理解」をテーマにして自分のよさや強み、課題等を具体的に考える時間があったことで、少し意識が変わったようだった。次は主観的な見方だけでなく、客観的な見方を学ぶ時間を取り入れてみよう。



話好きでポジティブな性格を生かして、自己の理解に興味をもって取り組む様子が見られました。次は、より客観的に自己の課題にも目を向けられるように、方略の理解を促す実践をみていきましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「エゴグラム性格診断テストをやってみよう」 実施時期: 10月

エゴグラム性格診断テストをやってみよう【自己理解】

エゴグラムとは自分の「性格」を客観視できる性格診断テストです。50の質問に答えて、5つの自己特徴を知ることができます。

【大事なポイント】

- ・自分自身の「性格」を客観視できる。
- ・「なりたい自分」に近づくために具体的に何をすればよいかが明確になる。

エゴグラムを実施してみて、分かったこと
理想と現実の差が大きいのでおもしろい

行動パターンを客観視できる

A 「なりたい自分」に近づくために、やってみたいこと
(理想と現実)を客観的に見て、自分の強みや弱みを客観視する。
客観視を明確に、具体的な行動計画を立ててみる。

図4

目的

- ・性格診断テストを行い、自分の行動パターンを客観視する。
- ・現実の自分と理想の自分との比較し、「なりたい自分」に近づくためにどうすればよいか考える。

実施方法

①エゴグラム診断のできるサイト(心理カウンセラーの種 Web 版心理テスト)を使用し、50の質問に答える。

②一回目は「現実の自分」、二回目は「理想の自分」について、直感的に答えるように指示する。

③診断結果を色わけし、図表をもとに読み取る。

【大事なポイント】

- ・自分自身の強みや弱みを客観視する。
- ・理想と現実の差の大きい要素について考え、具体的に何をすればよいか明確にする。

A 【なりたい自分】に近づくために、
 (X)以外、(Y)を(客観的に)見て
 物事を明確に、具体的に打
 事、状況を客観的に見る

図4(部分)

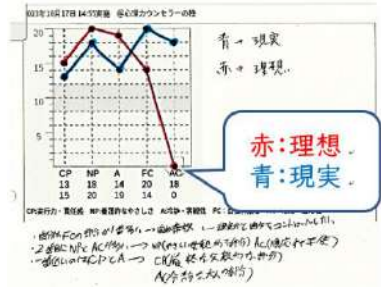


図5

生徒の反応

- 設問にはあまり迷う事なく直感的に判断し、回答できていた。
- なりたい自分に近づくために、事実や状況を「客観的」に見て判断し、自分を見つめる必要性があることを実感していた。(図4)
- 一方、理想は「もっと自分らしく自由に過ごしたい。」気持ちがあることと、「冷静な大人の部分を伸ばしたい。」という感想だった。
- エゴグラムの結果：自由奔放さが高い。(感情表現が豊か、好きなことが明確、突き詰めるタイプ、趣味に熱中する。) 順応性も高い。結果を見て、自分の言動を振り返って納得していた。(図5)
- 学校生活で、周囲に無理して合わせている状態=ストレスがかかっている、と本人も納得していた。
- 自身の特性による困難さを感じながらも、学校生活や周囲とコミュニケーションをうまく取ろうとしていることが伺えた。

○教師の声

客観的な視点から自分を振り返ることができたね。結果から、自分なりにうまく学校生活で適応しようと「方略」を考えて実践していることもわかったみたいだね。では、授業(教科学習)では、どのような



○本人からの声

自分の「理想」と「現実」が分かり、とてもおもしろかったです。先生たちから自分のことを聞けました。最初はとても緊張しましたが、質問は最後までできました。

○自立活動「分析してやってみよう」(学習状況分析シート)

実施時期：1~2月

学習状況分析シート

赤：教師
黒：本人

図6

目的

- ・これまでの自己の理解を深める学習を通して、教科の授業での自分の姿を振り返る。
- ・学習状況を分析することで、課題を見つけ、方略について考える。

実施方法

- ①「学習状況分析シート」を使って、レーダーチャート図を作る。
- ②自己評価と他者評価をシート上に印し、評価の差異を見る。(自己分析をする。)

生徒の反応

- 好きな教科・科目での自分の姿(授業態度や意欲など)を振り返ることができた。
- 5段階評価にすることで、自己評価しやすく、取り組んでいる。
- 発表や注意・集中が課題であると感じていた。
- 教科担当者からの他者評価が、自己分析の一助となっていた。(図6)

○教師の声

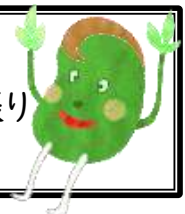
自分でチェックするだけではなく、先生からのチェックもあることで、分析しやすいね。ポイント数の低いところだけではなく、「出来ているところ」や「評価の高いところ」にも注目してみよう。また、課題を抽出したら、「どうやって課題を改善できるか」も、併せて考えてみよう。



○本人からの声

「好きな教科(科目)」を選んで、学習状況をチェックできました。チャート図を見て、先生の評価(他者評価)と自分の評価(自己評価)の差異があるところが分かりやすかったです。ポイント数が低いところが「課題」かなあ。

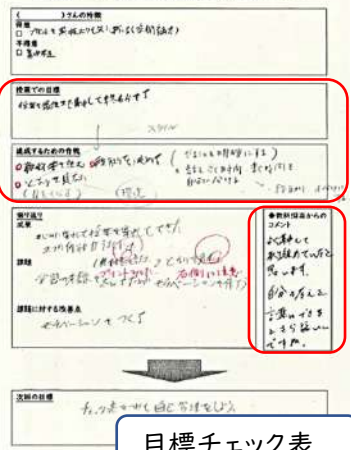
教師との対話や視覚化・数値化したツールの活用によって、意欲的に行動の調整を行う姿勢が見られるようになってきました。次は、学習の振り返りを通して、新たな目標や方略について考えていきます。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「分析してやってみよう」(学びのシート①)(目標チェック表②) 実施時期:1~2月

①



②

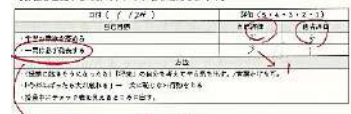


図7 予習前、事前に済ませる。

目的

- ・学習状況を分析した上で、「学びのシート」(①)や「目標チェック表」(②)を活用し、課題の優先順位を決め具体化する。
- ・課題改善のための作戦(方略)を考え、実行する。
- ・実践を振り返り、新たに目標設定や方略を調整する。

実施方法

- ①「学びのシート」を活用して、自身の特徴や授業での目標をまとめる。
- ②「達成するための目標」までを行い、振り返りは次時に行う。
- ③授業動画を録画し、振り返り時に使用する。
- ④教科担当者からのコメントをもらい、他者評価を参考にしたり、授業での(本人の)目標を確認したりする。

生徒の反応

- 「自己の理解」の学習や「学習状況シート」のチャート図から、自分で根拠を考えながら記入できている。(図7)
- 目標チェック表があることで、自分から目標を意識することはできた。
- 動画を観ることで、客観的に振り返りができていた。
- 目標達成のためのよい作戦(方略)を立てることが難しそうだった。

○本人からの声
 「こういう機会(動画で振り返ること)はなかなかないから楽しみ。」
 「客観的に振り返りができて、今後の授業をする時の反省点になりました。」



○担任(教科担当者)の声
 よく集中して取り組めていたと思います。自分の考えを言葉にできるとさらにいいです



○教師の声
 「分析してやってみよう」では、自分の強みを考えながら、目標を達成できる経験がもてましたね。また、振り返りから自分の反省を次に活かすこともできましたね。自分のモチベーションを保つために「将来のことを考える(そして、今やるべきことに向かう)」というアイディアは、今後の人生の色々な場面で役立つ考え方ですね。



成果と課題

【成果】

- 生徒Iにとって自立活動の時間が、自身の学校生活の振り返りや、これまでの自分の姿と現在の自分の姿を比べるよい時間となっていた。また、好きな教師と話をし過ぎて過ごす時間でもあるため、他者からの考えを取り入れる機会も兼ねることができ、日々の頑張りからくる疲労を和らげ、リラックスして自己の理解を深めることができた。
- 自立活動を通して、自分で考えたり、気付いたりする過程を大切に、自分について考えたり、表現したりすることで自己の理解が進み、進路を決定することができた。目標が明確になり、自分の課題にも目を向け、改善しようとする姿も見られるようになった。プラス思考で前向きな部分だけではなく、苦手な部分や特性からくる自身の困難さにも気づき、表現することができた。
- 行動の調整については、目標達成するためには、対話の他に視覚化、数値化できるグラフや表を活用することで意欲的になり、作戦を具体的に考えることができた。また、「努力すれば叶う。」「自信をつけることができた。」等の発言も聞かれ、目標を設定して、そのために何を頑張ればよいのか逆算して考えることができた。自身の成長の実感を得ながら自分の課題を調整し、取り組むことができた。

【課題】

- 興味関心が薄いものや、やるべきことの優先度をつけることなどが、社会的な視点からずれてしまったり、後回しになったり、判断が甘かったりする。
- 自己評価が高いあまり、行動の改善につながりにくい。自分の成長のための課題を自分で設定することが難しい。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践前の実態 (R5.9)				

➔

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践後の実態 (R6.3)				

目的意識や動機付けを重視して、教師との対話の中で、客観的な視点でものごとを捉えられるようにしたことで、課題に向き合えるようになってきたんですね。





「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいが、自己肯定感が低く、周囲に迷惑をかけてしまうという思いから自分の考えや意見を表現することに、抵抗が強いようだ。安心して授業に参加し、発言するなどの経験をもてるとよいのだが。

まずは教師とやりとりしながら自分について考える機会をもつことで、自分の色々な側面に気付くのではないだろうか。さらに環境調整等をしてながら授業に参加することで、コミュニケーション力をつけ、自信をつけられるのではないかな。その結果、粘り強さや自分の行動をコントロールするといった、「学びの力」が育まれるのではないかな。



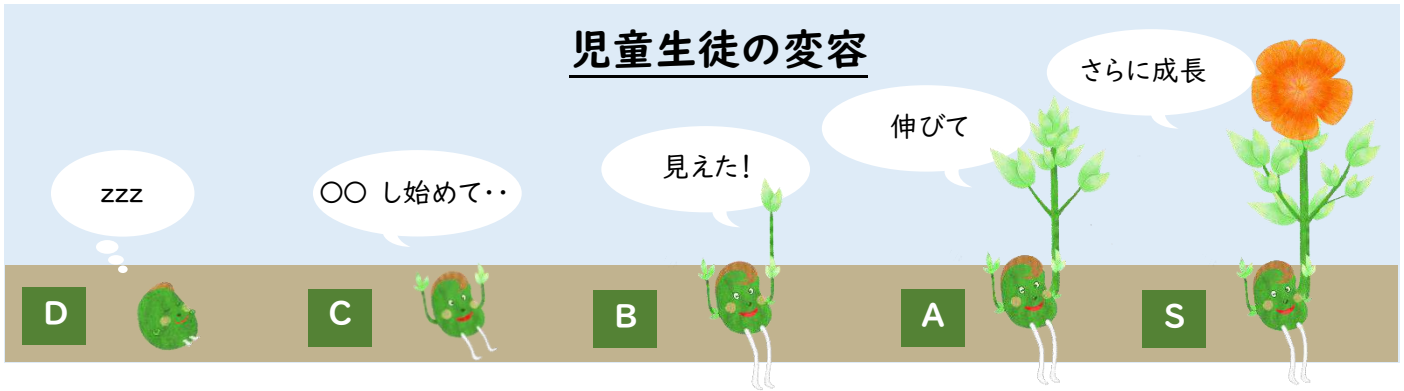
目指す生徒の姿

自分の強み 優しく穏やかで、協調性がある
 を理解し、友人関係を大切にする優しい性格を生かして周囲と関わろうとする。

自分の課題 自己肯定感が低く、自分の気持ちや考えを表現することが難しい
 の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略 環境を整え、周囲の励ましを受けながら適切に援助要求をする
 を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

D

- 「うーん…」と考え込んでしまうことが多く、自分からよさや強みを見出すことが難しい。

B

- 数値化することで自己評価ができ、「慎重」「謙虚」などの点を自分のよさとして選ぶことができた。

2 自分の課題の理解について

D

- 困りや課題について考えるように促すと、時間をかけて選んだり、答えたりすることはできた。
- 自分からは考えることはない。

B

- 教師と一緒に普段の行動を振り返ったり、数値基準を設けたりすることで、自分なりに「OO風になりたい。」と考えられるようになってきた。

3 課題に対する方略の理解について

D

- 課題を改善するためにどうしたらよいか考えることはない。

C

- 学習状況を動画で振り返り、教師や友達からのコメントをもらうことで、「次回はこういう風にやってみよう。」と話すことができた。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

D

- これまで考えたことがない。

C

- 出来ている部分や難しかったことについて話し合い、自分の目標のレベルを下げたり、方略を見直したりすることができた。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

D

- これまで考えたことがない。

B

- 教師からのフィードバックを嬉しそうに聞くことができ、次時の目標を決めることができた。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

実施時期：9月

○自立活動「自己の理解アンケートをやってみよう」

図1

目的

- ・現在の自分についてどのように自己の理解しているかを測る。
- ・自分で考えたり、他者と話しながら気付いたりする過程を大切にする。

実施方法

- ①質問数 10 項目程度(自分の得意・不得意・よい所・直したい所、これから頑張りたいこと、○年度の私…等)のアンケートに記入する。(図1)
- ②他者視点や未来志向の質問も取り入れる。
- ③自分で考えて書く、他者と話し合いをしながら気付いたことを書く。(質問しても OK)
- ④できるだけ多く書くように促す。(長所・短所表などのヒントを見てもよい。)

生徒の反応

- 「苦手な所」や「直したい所」等のネガティブな要素の質問から取りかかる。
- 考え込んでいる時間が長く、教師からの例示についてもなかなか納得せずプリントに記入することが難しかった。自分について考えることが苦手な様子が強く表れていた。

○よいところ、直したいところの項目では、特徴が書かれたシート(【雰囲気や持ち味を表すことば】)を参考に数値化(5段階評価)し、「3」を平均として考えるように促した。「長所は「4」以上の項目にしようか。」と伝え、「聞き上手」「謙虚」「粘り強い」「慎重」などの項目を長所として選ぶことができた。(図2)

○「1」を付ける時は比較的迷いなくできる。

- 自己肯定感や自己評価の低さが伺えた。

○対話をしながらヒントを出すと、ポツリポツリと自分自身について振り返りながら話すことができた。

○数値化、基準を決めることで取り組みが進んだ。

プリントを参考にして記入

図2

雰囲気や持ち味を表すことば

○本人と教師とのやりとり

生徒：「うーん…」(書けないし、話せないなあ)
 教師：「(普段の行動の様子から)こんな所があるんじゃない?どう思う?」
 生徒：「そうかなあ…」(自分でもよく分からないなあ。)

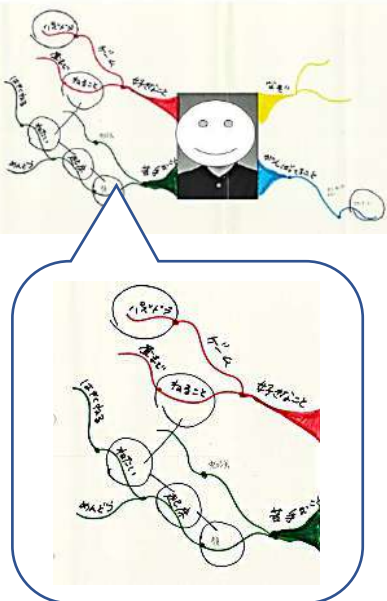


○本人と教師とのやりとり

教師：「○○だったらいいなあ。」(自分の憧れる姿)という風に考えてみたら?
 本人：「人よりも集中力があれば…」「怠けず、時間を守れたら…」「話し上手になりたいな。」
 教師：「そうなんだね。『こんな風になりたい』という気持ちはあるんだね。それは「目標」や「課題」として捉え直すこともできるのではないかな?」
 本人：「そうですね。」
 教師：「さらに自己の理解を深められるようなワークをやってみよう。」
 本人：「はい。」



①マインドマップ



目的 ※①、②ともに共通

- ・頭の中で考えていることを「見える化」し、自分について考えたり、表現したりするようにする。
- ・自分で話したり、他者の考えを聞いたりして、自己の理解、他者理解ができるようにする。

実施方法① マインドマップ

- ①「マインドマップ12のルール」の手法をアレンジし、メインテーマを「自分」として進める。
- ②考えが広がらない時には、教師が補助したり、本人の言葉を補足したりして、気づきを促す。

生徒の反応

- 自分でテーマを設定することが難しかった。
- 好きなこと、苦手なことを膨らませることができた。
- 書くことに時間がかかってしまうため、記入は教師が行い、考えを表出することに専念していた。(図3)
- 自分からは多くは語れず、促しや質問に応じる程度の取り組み。
- 選択肢を提示すると、選ぶことができた。

②マンダラート

図3

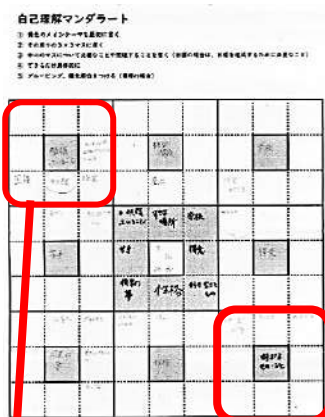


図4

【サブテーマ】好きな場所・学校・好きなこと/もの、性格・将来の夢・得意・苦手・頑張っていること

実施方法②マンダラート

- ①メインテーマ(自分)とサブテーマを中央に書く。
- ②その周りの3×3マスにサブテーマを書く。
- ③中心のマスについて関連することや必要なことを書く。(目標の場合は、目標を達成するために必要なこと。)
- ④できるだけ具体的に。
- ⑤グルーピング、優先順位をつける。

生徒の反応

- サブテーマからの広がりが難しい様子だった。
- 関連ワードを想起できるように対話でやりとりし、「一つのワードについて最低一つは答える。」というルール付けをすることで、頑張っていること」を結構書くことができた。
- 「好きなこと」「頑張っていること」が(自分なりに)結構書けた。との感想を言えた。

○教師の声

これまで「出来ていないところ」ばかりに目が向きがちであったが、対話や活動を通して、自分のプラスの側面(好きなこと、頑張っていること)への気づきがあったね。



○本人からの声

自分について思った以上に書けなかった…。けれど、「好きなこと」「頑張っていること」は結構書くことができた。自分にも前向きな部分があるんだなあ…

「できていない」自分だけではなく、「できる」自分への気づきで、自己評価の変化が見られてきました。自己の理解を進めて課題を見つけられるようになってきたら、次は方略(作戦)について考えてみましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「エゴグラム性格診断テストをやってみよう」 実施時期：10月

図5

目的

- ・性格診断テストを行い、自分の行動パターンを客観視する。
- ・現実の自分と理想の自分との比較し、「なりたい自分」に近づくためにどうすればよいか考える。

実施方法

- ①エゴグラム診断のできるサイト(心理カウンセラーの種 Web 版心理テスト)を使用し、50の質問に答える。
- ②一回目は「現実の自分」、二回目は「理想の自分」について、直感的に答えるように指示する。(回答に時間がかかったため実施は一回のみ)
- ③診断結果を色わけし、図表をもとに読み取る。(図5)

【大事なポイント】

- ・自分自身の弱み強みを客観視する。
- ・理想と現実の差の大きい要素について考え、具体的に何をすればよいか明確にする。

生徒の反応

○質問に対して、「どちらでもない。」と迷うことが多く、時間がかかってしまうが、最後まで自分で考えて取り組むことができた。

●時間がかかってしまって診断は一回(現実の自分)のみの実施だった。

○客観的な結果から自分の「強み」(協調性があること、周囲と合わせられること)と「弱み」(自分にも他人にも甘く、ルーズで時間を守らないこと)に気付くことができた。(図6)

図6

○自立活動「分析してやってみよう」(学習状況分析シート) 実施時期：1～2月

図7

目的

- ・これまでの自己の理解を深める学習を通して、教科の授業での自分の姿を振り返る。
- ・学習状況を分析することで、課題を見つけ、方略について考える。

実施方法

- ①「学習状況分析シート」を使って、レーダーチャート図を作る。
- ②自己評価と他者評価をシート上に印し、評価の差異を見る。(自己分析をする。)

生徒の反応

○自分なりに得意な教科(前向きに参加できている授業)を選んで分析できた。(設定科目は言語文化)(図7)

○他者評価をもつ機会を設定し、教師(教科担当)の助言や励ましをもらうことで、うなずきながら話をよく聞いていた。評価にも納得していた。

○発表時の「声量」が改善点ということに自分で気付き、分析できた。

○本人と教師とのやりとり

教師：レーダーチャートで授業参加の現状がよくわかったね。

生徒：先生と評価が同じところもありますね。

教師：教科担当の先生からのコメントも見てみよう。

生徒：はい、納得できます。

教師：この様に可視化して、分析することで、自分の課題が見えてくるね。

生徒：「発表」や「記憶力」が低い…発表は皆に聞こえる声を出すことから始めるか…。

教師の声

「学習状況分析シート」では君と先生との評価の相違点も課題になることに気付けたね。



本人からの声

「言語文化」の授業は、がんばって参加できていると思います。〇〇先生(教科の担当)とも、コミュニケーションがとりやすくて

課題に対する方略の理解が進んできました。次は、自分の課題に対して、どのように改善していく方法があるか考えてみましょう。また、学習の振り返りを通して学習を調整する力や新たな学習を進める力を育てていきましょう。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「分析してやってみよう」(学びのシート①)(目標チェック表②) 実施時期:1~2月

①学びのシート

学びのシート～自己理解を学びにつなげるために～

目標:声の大きさ
文字の大きさ

数値化

コメント

目的

- ・学習状況を分析した上で、「学びのシート」(図8)や「目標チェック表」(図9)を活用し、課題の優先順位を決め具体化する。
- ・課題改善のための作戦(方略)を考え、実行する。
- ・実践を振り返り、新たに目標設定や方略を調整する。

実施方法

- ①「学びのシート」を活用して、自身の特徴や授業での目標をまとめる。
- ②「達成するための目標」までを行い、振り返りは次時に行う。
- ③授業動画を録画し、振り返り時に使用する。
- ④教科担当者からのコメントをもらい、他者評価を次回の目標や課題改善の参考にする。(図8)

②目標チェック表 図8

【目標を達成するためにチェック表を活用しよう!】

目標	達成状況	数値評価
声の大きさ	3	2
文字の大きさ	2	2

数値化

生徒の反応

- 自身の特徴については「選択式」(※赤が得意、青が不得意)にすることで、比較的取り組みやすそうだった。
- 目標を達成するための作戦(方略)は自分一人では思いつかなかった。
- 教師と一緒に「(授業に参加する時に)どんな姿がよいか。」等、理想のイメージを話し合うことで、「この方略でやってみよう!」と納得して作戦を決めることができました。
- 授業中は時折、「これでいい?」というような自信の無さを示す確認のアピールが見られた。
- 動画で振り返る時に、見る視点(ポイント)を示したり、出来栄を数値化したりすることで、自分の課題を具体的に言葉にすることができていた。
- 動画での振り返りが嬉しそうだった。
- 自分で目標の難易度を下げて、達成できるように調整する姿が見られた。
- 教科担当者からのコメント、友達からの励ましや言葉かけを素直に受け入れ、よい反応を示していた。(図10)

図10

友だちの支援を受けて、声の大きさに注意しながら発表している様子



○本人と教師のやりとり

本人:動画を観て(自分の姿を振り返って)姿勢と声をさらに改善できると思った。

教師:「できそうな所」に着目して、改善しようとしているね。

評価を2→3に段階をあげることも大事な考え方だね。

本人:(次は)目標を達成できるように、1つに絞ろうかな…。

教師:そうだね。「目標の調整」ができているね。「方略」はどうかかな?

本人:発表時に(答えが合っているかどうか不安なので)先生や友達から励ましをもらうことは嬉しいです。

教師:友達にフォローしてもらうことも大事な力(方略)の一つだね。

成果と課題


【成果】

- 生徒は自身の感情や考えの表出が少なく、様々なことに対して以前はすぐに「分からない。」「できない。」と消極的であった。しかし、自己の理解の学習や対話を通して、他者から評価をもらったり、自分で悩みながらも考えを表出していったりするうちに、少しずつではあるが、自分の内面について考え、語ったり、向き合ったりすることができるようになった。また、自己肯定感が低く、何事にも自信をもてなかったが、慣れた環境や相手とであれば、少人数の活動で力を発揮することができ、自信をつけることができた。教師や友達からの関わりで授業への参加意欲が高まり、態度面での変化も見られた。
- 行動の調整について、これまで経験したことがあまりない「振り返りの活動」を行うことで、自分の「今」の姿を受け入れて、目標の数を減らしたり、目標のレベルを落として達成できるようにしたりするなど、スモールステップで調整する考え方を身に付けることができた。


【課題】

- 自分で課題を見つけて改善しようとすることや、実際に自分一人で行動に移すことはまだ難しい。
- 互いに認め合い、励まし合える集団の中では意思表示ができるが、集団の質や人数が変わると難しい。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践前の実態 (R5.9)				



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践後の実態 (R6.3)				



スモールステップでの目標設定や行動の調整の考え方を身に付けることで、少しずつ自分と向き合えるようになってきました。



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいが、自己観察力が低く、客観的な視点で理解することが難しそうだな。自分の行動をモニタリングしながら新たなよさや強み、客観的な課題に気付けるとよいのだが。

経験があることは積極的に取り組むから、スモールステップ方式で課題改善する経験を積み重ねることで、主体的に課題に取り組めるようになるのではないか。

その結果、粘り強さや学習を調整する力などの「学びに向かう力」が育まれるのではないか。



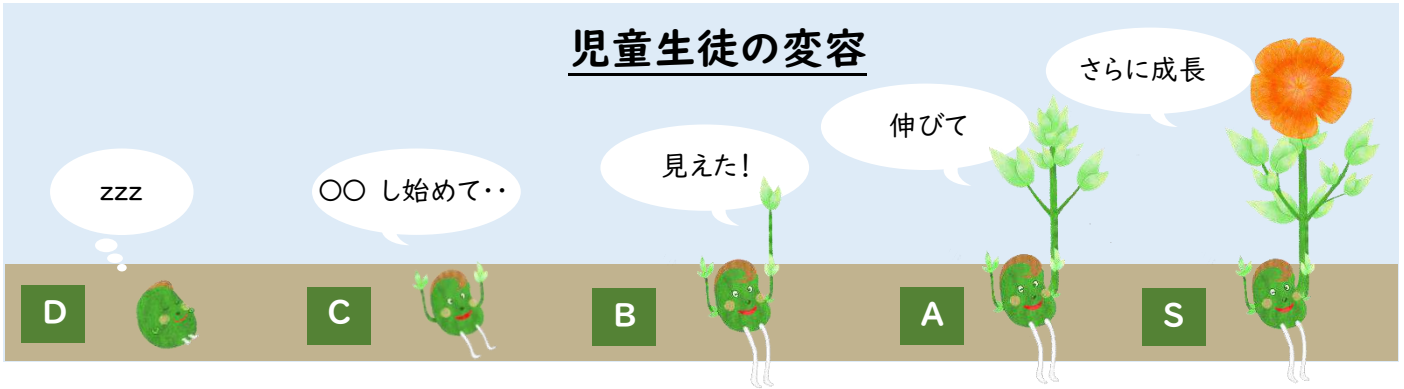
目指す生徒の姿

自分の強み 経験があることは積極的に行動できる
を理解し、その強みを生かして経験を積み重ねて行動を活性化する状態をつくらうとする。

自分の課題 客観視することやコミュニケーションが苦手
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略 スモールステップ方式で目標設定し、課題改善に取り組む方法
を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

C

- 自分のよさは表出できる。
- 具体的な言葉で表出できない。

B

- よさや強みの選択肢を選ぶ。
- 簡単な言葉で自ら表出できる。

2 自分の課題の理解について

C

- 教師との対話を通して、苦手や不得意なことは表出できる。
- 苦手なことを課題として捉えることが難しい。

A

- 自分の課題について具体的に表出しようとしている。
- 他者評価や客観的な課題と一致してくる。

3 課題に対する方略の理解について

D

- 課題に対する方略を知らない。

B

- 方略方法の例を参考に、自分の課題に合った方略を複数知っている。
- 行動に移すまでには時間がかかる。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

D

- 課題に対する方略を考えない。
- 調整した経験がない。

B

- 課題に適した方略を選択する重要性や必要性に気づいている。
- 実践できそうな方略に変更している。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

D

- 自身の行動を振り返ったことがない。
- 課題を受け入れて改善したことがない。

B

- 動画で分析しながら振り返ることができる。
- 振り返った内容から次回の目標を設定し、実践している。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「今の自分を知らう～自己の理解ワークシート～」 実施時期：9月

図1

目的

- ・自分のよさや課題について、どの程度理解しているかを測る。
- ・自分が認識しているよさや強みに対して、他者から肯定的に認めもらう。

実施方法

- ①自己の理解に関する内容項目（私〇〇な人、得手不得手、好きなこと嫌いなこと、長所短所、自分の充電方法、今後頑張りたいこと、〇年後の私など）について自分の考えを記入する。
- ②記入が難しい場合には、他者との対話を通して気づきを促す。生徒自身の言葉を引き出すため、誘導にならないよう配慮する。
- ③記入した内容について、教師が肯定的にフィードバックすることでよさや強みについての理解が深まるようにする。

生徒の反応

- 全体的を通して、記入に時間はかかったが、「記憶力が強い。」「言葉遣いが丁寧。」など自信がある内容を書き込んでいた。
- 感想では、「よさや強みについて考えたことがなかった。」と話し、記入することで理解しているようであった。
- 文章構成が苦手なため、具体的に記入することは難しかった。
- 「課題が見当たらない。完璧である。」と自信満々に発言する様子が見られた。苦手や不得意などが課題として捉えることが難しい。
- 問題発見能力が低いことが伺える。目標や理想が漠然としていることも要因か。(図1)

○教師の声

自分のよさや強みの理解はしているようであったが、課題の理解は不十分であった。今後は自分では気付かなかった新たなよさや強みの理解や妥当性のある課題への気づきなどにつながる学習活動を設定してみよう。また、自分の考えや行動を客観視することが苦手な実態を考慮すると、メタ認知能力を高め、自己分析する力が必要と思われる。



よさや強み、課題についての理解度を把握することができました。次は、新たな気づきを促し、自己の理解を深める実践をみていきましょう。



【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「作業やゲームから自己分析してみよう」 実施時期：10月

図2

動画でモニタリングする様子

目的

- ・他者との身体的なかかわり及び共同作業により、身体的感覚を通して自己・他者意識を育てる。
- ・活動の振り返りでは、参加者同士で良かった点を指摘しあうことでよさや強みについての新たな気づきを促す。

実施方法

- ①直接的に触れたり、道具を使って協力したりする活動を設定する。(例：二人三脚、机の運搬、ボール運びゲームなど)
- ②他者に合わせることや協力することなどを約束し、楽しい活動を目指す。
- ③活動は動画撮影し、振り返りの時間に視聴する。(図2)



協力方法が分からず、一人で黙々と作業を進める様子。

図3

④相手の良かった点を指摘しあい、内容をワークシートにも記入する。

生徒の反応

- カーテン取り付け作業では一人で作業に取り組み、協力することはなかった。(図3)
- 動画で自分の様子をモニタリングすることで、「依頼された作業は嫌がらずに手伝える。」「最後まで諦めない、負けず嫌いな性格。」と具体的に表出することができた。
- 他者から良かった点の指摘を受けることで、新たな自分のよさに気付くことができた。また、嬉しそうな表情でワークシートに記入する姿が見られた。

○教師の声

学習活動を通して、自分の性格的なよさや強みについて新たな気づきがあった。また、動画でのモニタリングは自分の様子を客観的に捉えて、具体的に抽出することができて効果的である。そして、教師が注目してほしい場面で停止したり、巻き戻したりすることで、他者視点で考える機会を意図的に設定することができた。今後も取り入れていきたい振り返り方法である。



【②自分の課題の理解について】

○自立活動「教科学習から自己分析」

実施時期：10月

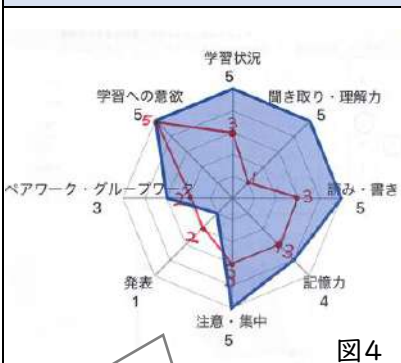


図4

レーダーチャートの結果



図5

目的

- ・課題に対する知識を身に付け、自分の課題を理解することができる。
- ・評価結果をチャートで可視化したり、教科担当者からのコメントを取り入れたりすることで、課題を自己分析できるようにする。

実施方法

- ①分析したい教科を決定し、自身の授業の様子を振り返りながら『自己分析シート』8項目の評価内容に沿って自己評価していく。
- ②決定した教科の担当教師から他者評価してもらう。
- ③自己評価結果をレーダーチャートアプリに入力し、グラフを作成する。
- ④他者評価については、評価のずれに気づきやすいように自己評価のグラフ上に手書きで記入する。
- ⑤分析ポイント(グラフが凹んでいる部分や評価のずれなどに注目する)を説明し、自己分析する。
- ⑥分析結果をワークシートにまとめる。

生徒の反応

- 視覚優位である特性を活かし、グラフを見ながら積極的に自己分析していた。(図5)
- 高評価で一致していたり、評価がずれていたりに注目していた。
- 「え、嘘だろ。」とつぶやき、他者評価の低さに驚く様子が見られた。他者からの見立てが違うことや客観的な自分の課題について気付くことができた。
- 教科担当者からの追記コメントをじっくり読んでいた。授業場面における具体的な課題理解につながった。(図5)
- 他者評価が客観的な視点につながり、他者意識が向上した。
- 分析結果をワークシートにまとめる作業では、項目内容や教師からのコメントをそのまま書き写し、自分の言葉で具体的に表出することは難しかった。



○本人からの声
自分が思っていた以上に評価が違ってびっくりした。
教科担当の先生からの評価やコメントによって、新たな課題に気付いた。

○教科担当者の声

一斉授業の中で、個別に声掛けする時間が不十分に感じていた。この機会に、本人のできていることや頑張してほしいことを具体的に伝えることができて良かった。今後も、本人の様子を情報共有して連携したい。

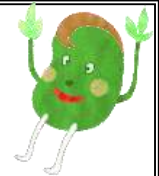


○教師の声

教科担当者と教科学習での本人の様子を共有したり、自立活動の目的や目標などを共通理解したりすることで、連続性のある指導・支援につながっている。
また、今回の学習活動を通して他者からの見立てが違うことや客観的な自分の課題に気付くことができた。今後は、理解した課題を改善して自己成長する喜びや楽しさを味わってほしい。そのためには、自分の課題をどのように改善していくかの方略を知ることが必要である。



新たなよさや強み、課題についての理解が深まり、自己成長させる前向きな気持ちも芽生えてきました。次は、課題改善して自己成長するための方略の理解を促す実践をみていきましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「自分だけの依頼方法や援助方法を考えよう」

実施時期 11月～12月

<p>図6</p>	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の課題に合った依頼方法や援助方法を知る。 依頼や援助をするメリットを知ること、実践するチベーションにつなげる。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> 自分の苦手なことや不得意なことを整理して、課題を抽出する。 整理した課題に対して、どんな援助があったら克服できそうか、取り組めそうか考えて記入する。 考えた援助を誰にどのように依頼すればよいか方法を考えて記入する。 時間に余裕があれば、具体的に実践できそうな場面を考える。 振り返りでは、他の人や物などの助けや協力を得てできるようにすることも大切であること、一人で頑張らずに周りに頼ってよいことなどを伝える。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ●学習内容ワークシートへの記入が進まない様子が見られた。 ○場面を教科学習での授業中に限定することで、「発表すること。」「分からないときに質問すること。」と自分の言葉で記入できた。(図6) ○教師との対話を通して、複数の方略や援助方法などを知ることができた。 ●振り返り場面で、教師が授業で実践できそうか尋ねると、困った様子で首をかしげていた。方略を理解し始めているが、行動に移すまでには時間がかかりそうだ。
-----------	---

○本人からの声
方略は分かったけれど・・・教室の雰囲気や担当教師、生徒など周囲の様子が気になって無理だ。別にできなくても問題ないだろう・・・。





○教師の声

教師との対話を通して、複数の方略や援助方法などを知ることができた。しかし、方略を理解し始めてはいるが、行動に移すまでには時間がかかりそうだ。今後は、目標を細分化し、具体的な方略を考えることで、本人の実践意欲につなげたい。実践する中で、この方法なら上手くいく、落ち込まずに済むなどを実感してほしい。

課題に対する方略の理解が進んできました。次は、方略の知識を実践する機会を設定し体験的に学習を進めていきましょう。また、学習の振り返りを通して学習を調整する力や新たな学習を進める力を育てていきましょう。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「仮説を立ててチャレンジしよう」

実施時期：1～2月

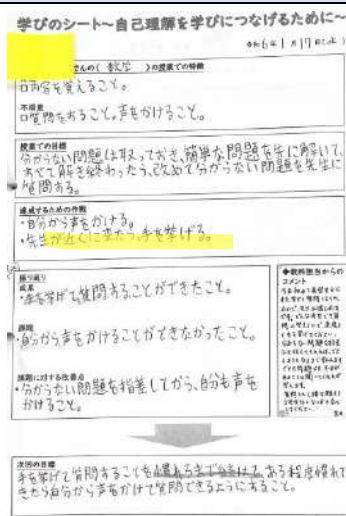


図7

目的

- ・教科学習における自分の様子を客観的に分析する力を身に付ける。
- ・自分の課題に対する目標設定を行い、目標を達成するための仮説を立てて実行・検証・修正する経験を積む。

実施方法

- ①「学びシート」の活用方法を説明し、実践したい教科を決める。
- ②決定した教科における自分の特徴や課題などを自己分析する。
- ③課題分析を受けて目標設定をする。
- ④目標を達成するための方略について考え、記入する。(図7)
- ⑤「学びシート」で設定した目標を意識して、自分が決めた方略を教科学習で実践する。(実践している様子を動画撮影する。)
- ⑥教科学習での様子を動画で振り返り、成果や課題、課題に対する改善策を記入する。
- ⑦振り返りの内容を受けて、次回の目標設定を行う。

生徒の反応

- 「教師や友達へ相談・質問する」という課題の選択が多くなり、方略のパターン化が見られた。
- 方略の実践を繰り返す中で、自分の設定した目標が高すぎたことに気づいた。
- 失敗経験から、スモールステップ方式で具体的な方略が実践しやすいことを理解した。
- 「先生が近くにきたら手を挙げて知らせる。」と方略の難易度を下げて調整することができた。(図8)
- 質問するための方略については、「家庭科の授業でも実践できそう。」「家庭科でやってみる。」と新たな教科学習での実践を自発的に提案する姿が見られた。(図9)
- 動画による振り返りで、自分の様子を具体的に表出することができるようになってきた。



数学での実践

図8



家庭科での実践

図9



○本人からの声

そうか!!先生が近くにきたら声を掛ければいいのか!!
静まり返った雰囲気の中、自ら手を挙げて質問しなければいけないと思っていた…。
数学の先生からも声を掛けられると嬉しいとコメントにあったし…次もやってみようかな。

○教師の声

実践を繰り返す中で、目標達成に向かってスモールステップ方式で取り組むことの大切さに気付くことができた。また、目標に対する振り返りもできるようになり、次回の目標設定に活かせるようになってきた。





○本人からの声

数学で質問できたなら他の教科でもできそうだな…。
分からないことを質問する目標ならば家庭科のエプロン製作の授業でもできそうだ。

○教師の声

小さな成功体験の積み重ねで自信がつき、他の場面でも実践しようという意欲が向上してきた。また、以前は教師主導で振り返りを行っていたが、生徒本人が主体的に自己分析して成果や課題などを表出できるようになった。
学びシートでの実践を通してRPDCA サイクルや試行錯誤のサイクルなど、学習の進め方の理解が深まってきた。



成果と課題

【成果】

- 自己の理解については、動画でのモニタリングを通して客観的に自分を捉えて分析することでメタ認知能力が向上したと考えられる。このことにより、自分のよさや強みの気付きから自分の課題理解を深めることができた。
また、自己評価と他者評価を比較したり、他者からの具体的なアドバイスを受け入れたりすることにより、『課題に対する理解』については大きな成長が見られた。特に、学びシートでの振り返り活動を通して自分の成果や課題を具体的に記入することができた様子からも変容が見て取れた。
- 行動の調整については、教科学習における実践を繰り返し経験の積み重ねを通して RPDCA サイクルや試行錯誤のサイクルなどの学び方の知識が身に付いてきた。また、スモールステップ方式で達成可能な目標に調整することで、成功体験が自信につながり、次の課題に挑戦しようという好循環が生まれ、変容につながった。

【課題】

- 『学びシート』を活用すると短期的な目標を意識して取り組むことができるようになったが、課題を改善するための長期的な目標が漠然としている。単発的・断片的な取り組みを回避するためにも、理想やロールモデルなどの例を提示し、長期的な目標や見通しをもつことができるようにすることが課題である。
- 行動の調整しながら継続的に取り組んでいくためには、生徒のセルフモチベーションの維持や振り返りににおける他者からのフィードバックなどが必要であると感じる。学習のマネジメント力を身に付け、習慣化していくためにも、本生徒に関わる教師で情報の共通理解を図り、効果的な振り返りを指導・支援していく体制づくりが課題である。

	D	C	B	A	S
①					
②					
③					
④					
⑤					

実践前の実態(R5.9.6)



	D	C	B	A	S
①					
②					
③					
④					
⑤					

実践後の実態(R6.3.13)



動画を活用して、自分をモニタリングすることで、自分を客観視することができました！課題にはスモールステップ方式で達成が可能な目標に調整することで、手応えを感じられました。



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己の理解を促したいが、自己肯定感が低く、前向きに理解することが難しそうだな。自己分析ツールを活用しながら新たなよさや強みに気付けるとよいのだが。

言語理解が高いので、自己分析データや教師との対話などを通して自分のよさや強みに自信をもつことで、意欲的に課題に取り組めるのではないか。また、「なりたい自分」を明確にすることで、課題に取り組む動機付けにつながるのではないか。

その結果、粘り強さや学習を調整する力などの「学びに向かう力」が育まれるのではないか。



目指す生徒の姿

自分の強み

言語理解が高く、約束を遵守する

を理解し、その強みを生かして自己分析データから前向きな状態をつくらうとする。

自分の課題

自己肯定感が低く、慎重になり過ぎる

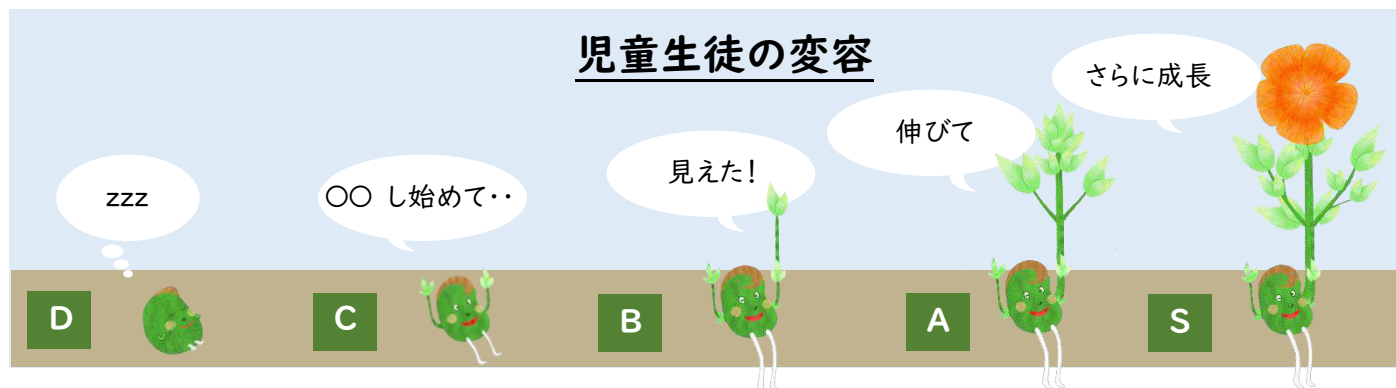
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

自身の行動を振り返り、課題を整理して次の学習に活かす方法

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

- C**
- 自分のよさは表出できる。
 - 他者から伝えられたよさや強みは否定することが多い。

- A**
- 新たなよさや強みを理解できた。
 - 自ら具体的に表出できる。

2 自分の課題の理解について

- C**
- 教師との対話を通して、自分の課題を整理し、理解し始めている。
 - 具体的な課題を表出することは難しい。

- A**
- 自分の課題について具体的に表出できるようになってきた。
 - 自己分析した結果が客観的な課題と一致してくる。

3 課題に対する方略の理解について

- D**
- 課題に対する方略を知らない。

- B**
- 方略方法の例を参考に、自分の課題に合った方略を複数知っている。
 - 方略の実践場面を想像できる。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

- C**
- 課題に対する方略の事例の中から、自分の課題に照らし合わせて方略を選択している。

- A**
- 方略を実践してみた感想とともに、方略を見直した方がよいことを自ら伝える。
 - 他の方略に自ら変更している。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

- C**
- 動画やプリント等を使用して、振り返りの方法や課程を理解し始めている。
 - 自ら行動を振り返ることはない。

- A**
- 実感したことを基に振り返ることができる。
 - 振り返った内容から、課題の優先順位や方略の難易度を調整して次回の目標を設定している。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「今の自分を知らう～自己理解ワークシート～」

実施時期：9～10月

図1

目的

- ・自分のよさや課題について、どの程度理解しているかを測る。
- ・自分が認識しているよさや強みに対して、他者から肯定的に認めてもらう。

実施方法

- ①自己の理解に関する内容項目(私○○な人、得意不得手、好きなこと嫌いなこと、長所短所、自分の充電方法、今後頑張りたいこと、○年後の私など)について自分の考えを記入する。
- ②記入が難しい場合には、他者との対話を通して気づきを促す。生徒自身の言葉を引き出すため、誘導にならないよう配慮する。
- ③記入した内容について、教師が肯定的にフィードバックすることでよさや強みについての理解が深まるようにする。

生徒の反応

- 少し迷いながらも自分の言葉で記入することができていた。(図1)
- 今まで事実として結果が残せていることに対しては、よさや強みとして理解しているようであった。
- 「友達からは優しい、真面目などと言われるが自分ではそう思わない。」と他者からの意見は否定する様子が見られた。
- 「自分のことについて書くことは苦手。」「多分、こんなところだと思う。」等とつぶやき、よさや強みについては自信がない様子が見られた。自己肯定感の低さが伺える。
- 課題については「勉強とコミュニケーション。」と言っていた。自分の課題を具体的に表出することは難しかった。

ワークシートの項目内容

- ①私○○な人
- ②自分の得意・好きなこと
- ③自分の苦手・嫌いなこと
- ④自分のよいところ(学習面・生活面・対人関係)
- ⑤自分の直したいところ(学習面・生活面・対人関係)
- ⑥居心地のよい場所
- ⑦苦手な場所
- ⑧自分の充電方法・回復方法
- ⑨これから頑張りたいこと
- ⑩○年後の私(学習面・生活面)



○本人からの声
いつもできていないと得意とは言えない。
『できる』、『得意』と書くと失敗できないのではと不安になる。

○教師の声

素直に伝えてくれた言葉からは生徒の完璧主義な一面と、不安や心配が強い印象を受けた。まずは、不安や緊張を和らげて、前向きな自己理解を促したい。そのためには、新たなよさや強みに気づき、自信がもてるような学習内容を設定しよう。



よさや強み、課題についての理解度を把握することができました。
次は、新たな気づきを促し、自己の理解を深める実践をみていきましょう。



【②自分の課題の理解について】

○自立活動「エゴグラム性格診断テストをやってみよう」

実施時期：11月

**赤線：現実
青線：理想**

感想
このエゴグラム診断の結果を分析して、自分の性格や行動パターンを知ることができた。また、他人から見た自分を知ることで安心と自信につながり、現状維持思考からスキルアップしたいという前向きな気持ちへの変化が表れた。

目的

- 性格を分析する活動を通して、自分の性格や行動パターンを知る。
- 客観的なデータから課題を明確にし、具体的に表出できるようにする。

実施方法


- 「心理カウンセラーの種～エゴグラム無料チェックテスト～」より50の質問に答える。（「現実の自分」と「理想の自分」と計2回答える。）
- 「現実の自分」と「理想の自分」の計2回の結果を色分けしてグラフ化する。（図4）
- 各要素やパターンの説明をした後に、診断結果を照らし合わせて自己分析する。
- 理想と現実の差が大きい要素に注目するよう促し、課題を抽出できるようにする。
- 分析結果をワークシートにまとめる。

生徒の反応


- 質問内容が分からず教師に質問することもあったが、スムーズに解答していた。
- エゴグラムでも自分のよさに「優しい」が結果として出た。しかし、「優しすぎるあまり断れない、我慢しがち」といった内容に自分のよさがときに課題になってしまうことに気付くことができた。
- 解説から課題を引用することはできたが、課題を自分の言葉で具体的に表出することは難しかった。（図5）

○教師の声

様々な自己の理解ワークに取り組んできた中で、『ジョハリの窓』や『エゴグラム診断』のように他者評価や診断結果など筋道がたった結論は本人にとって説得力があるようで、客観的意見を肯定的に受け入れることができた。また、他者から見た自分を知ることで安心と自信につながり、現状維持思考からスキルアップしたいという前向きな気持ちへの変化が表れた。



新たなよさや強み、課題についての理解が深まり、自己成長させる前向きな気持ちも芽生えてきました。次は、課題改善して自己成長するための方略の理解を促す実践をみていきましょう。



【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「自分だけの依頼方法や援助方法を考えよう」

実施時期：11月

図6

目的

- 自分の課題に合った依頼方法や援助方法を知る。
- 依頼や援助をするメリットを知ること、実践するモチベーションにつなげる。

実施方法

- 自分の苦手なことや不得意なことを整理して、課題を抽出する。
- 整理した課題に対して、どんな援助があったら克服できそうか、取り組めそうか考えて記入する。
- 考えた援助を誰にどのように依頼すればよいか考えて記入する。
- 時間に余裕があれば、具体的に実践できそうな場面を考える。
- 振り返りでは、他の人や物などの助けや協力を得てできるようなすることも大切であること、一人で頑張らずに周りに頼ってよいことなどを伝える。

記入が難しいとき

- ・教師が援助や依頼方法の具体例を提示しながら、一緒に考える。
- ・「援助」→「助け」や「依頼」→「お願い」など分かりやすい言葉で説明する。

生徒の反応

- 「対処方法って何ですか。」と答えるなど、課題に対する方略を考えたことがなく、知らない様子が見られた。
- 課題は「人前で話すことが不得意。」と書き出すことができた。
- 教師から対処方法の具体例を教えてもらうことで、「自分なりに言いたいことをメモしておく。」「事前に担任の先生に説明したいことを伝えて、抜けがないか確認してもらう。」などワークシートに記入することができた。(図6)



○教師の声

事前にじっくり方略を考えることが慎重派の生徒の安心につながる。安心材料が増え、「実践してみようかな。」の気持ちが芽生えてきた。その気持ちを大切に、次は実践を通して成功体験を積みませたい。

○本人からの声

考えることが結構難しかったが、ちゃんとした援助方法や依頼方法を考えることができて良かった。もし、自分が困るようなことがあったら、活用できるようにしたい。



課題に対する方略の理解が進んできました。次は、方略の知識を実践する機会を設定し体験的に学習を進めていきましょう。また、学習の振り返りを通して学習を調整する力や新たな学習を進める力を育ていきましょう。



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

自立活動「仮説を立ててチャレンジしよう」

実施時期：1～2月

学びのシート ～自己理解を学びにつなげるために～

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

図7

目的

- ・教科学習における自分の様子を客観的に分析する力を身に付ける。
- ・自分の課題に対する目標設定を行い、目標を達成するための仮説を立てて実行・検証・修正する経験を積む。

実施方法

- ①「学びシート」の活用方法を説明し、実践したい教科を決める。
- ②決定した教科における自分の特徴や課題などを自己分析する。
- ③課題分析を受けて目標設定をする。
- ④目標を達成するための方略について考え、記入する。
- ⑤「学びシート」で設定した目標を意識して、自分が決めた方略を教科学習で実践する。(実践している様子を動画撮影する。)
- ⑥教科学習での様子を動画で振り返り、成果や課題、課題に対する改善策を記入する。
- ⑦振り返りの内容を受けて、次回の目標設定を行う。

生徒の反応

- 方略の実践を繰り返す中で、「静まり返った雰囲気の中で発表することは無理だ。」と教師に自分の意見を伝える姿が見られた。
- 実践する難しさの気づきから、改善策として「答えに自信がなくても、勇気を出して挙手する。」と自分なりに考え、ワークシートに記入することができた。(図7)
- 自分で決めた教科でなかなか実践する場面が展開されないことがあった。「発表する場面は歴史総合の教科が多いかも。自分も得意な科目だし、そっちで実践してみたい。」と自主的に他の教科で実践したいと教師に伝えることができた。
- 振り返りでは、課題に対する具体的な目標設定が難しかった。

ワークシートの項目内容

- ①〇〇さんの△△の授業での特徴
- ②授業での目標
- ③達成するための作戦
- ④振り返り(〇月〇日△△授業について)
成果・課題・課題に対する改善策
- ⑤教科担当者からのコメント
- ⑥次回の目標

○教科担当者の声

事前に自立活動での目標を共有してくれたお陰で、生徒の自主性を見守れたり、苦手克服につながるような言葉掛けを意識したりすることができました。



○教師の声

実践を繰り返す中で、自分の性格や実践する場面に合わせた方略を考えたり、目標の難易度を調整したりすることができるようになった。また、今まで実践してきた方略は自分の考えとして蓄えているようであった。

学びシートを基に実践する見通しをもち、意欲的に新たな学習に取り組んだことにより、自己の理解が深まるとともに、自分で調整して決定する力が身に付いてきた。



成果と課題

【成果】

- 自己の理解については、動画による振り返りが視覚的に自分の変化を捉えやすいため、自己成長を実感することができた。動画の記録が事実として本人にフィードバックできたことにより、よさや強みに対する説得力が増し、納得する姿が見られ理解が深まった。また、「他者から見た自分」を知ることで安心と自信につながり、現状維持からスキルアップしたいという気持ちの変化が表れ、前向きな姿勢で実践に取り組んでいた。
- 行動の調整については、教科ごとの授業の流れや周囲の雰囲気など、細かく分析できるようになっていた。また、「学びのシート」を活用した実践で試行錯誤を繰り返すうちに、目標の難易度を調整することができた。特に、量や質を調整しながら考える姿がよく見られ、方略を調整して新たな学習を進める工夫ができるようになった。

【課題】

- 現在の取組が今後どのようにつながっていくか長期的な見通しをもつことが難しかった。今後は、時間軸を拡大し、卒業後の生活を具体的にイメージした上で逆算して目標や方略を考えることが必要である。
- 「学びのシート」を活用した実践に慣れてきたころに苦手教科や、できない場面で挑戦してみてもうかが提案すると、「その教科は無理です。」と早々と断る姿が見られた。諦めずに、試行錯誤しながら粘り強く取り組む力を身に付けることも必要である。生徒自身が活用できる学びシートではあったが、うまくいった方略を継続し、習慣化することは難しかった。

	D	C	B	A	S
①					
②					
③					
④					
⑤					

実践前の実態(R5.9.7)



	D	C	B	A	S
①					
②					
③					
④					
⑤					

実践後の実態(R6.3.19)



言語理解能力の高さを生かして、教師との対話を通じて、自己の理解を深められました。他者の評価も本人の安心感や自信につながりましたね。



「学びに向かう力」を育てるためには…

自己理解については、まだ芽生えの段階。

言葉でのやりとりだけでは、まだ難しいから、まずは、身体的な感覚を通して自己の理解を育てることや、友達との協働を通して他者意識を育てることから始めてみようかな。

ゲーム性のある活動を取り入れると前向きに取り組めるという強みを生かしつつ、自分の行動や気持ちを整理する活動を設定することで、人に伝える力が育まれるのではないかな。



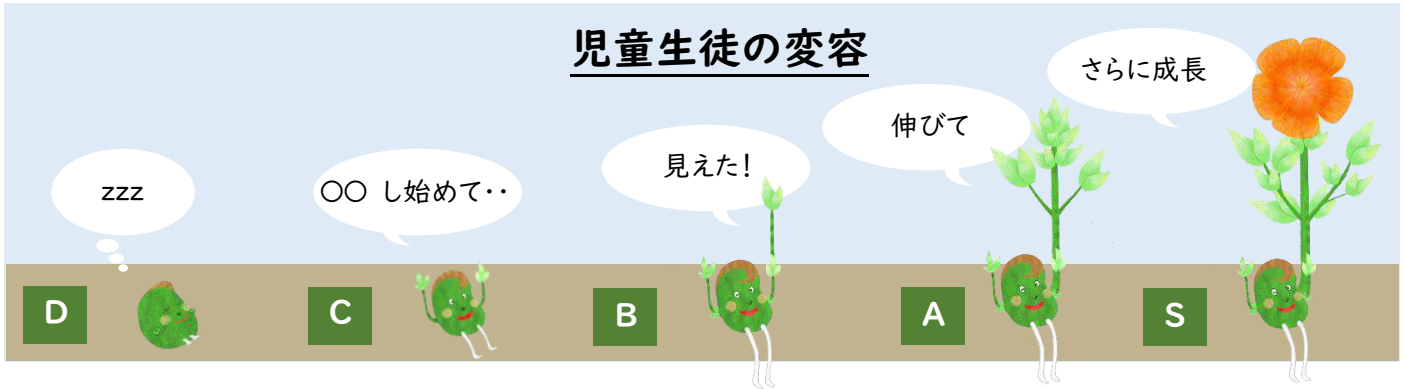
目指す児童の姿

自分の強み ゲーム性のある活動の理解力、目的（ミッション）を達成しようとする力を理解し、その強みを生かしながら、自分の行動や気持ちを整理する。

自分の課題 苦手なことに対して離席する
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略 自分の行動や気持ちを複数の選択肢の中から選ぶ
を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

C ○好きなものは言葉で表出する。

B ○選択肢があると好きなもの得意なことを選択することができる。

2 自分の課題の理解について

C ●離席することで、自分の苦手なことや課題について理解し始めている。
●離席する行動から、何が原因か自分で理解し始めている。

○活動中の自分の言動に対して、選択肢があると「最後まであきらめない」など、選択することができる。

B ○教師と次の活動に対してどのような行動をとるか決めることで話し合いの場に参加している。

3 課題に対する方略の理解について

D ●これまで考えたことがない。

C ○選択肢から選んでもよいという方略を理解し始めている。
○選択肢があることで話し合いの場に参加している。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

D ●これまで考えたことがない。

C ○「友達に意見を言う」など選択肢から選んだ行動をしようとしている。
●自分から選択肢を使いたいという言動はまだ見られない。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

D ●これまで考えたことがない。

C ○振り返りのプリントを使用し、自分の言動を◎○△で、振り返ろうとしている。
○次にどのような行動をすればよいか、教師と一緒に考え、受け止めようとしている。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



研究の実践

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

<p>○自立活動「自分について知ろう」</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> </div> <p>図1</p>	<p style="text-align: right;">実施時期:9月</p> <p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「現在の自分」について、どの程度理解しているか知る。 <p>実施方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テーマ(「得意・好きなこと」「苦手・嫌いなこと」「自分のいいところ」など)を書きだす。(図1) <p>児童の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「好きなもの」や「嫌いなもの」を1つずつ記入していた。 ●「嫌いなこと」と「苦手なこと」に「ちくわ」と同じものを記入していた。 ●8項目中4項目を記入。それぞれ具体例を示したが、「自分のいいところ」は書くことができなかった。自己の理解がまだ不十分であることや、語彙力が乏しいこと、書くことの苦手さが要因と考えられる。
--	--

○教師の声

普段の会話では、生活で起きたことなどを見たまに話すことができるけど、それに対する自分の思いや、好きなことなのか、嫌いなことなのかの認識ができていなかったのかな…。友達と自分の考えや意見が比較できれば、自分のことについて自覚することができるかな…。



そこで…

<p>○自立活動「自分について知ろう～すききらいビンゴ」</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p>「雨」が すき・きらい 「国語」が すき・きらい 「雷」が すき・きらい など</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> <p style="text-align: center;">ビンゴカード</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td>①</td><td>さんま</td><td>ずき</td><td>きらい</td><td>④</td><td>どろぼう</td><td>ずき</td><td>きらい</td> </tr> <tr> <td>②</td><td>おし</td><td>ずき</td><td>きらい</td><td>⑤</td><td>お風呂</td><td>ずき</td><td>きらい</td> </tr> <tr> <td>③</td><td>そら</td><td>ずき</td><td>きらい</td><td>⑥</td><td>ごご</td><td>ずき</td><td>きらい</td> </tr> <tr> <td>⑦</td><td>ゲーム</td><td>ずき</td><td>きらい</td><td>⑧</td><td>クッキー</td><td>ずき</td><td>きらい</td> </tr> <tr> <td>⑨</td><td>あめ</td><td>ずき</td><td>きらい</td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table> </div> <p>図2</p>	①	さんま	ずき	きらい	④	どろぼう	ずき	きらい	②	おし	ずき	きらい	⑤	お風呂	ずき	きらい	③	そら	ずき	きらい	⑥	ごご	ずき	きらい	⑦	ゲーム	ずき	きらい	⑧	クッキー	ずき	きらい	⑨	あめ	ずき	きらい					<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達との共通点や違う点について理解を深める。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 教師が提示した項目に対して、好き(得意)か嫌い(苦手)かを選び、○をつける。(図2) ② ○をつけた言葉を、ビンゴの9つの空欄に自由に配列する。 ③ 友達同士で順番にビンゴの欄を読み上げ、自分と同じ意見であれば、ビンゴのマス目に○をつける。 ④ 友達同士でなぜ好きなのか、嫌いなのか理由を聞き合い、共通点や違う点について考える。 ⑤ ①～④を繰り返す。 <p>児童の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 書くことを苦手としているが、ゲーム性が高かったため、好きか嫌いか選んだあと、ビンゴのマスに書くことに抵抗なく、自分で進めることができた。 ○ 「雷」は「(音が)嫌い」と○をつけていたが、友達の「稲妻はかっこいいよね!」という意見を聞いて「やっぱり好きにする。」と言って、「好き」に書き直した。理由を聞くと「光るときれいだから。」と友達の意見から雷も見方を変えれば好きになるところがあると気が付いた。
①	さんま	ずき	きらい	④	どろぼう	ずき	きらい																																		
②	おし	ずき	きらい	⑤	お風呂	ずき	きらい																																		
③	そら	ずき	きらい	⑥	ごご	ずき	きらい																																		
⑦	ゲーム	ずき	きらい	⑧	クッキー	ずき	きらい																																		
⑨	あめ	ずき	きらい																																						



○教師の声

Ｔくんが、友達の意見を聞いて考えを変えるなんて! びっくり!

ビンゴゲームを通して、友達と自分の考えの違いに気付くことができましたね。他者から言われることで、改めて「自分」について見つめ直すことができました。



○本人からの声
 気持ちを伝えることは「イヤ」「やりたくない」→(行動としてその場から離れる)



○教師の声

本人が「イヤだ」という選択をしていると捉えて、その葛藤は受け止めたい。むしろ課題に向き合っているから出る行動かも…。ゲーム性のあることが好きだから、友達と協力しながらクリアする活動を一つの「ミッション」として設定すれば、抵抗なくできるかな…。

でも、友達と言葉だけのやり取りだと苦手意識もあるから、身体的活動を取り入れれば、楽しみながらできるかな…。

【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「自分の動き・友だちの動きを感じ取ろう～ボールはこびりレー～」

実施時期：10～11月



図3

目的

- ・身体的活動を通して自己・他者意識を育てる。
- ・人とかかわりの中で「伝える力」を身に付ける。

実施方法

- ① 友達と2人組になり、手を使わずにボールを定位置まで協力して運ぶ。(図3)
 - ② ボールの運び方を4段階のミッションにし、ペアになった友達と相談・協力しながら1段階ずつ行う。
 - ③ 1段階ずつクリアする度に、「コンプリートシール」をもらって、次のミッションに進む。(※振り返りで提示するため、ゲーム中の児童の言動を教師が書き留めておく。)
 - ④ ミッションをクリアするごとに、成功できた理由を「成功のポイント」カードを見ながら言葉で教師に伝える。
 - ⑤ ミッション終了後、振り返りをグループごとに行う。「成功のポイント」「感想・がんばったこと」カードを配付し、選択肢の中から自分の行動や気持ちと近い言葉を選ぶ。(図4)
 - ⑥ 全体の場で、ペアごとに振り返りの内容を発表する。
- ※ボール運びりレー、輪くぐりりレー、風船運びゲームなど扱う教材を変えながら繰り返し行う。

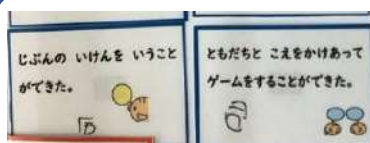
児童の反応

○競争ではなく、協力してミッションをクリアすることを目的とし、身体的な感覚を通して友達と向き合うようにしたことで、「こうするといいよ。」「ゆっくりいこう。」「あわてない。」と友達に自分から話しかけ、他者を意識した言動が見られた。

○以前は、振り返りの時間になると教室の隅におり、活動を避ける様子が見られたが、「成功のポイント」「感想・がんばったこと」カードで、選択肢を提示したことで、教師の質問に対し、自分の気持ちを選ぶことができるようになってきた。



図4



←本児が選んだ
 「感想・がんばった」カードの項目

「選択肢から選べる」というアプローチが、自分の意見を他者に伝えることの抵抗感を少なくして、安心感(間違いへの恐れが少ない安心感、友だちと一緒に相談しながら選ぶという安心感)につながったようですね。



○教師の声

友達と協力しないとクリアできない活動を意図的に設定したことで、他者を意識し、一人で考える素地が少しずつ身に付いてきた。次は、もう少し大きい集団でミッションを達成するゲームにした上で、一人で考える時間を設けてみよう。もしかしたら、状況に応じて自らどう働きかければよいのか考えることができるかも！



【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

自立活動「自分のよさ・友達のよさを見つけよう～UFO キャッチャーゲームをしよう」 実施時期：1・2月



図5

グループでの目標設定

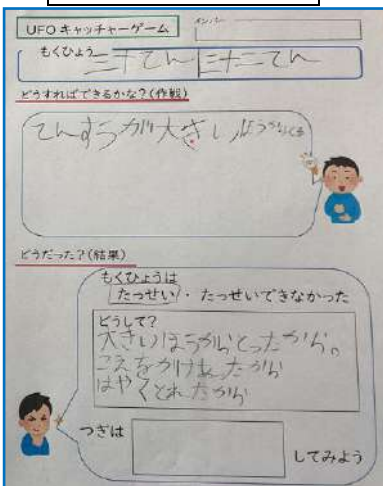


図6

学びのシート

自分の学びのスタイルを見つけよう

○児童自身がどのようにがんばったらよいか分かるように設定

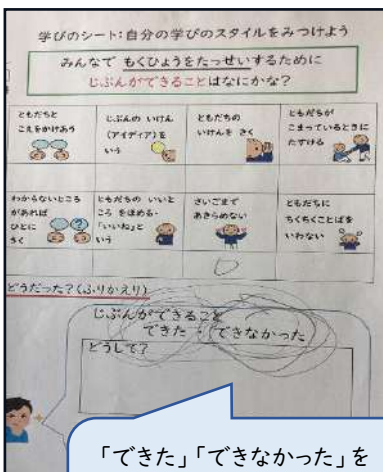


図7

「できた」「できなかった」を行ったり来たりして葛藤していた。少しでも納得がいけないと「できない」につける。自分に厳しい…。

目的

- ・より多くの集団において、他者を意識した言動ができる。
- ・人とのかかわりの中で「伝える力」を身に付ける。

実施方法

- 4人組になり、ゴムのついた紐を使って、ペットボトルを定位置まで協力して運ぶ。
- ① 作戦や目標を考えるため、どのようなミッションか知るため、まず練習をする。
 - ② グループで作戦を練る。
 - ・ペットボトルを何本とるか目標設定をする。
 - ・どうしたらクリアできるか作戦を練る。
 - ・みんなで協力して達成するために「自分」はどうするか考える。(※学びのシートを活用する)(図6)
 - ③ 1回目のゲーム(3分間)
 - ・結果の確認⇒1回目のゲームの振り返り
 - ④ 2回目の作戦タイム⇒2回目のゲーム(3分間)
 - ⑤ 全体の振り返り
 - ・学びのシートを使い、自分の言動について振り返る。(図7)

児童の反応

- 作戦タイムの際は、友達と少し距離を置いているが、友達から「何本とりたい?」と聞かれて「〇本」と答えたり、作戦について「早く取りに行く。」と言葉で伝えたりするなど、9月頃に比べてスムーズに意見が言えるようになってきた。
- グループのワークシートの目標を自分から「書く。」と言って記入するなど、以前は、やりたがらなかったことを少しずつ行うようになってきた。
- 活動に参加できなかった時には、終わった後に教師と言動を振り返り、次はどのような行動をしたらよいか一緒に考えたことで、次の時間には学習に参加することができた。
- 苦手な友達と同じグループになった時には、以前はすぐに活動に参加できなくなっていたが、今回は、「最後まであきらめない」の項目に「〇」をつけた。振り返りでは「少しあきらめそうになったから」という理由で自己評価で「△」をつけていた。
- 「学びのシート」の振り返りで、教師から見たらできていることでも、本人にとっては、納得がいかず、自己評価で「△」や「できた」と「できない」の両方に「〇」をつけることがあった。教師が「どこができないと思った?」と聞くと、「できなかった。」「これでいい。」と答えるのみだった。理由については、言葉では伝えられないが、葛藤している様子が見られた。

○「学びのシート」では、一つ一つ項目を読み、自分ができると思ったことに「○」をつけていた。「友達に声をかける」に「○」をつけた時には、ゲーム中に自分から「こうしてみよう。」など話しかけ、振り返りでも「○」をつけていた。自分の思いを言葉にすることは難しいが、「◎○△」で自己評価することができるようになってきた。(図8)

最後の授業で、初めて自分から「◎」をつけた！
友達の意見も「やってみよう」といって、受け入れていた！

図8



○他の教師の声

以前は、少しでも嫌なことがあると、すぐに教室から出ていこうとしていたけど、3学期にはほとんどなくなったね。他の学習においても、不安定になってから学習に取り組めるようになるまでが早くなった！

学びのシートを使ったことで、はじめに自分がどのように行動すればよいか、方略を考えるきっかけになったようですね。自分がどのような言動をしたのか客観的に見ることで、自己の理解の基盤が育まれつつあるように思います。



成果と課題

【成果】

- 意見の選択肢を多く用いることで、間違いへの恐れが少なくなったため、安心して自分の今の気持ちを選択肢から選んだり、それを見ながら言葉で伝えようとしていたりするなど、対話する場面において伝える力がついてきた。また、他の授業でも同じアプローチをし、安心感がもてたことで、安定して授業を受けることができるようになり、学びに向かうための素地ができてきた。
- 学びのシートを活用しながら、活動の度に自分の言動を教師と一緒に振り返るサイクルを繰り返すことで、学習からの離脱など自分本位の言動が少なくなり、学習に取り組もうとする力がついてきた。

【課題】

- 話し合い活動でその場から離れる行動はほぼなくなったが、自分の気持ちを表現する場面では、自信のなさや間違えることの怖さから動きが止まってしまうことがあるため、今後も選択肢を使用していく中で、気持ちに対する言葉を習得していく必要がある。
- 分からないことを受け入れ、周囲に「教えてください。」と援助を求める力を身に付ける必要がある。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態(R5.7)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態(R6.3)



「意見カード」が、心の安定につながって、更に学習への意欲にもつながったんですね!!



「学びに向かう力」を育てるためには…

自分自身については、少しずつ理解してきているけど、まだまだ芽生えの段階。いいところがたくさんあるけど、自分のよさにまだ気づいていないなあ。

自分や友達のよいところを見つけたり、確認したりする活動を設定すれば、相手の気持ちを考えた言動や、協働的な学びができるようになるかな…



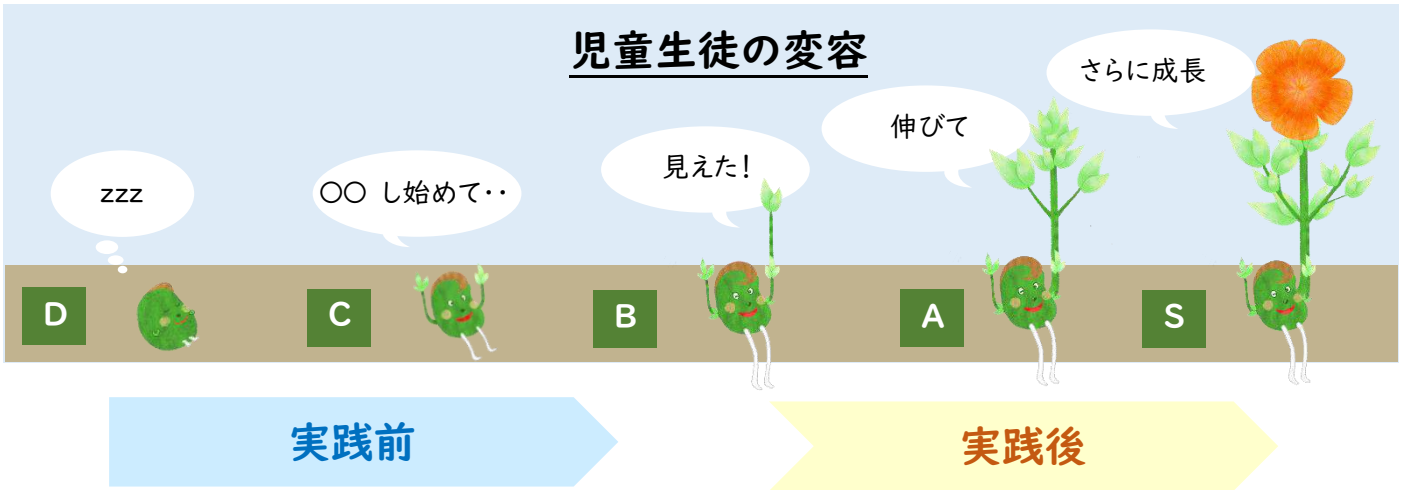
目指す児童の姿

自分の強み 褒められると意欲的に取り組む
を理解し、自分のよいところも友達のよいところに気付くことができる。

自分の課題 自分の間違っ言動を受け入れることが難しい
の理由を分析し、改善する方略方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略 お互いの気持ちや、「よいところ」を確認する
を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



1 自分のよさや強みの理解について

- C**
- 好きなものは言葉で表出する。
 - 内面について言葉で表出できない。

- B**
- 選択肢があると自分の行動を振り返って「友だちに声をかけてた」など自分のよさを選択することができる。

2 自分の課題の理解について

- C**
- 見通しをもち、自分は「できない」と判断する。
 - 「できない」「やりたくない」の理由に「不安」「怖い」と言葉で表出する。

- B**
- 選択肢を使い、活動中、自分がどのように動けばよいか、動きに見通しをもって取り組む。
 - 不安に思ったことも、一度離れ、時間を置くことで、気持ちを整理し、トライする。

3 課題に対する方略の理解について

- D**
- これまで考えたことがない。

- C**
- 選択肢から選んでもよいという方略を理解し始めている。
 - 活動中の映像等を見て、自分の言動を振り返り、称賛されることを通して「私、こんなことを言っていたんだ。」と意識している。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

- D**
- これまで考えたことがない。

- C**
- 選択肢の中からだけでなく、自分で考えたことをシートに記入し、「次はこうしてみよう」と友だちに働きかけている。
 - 自分から選択肢を使いたいという言動はまだみられない。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

- C**
- 動画を見て、自分の言動を振り返ろうとしている。

- C**
- 振り返りのプリントを使用し、自分ができていたことを捉えて記入している。
 - 選択肢をみて、できていなかったこと、していなかったことを自分で選んで記入している。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



○教師の声

日ごろから相手のことを思って行動するNさん。その自分のよさに気が付いてほしいなあ。ゆずりあう気持ちを考える活動を通して、自分の言動を意識してほしいな。



【①自分のよさや強みの理解について】

○自立活動「友達と協力して宝探しゲームをしよう」

実施時期：7月



図1

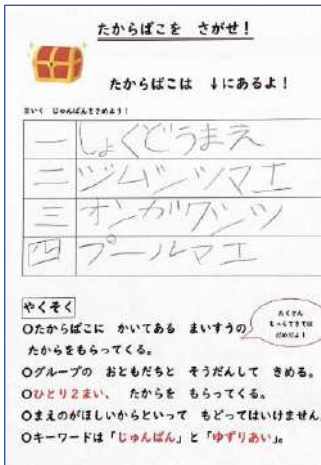


図2



図3

目的

・友達と話し合ったり、ゆずりあったりする活動を通して、自分の「相手を思う気持ち」に気づき、自分の言動を自覚したり、よさを確認したりする。

実施方法

- ① 児童が好きなキャラクターや動物、乗り物などのシールを貼った宝箱を、教師が校内4か所に設置する。(図1)
- ② 児童は、4名1グループを作り、宝箱を探す箇所を話し合いで決める。(図2)
- ③ 目的地まで歩き、宝物を手に入れる。宝箱に書かれた条件を確認する。
※ それぞれの宝箱に「1名だけがもらえる」や「2名がもらえる」「前の宝箱には戻れない」など条件が記入しており、児童は、グループの中で誰がもらえるか等、話し合わなければならない。全ての宝箱を手に入れると、全員2枚のお宝シールがもらえる。
- ④ 自分がもらった宝物を確認する。(図3)
- ⑤ 話し合いの様子を動画を見ながら振り返る。

児童の反応

- 宝箱を見つけると友達に「先にどうぞ。」と言って譲り、理由を聞くと「(教師が初めに伝えていたキーワードの)ゆずりあいだから。」と話した。「そうだね、よく聞いていたね。」と伝えると「うん。」と嬉しそうな表情をしていた。
- 自分は「あとでいい。」「先にいいよ。」と他の友達が一通り宝をもらうまで、もらわずに我慢する様子が見られた。
- 話し合いの場を動画で振り返ったところ、友達に「次〇〇くん、もらいなよ。」と言っているのを見て、「私、こんなこと言ってたんだ。」と言い、なぜそうしたか尋ねると「〇〇くんの好きなものがあったから。」と答えた。「友達の好きなものをよく知っているね。」と伝えると、「〇〇君がよく本を読んでいたから。」と答えた。

○教師の声

Nさんは、友達に対する接し方に「自分のよいところ」があることに気が付いたかな・・・友達と意見が合わない、すぐ「なんでもいい。」と言って我慢して、相手の言うこと全てを受け入れることがあるから、話し合うことでお互い嬉しい気持ちになることだということに気が付いてほしいな・・・。





○教師の声
でも改めて、Nさんは自分のことをどれくらい知っているのだろうか？



【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分について知ろう」		実施時期：9月
得意なこと	好きなこと	目的 ・「現在の自分」について、どの程度理解しているか知る。 実施方法 ・テーマ（「得意・好きなこと」「苦手・きらいなこと」「自分のよいところ」など）を書き出す。 児童の反応 ○好きなことや得意なことなどは、嫌いなことや苦手なことより多く記入することができた。（図4） ○「自分のよいところ」では「メダカを大切にする。」と自分で考えて記入していた。生き物を大切にすることはよいことだと理解している。 ○これから頑張ることとして、「てつぼうのさかあがり」「そくてん」を挙げていた。これは、上級生ができたところを見てあこがれていたためである。
嫌いなこと	自分のよいところ	
苦手なこと	自分の嫌いなところ	
自分のよいところ	これからがんばること	

○教師の声
自分の好きなことや得意なことなど、自分で考えて書けている。今度は友だちから長所を伝えてもらうことによって、今まで知らなかった「自分のよさ」に気付いてほしいな。



↓
そこで..

○自立活動「自分について知ろう～友だちのいいところビンゴ」		実施時期：12月
 <p>図5</p>	目的 ・自分や友達のよいところに気付く。 実施方法 ① 空欄（マス）に友だちの名前を書き、その人の長所を1つ記入する。（図5） ② 読み上げカードを引き、そこに書かれた友達の名前を読み上げる。 ③ 読み上げられた友達の「よいところ」を伝え合い、その友達のマスに色を塗る。 ④ ①～③を繰り返す。 ⑤ ゲームが終わった後は、マスを切りとって、友達に渡す。 ※友達が書いてくれた「自分のいいところカード」が完成。（図6）	
 <p>図6</p>	児童の反応 ○ 友達の書いた自分の長所を見て「〇〇くん、私は絵が上手って書いてくれた。」と嬉しそうに話していた。その後の休み時間でも自分で描いた絵を、上手と書いてくれた友だちに見せに行っていた。 ○ 友達一人一人のよいところを丁寧に思い出し、エピソードなども交えて記入したり、伝え合ったりしていた。	

「自分のよさ」って、自分ではなかなか気付けないけど、友達から言われることで知ったり、改めて確認できたりして、新たな自分を発見できることもありますね。





○教師の声

自信のなさから、どうも積極的に学びに向かえない…。わからないことへの不安がそうさせているのかな…。それなら、友達と一緒にいる活動だったら安心して取り組めるかな。

【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「自分の動き・友だちの動きを感じ取ろう～ボールはこびりレー～」

実施時期：10～11月



図7

ふりかえりシート

2人1組の少ない人数で話し合いをすることで、安心感のある中、意見交換ができるようにする。

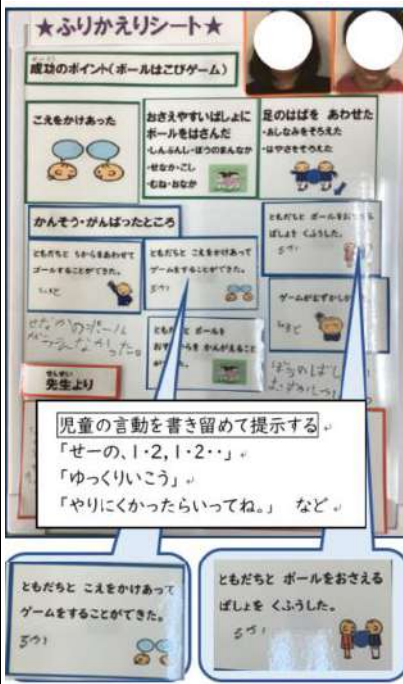


図8

目的

- ・身体的活動を通して、自己/他者意識を育てる。
- ・話し合い活動を通して、自分の行動と気持ちを「意識化」「言語化」することができる。

実施方法

- ① 友達と2人組になり、手を使わずにボールを定位置まで協力して運ぶ。
- ② ボールの運び方を4段階のミッションにし、ペアになった友達と相談・協力しながら1段階ずつ行う。(図7)
- ③ 1段階ずつクリアする度に、「コンプリートシール」をもらって、次のミッションに進む。(※振り返りで提示するため、ゲーム中の児童の言動を教師が書き留めておく。)
- ④ ミッションをクリアするごとに、成功できた理由を「成功のポイント」カードを見ながら言葉で教師に伝える。
- ⑤ ミッション終了後、振り返りをグループごとに行う。「成功のポイント」「感想・がんばったこと」カードを配付し、選択肢の中から自分の行動や気持ちと近い言葉を選ぶ。(図8)
- ⑥ 全体の場で、ペアごとに振り返りの内容を発表する。
※ボール運びりレー、輪くぐりりレー、風船運びゲームなど扱う教材を変えながら繰り返し行う。

児童の反応

- ゲーム中は、相手に「やりにくかったら言ってね。」「手が痛かったら言ってね。」など優しい言葉をかけていた。それを教師が書き留め、見せながら伝えると「こんなこと言っていたんだ。」「〇〇君、痛いと思って。」など嬉しそうに話していた。
- 振り返りでは、「ふりかえりシート」を用いて、友達と「声を掛け合ったよね。」など相談しながらカードを選び、「感想やがんばったところ」でも、選択肢の中からだけではなく、「背中のボールが見えなかった。」など思い出しながら記入していた。選択肢があることで、カードを眺めながら友達との対話にもスムーズに言葉が出ていた。

○教師の声

2人組になり、行動を選択肢の中から選ぶようにしたことで、話し合いが進んでいた！今まで、どう話せばよいか分からなかったことや語彙力が乏しいなどから自分の意見をうまく言えないことで、「どっちでもいい。」など消極的になっていたのかも。

また、自分の行動や気持ちの選択肢を用いることで、少しずつ自分の行動を客観視することができるようになってきた！



○教師の声

自分の言動を客観的に見つめることが少しずつできてきたから、次のステップとして、なぜその言動をしたのか言葉にすることで、次にどうしたらよいか見えてくるかな…。

【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

自立活動「自分のよさ・友達のよさを見つけよう～UFO キャッチャーゲームをしよう」

実施時期：1・2月

学びのシート

：自分の学びのスタイルを見つけよう
○児童自身がどのようにがんばったらよいか分かるように設定

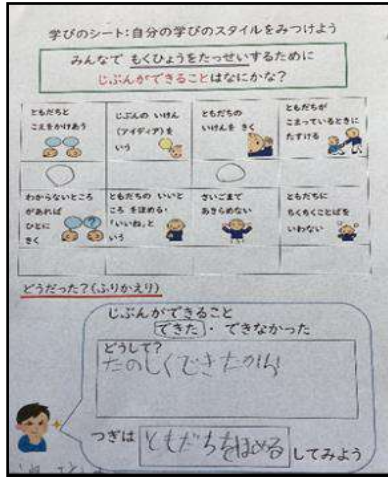


図9

目標達成できた♡

どうしてできたの？

友達に優しく声をかけ合ったからね。

次はどうしてみる？

「友達を褒める」にしてみる。

なぜそれにしたの？

だって褒めるとうれし、褒められるとうれしいよね！

目的

- ・他者の意図や感情を理解し、場に応じた適切な行動をとる。
- ・自分のよさに気づき、生かしながら友達と協力してゲームを行う。
- ・どうすれば友達と協力してミッションを成功することができるか考える。

実施方法

- 4人組になり、ゴムのついた紐を使って、ペットボトルを定位置まで協力して運ぶ。
- ① 作戦や目標を考えるため、どのようなミッションか知るため、まず練習をする。
 - ② グループで作戦を練る。
 - ・ペットボトルを何本とるか目標設定をする。
 - ・どうしたらクリアできるか作戦を練る。
 - ・みんなで協力して達成するために「自分」はどうするか考える。(※学びのシートを活用する) (図9)
 - ③ 1回目のゲーム(3分間)
 - ・結果の確認⇒1回目のゲームの振り返り
 - ④ 2回目の作戦タイム⇒2回目のゲーム(3分間)
 - ⑤ 全体の振り返り
 - ・学びのシートを使い、自分の言動について振り返る。

児童の反応

- ミッションを達成するために自分ができることについて考え、振り返りを行った。はじめは○や△を使っての自己評価だったが、「できた」または「できなかった」に○をつけた後、その理由を考えるようにした。「できた」時の理由では、「楽しくできたから。」「優しく声をかけあったから」と記入し、次は「あきらめない」や「友達をほめる」にしてみようとして書いていた。理由を尋ねると「私、今まで友達を褒めたことがなかったから。」「褒めるとうれしいよね。」と答えていた。
- 「学びのシート」で「友達の意見を聞く」を選び、ゲーム中自分ができる行動を意識したことで、振り返りの時に「○○君の意見を聴いたらできた。」など感想を言い、友達の意見を受け入れたことで、より楽しく活動ができたことに気付くことができた。

「できた」の積み重ねが、自信につながり、次回への学びへの目標に目を向けることができたようですね。

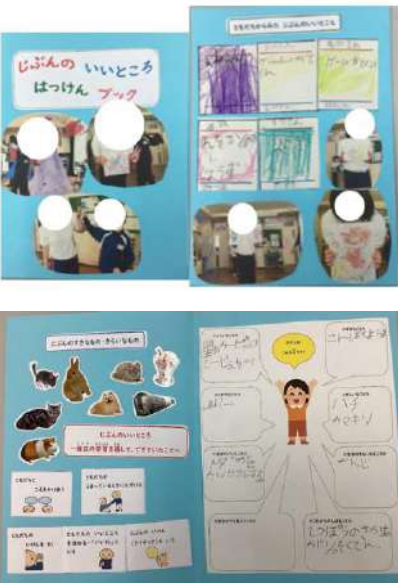


○他の教師の声
他の教科でも、今まですぐに「分からないよ。」「できない。」と否定的な言動をすることがあったが、「やってみる。」と頑張ろうとする姿が多く見られるようになってきた。



○教師の声
今までの自立活動で学んだことをまとめて、自分のよいところ、できているところを見直してほしいな。

【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

自立活動「自分のいいところ発見ブックを作ろう」	実施時期：3月
<div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 自分のいいところ発見ブック </div> 	<div style="background-color: #333; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">目的</div> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の「いいところ」を見つめ、自分を客観的に見ることを通して、自己の理解を深め、新たな自分のよさに気づき、自信をもって生活できるようにする。 <div style="background-color: #333; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">実施方法</div> <ul style="list-style-type: none"> ○今までの自立活動での取組、蓄積した以下のものをまとめた本「自分のいいところ発見ブック」を作成する。(図 10) ・宝探して集めた好きなシール ・振り返りの時間に書いた「学びのシート」の「自分のいいところ」 ・友達から見た「自分のいいところカード」 <div style="background-color: #333; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">児童の反応</div> <ul style="list-style-type: none"> ○友達から見た自分のいいところの欄では「〇〇君が、(わたしは)絵が上手だって書いてる!」「自分にはこんなよいところがあったのか。」などつぶやく姿が見られた。 ○6年生になり、生活の時間に書いたプロフィールには、「自分のいいところ」の欄に「友達に声をかけるところ」と自分で考えて記入していた。
図 10	

○教師の声

「自分のいいところ発見ブック」をよく眺めていたな…。自分では気が付かないよさをたくさん発見して、自己肯定感を高めて、学びに向かう力につなげていってほしいな。



成果と課題

【成果】

- 自分の言動が他者にどのように伝わっているか意識する活動を通して、周りの様子を見て行動したり、友達のよいところを探して声をかけたりと、自分のよいところを自覚しながら取り組むことができた。今まで消極的になっていた友達との話し合い活動や協働的な活動にも進んで取り組むことが増えてきた。
- 苦手なことや分からないことがあっても、選択肢を確認したり、教師や友達に聞いたりすることが増えたことで、自分の気持ちを伝えることや物事にチャレンジしようとする力が育ってきた。

【課題】

- 定着を図るため、今後も様々な活動を通して、自分の言動を振り返ることができる場面を設定していく必要がある。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践前の実態(R5.7)				



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				
実践後の実態(R6.3)				



自他の気持ちを常に視覚化して確認しながら課題に取り組んだから、相手の気持ちを考えた言動ができるようになってきましたね!



「学びに向かう力」を育てるためには…

自分の好きなことは頑張れるが、苦手なことには、なかなか取り組めない…。
 苦手なことに直面した際の方略を考えたり、得意なことを生かした活動を通して
 自己有用感を高めたりできると、苦手なことにも取り組めるのではないだろうか。
 また、感情的にならないようにするために、心を落ち着けるための方略を考えたり、
 実践したりすることができるとよいのだが…。



目指す生徒の姿

自分の強み

好きなことへの関心の高さ

を理解し、その強みを生かした活動を通して自己有用感を高める。

自分の課題

苦手なことを避けようとしたり、感情的になったりする

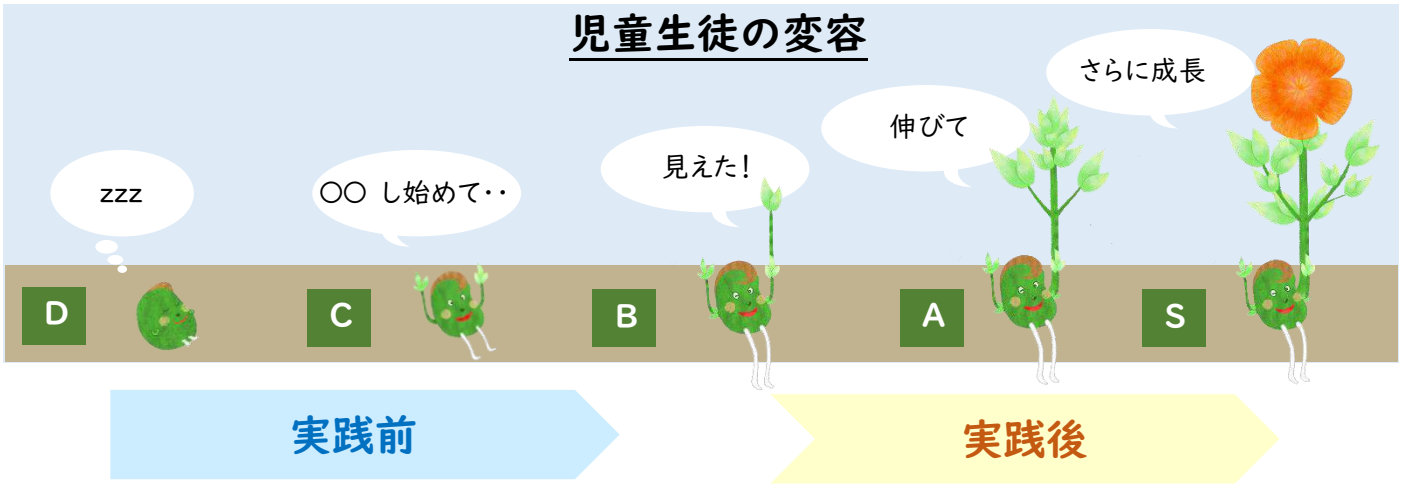
理由を分析し、改善する方略・方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

状況に応じて心を落ち着ける

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

A

○自己紹介で「イラストを描くことが得意」などと表現することができる。

A

○「国語の音読であれば、声優みたいに楽しくできる。」など、表現することができる。

2 自分の課題の理解について

A

○「清掃は疲れるからやりたくない。」と言ったり、避けたりする。

A

○「漢字練習は、たくさん書いて疲れるから嫌だ。」と理由を含めて、伝えることができる。

3 課題に対する方略の理解について

C

●教師からの助言で「字を丁寧に書く。」などを考えるが、そのためにどうするかという具体的な方略は考えていない。

A

○漢字練習で「気持ちを切り替えるために深呼吸する。」「とめ・はね・はらいを意識して丁寧に書く。」など、具体的な方略を複数考えることができる。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

B

●教師からの助言を受けて「字を丁寧に書く」などを選択して実践できるが、否定的な言動を伴って、達成には至らない。

A

○漢字練習で「気持ちを切り替えるために深呼吸する。」「とめ・はね・はらいを意識して丁寧に書く。」など、自分自身で考えて実践することができる。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

C

●学習を振り返って方略を改善しようとするが、実際に取り組む際は否定的な言動を伴い、よい形で調整できない。

A

○漢字練習では、振り返りの時点で「字を丁寧に書く。」という次時の目標を設定し、そのための方略を考えるとともに、実践することができる。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



○教師の声

自分の得意なことや苦手なことを理解している様子は見られるけど、特定の部分に偏っているな…。得意・苦手な「理由」についても分かっているのかな？



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分の得意なことや苦手なことを知ろう」		実施時期：10月
【チェックシートの回答】	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のよさや強み、課題についてどの程度理解しているかを知る。 ・教師との会話を通して、より深い自己分析をする。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①チェックシートの各項目（例：「あいさつができる」「字を書くのが丁寧」など）に「○・△・×」で回答する。（図1） ②チェックシートの回答を受け、各項目について教師と会話することにより、自己分析を深める。 <p>生徒の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> ○自分の得意なことや苦手なことについて、「○・△・×」の3段階で確認することができた。チェックシート式だったため、普段考えていない項目についても視覚的に確認することができた。 ○「いろんなことを知っている」「絵が得意」などの項目に、よい評価をしており、自分のよさや強みをよく理解していた。「いろんなことってどんなこと？」と教師から問われると、「恐竜や都市伝説のこととか。○ ○って知っていますか？」など、積極的に回答する様子が見られた。 ○「片付けや掃除が上手」「体を動かすのが好き」などの項目に、悪い評価をしており、苦手なことについても理解していた。「何で掃除が苦手なの？」という教師の質問に対して「疲れるから。掃除の話はしたくないです。」と回答を嫌がる様子を見せていた。 	
<p>図1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いろんなことを知っている(○) ・絵が得意(○) ・字を書くのが丁寧(△) ・片付けや掃除が上手(△) ・手伝いが好き(△) ・体を動かすのが好き(×) 		

○教師の声

やはり苦手なことに対する嫌悪感を強く抱いているようだ。得意なことを生かすことで、この嫌悪感を少しでも軽減して、前向きな気持ちをもつことはできないだろうか？



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「自分を知ろう 自分らしさを出そう」第1次「自分のことを知ろう」		実施時期：11月
【活動計画】	<p>目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のよさや強みを生かした活動を行い、自己肯定感を高める。 ・友達と協力したり、人の役に立つ活動をしったりすることで、苦手なことに対する嫌悪感を軽減する。 <p>実施方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①得意または苦手なことを取り入れた「人の役に立つ活動」を、友達と話し合って計画する。（図2） ②計画した活動（掲示板作り・清掃活動・手伝い活動）を実践する。 ③活動を振り返る。 	
<p>図2</p> <ol style="list-style-type: none"> ①掲示板作り ②清掃活動 ③手伝い活動 <p>※ ①は生徒○が得意な活動、 ②は生徒○が苦手な活動</p>		

生徒の反応

- 得意な活動を行っている時は、周囲の人から称賛されながら、生き生きと取り組む様子が見られた。終わった後の振り返りでは、「楽しかった。」「またやりたい。」という感想があった。
- 苦手な活動においては、不満をこぼしながらも、友達と一緒に行ったことで最後まで取り組むことができた。振り返りでは、次回の活動に向けて、「何が困難なのか」「その困難をどのようにすればよいか」ということを教師とともに考えることができた。

○教師の声

好きなことには、生き生きと取り組んでいる！友達と一緒に協力したり、人から称賛の声をかけてもらったりすれば、苦手なことでもなんとか取り組めそうだ！活動を振り返って、よかった点を継続したり、難しかった点を改善したりできるといいな。



そこで…

- 【③課題に対する方略の理解について】【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】
- 【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「自分を知ろう 自分らしさを出そう」第2次「行動を改善してみよう」

実施時期：11月



図3

目的

- ・改善した結果を振り返ったり、他者からの称賛を受けたりすることで、自分の行動を「改善すること」のよさを知る。

実施方法

- ①前時までに行った活動（掲示板作り・清掃活動・手伝い活動）を振り返り、取組に対する改善方法を考える。
- ②考えた改善方法を取り入れて、活動を実践する。（図3）
- ③活動を振り返る。

生徒の反応

- 本人にとって、恐怖感のある階段清掃ができなかったことに対して、「友達に依頼する」「怖くないように工夫して取り組む」という教師の提案から後者を選択し、取り組むことができた。単元の最後の時間には「少し怖さがなくなった。」と振り返っていた。
- 周囲の様々な人からの称賛を受け、「役に立ってうれしい。」「面倒くさいを言わなくなって成長した。」と改善の成果を実感することができていた。
- 課題の改善方法を、教師の提案から選ぶことはできたが、自分で発案することはできなかった。



○保護者からの声

家庭でも手伝いをしてくれますし、「僕、役に立ってる?」としきりに確認していて、みんなの役に立てることが嬉しいみたいです。

○教師の声

苦手なことに対しても前向きに取り組む力が育ってきているな。これを学習面にも生かしてほしいし、課題に対する方略を考える力もつけてほしい。

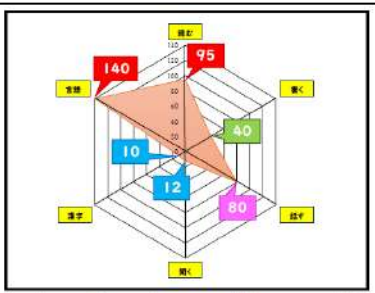


そこで…

- 【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分を知ろう レベルアップさせよう ～国語編～」第1次「自分のことを知ろう～国語編～」

実施時期：1月



	内容	理由	パワー
読む	音読	声優みたいで楽しくできる	100
	文の読み取り	自分の意見を考えられる	90
書く	作文	長い文を書くのが苦手	40
話す	自分の意見を伝える	自分の好きなことを話せて楽しい	80
聞く	大勢の中で話を聞く	話がわからなくなる	12
漢字	読み書きが嫌い	思い出せない、わからない	12
	漢字練習	たくさん書くのが大変	8
言語	好きな言葉	興味があるから覚えられる	140

図4

目的

- ・国語における自分のよさや強み、課題についてどの程度理解しているかを知る。
- ・国語の力をレーダーチャート化したものや、よさや強み、課題になることの原因をまとめた表を見て、視覚的に自分の特徴を理解する。

実施方法

- ①6観点（読む、書く、話す、聞く、漢字、言語）における自分のよさや強み、課題を教師と話し合い、数値化したり、理由を考えたりする。
- ②6観点について話し合ったことを、レーダーチャートや表にまとめ、自分の現在の国語の力について確認する。(図4)

生徒の反応

- 「音読は声優みたいで楽しくできるから好き。」「作文は長い文を書くのが苦手。」など、国語における自分のよさや強み、課題について、理由も含めて考えることができた。
- 以前は苦手なことについて質問されると、回答を嫌がるような様子を見せていたが、今回課題を確認する際にそのような言動が以前より少なくなった。



○本人からの声
レーダーチャートにすると、自分の国語の力が分かりやすくていい。恐竜図鑑のパワーを表すものと似ているのもいい。

【③課題に対する方略の理解について】【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「自分を知ろう レベルアップさせよう ～国語編～」

第2次「国語パワーをレベルアップしよう」、第3次「レベルアップ前後を比較しよう」

(※ 自立活動だけでなく、国語とパッケージングして行った授業)

実施時期：2月

【ワークシートによる目標設定と方略の発案】

・どのパワーをレベルアップする？

⇒たくさん漢字練習をしても怒らない。

・レベルアップするための作戦は？

- ⇒・深呼吸する。
- ・目をつむる。
- ・頭を振る。
- ・「一回にしてください」と先生に言う。

×	話がわからなくなる	12
	思い出せない、わからない	12
	たくさん書くのが大変	8
	興味があるから覚えられる	140

漢字の力が8⇒12に

図5

目的

- ・国語における自身の課題を理解し、目標と改善方法を考え実践する。
- ・改善した結果を振り返ったり、他者からの称賛を受けたりすることで、自分の行動を「改善すること」のよさを知る。

実施方法

- ①国語の課題を確認し、目標と改善方法を考える。(自立活動)
- ②国語の授業の中で改善方法(方略)を実践する。(国語)
- ③実践したことについての課題を振り返り、改めて目標と改善方法を考える。(自立活動)
- ④再度、国語の授業の中で改善方法(方略)を実践する。(国語)
- ⑤国語の授業を振り返り、レーダーチャートを使って伸ばした力を自己評価する。(自立活動)

生徒の反応

- 苦手とする漢字練習を中心に取り組んだが、最初は「(疲れてしまうため苦手とする)漢字練習をやっても怒らない。」という目標を立て、「深呼吸する」「目をつむる」など気持ちを落ち着けるための方略を考え、実践することができた。
- 1回目の取組を振り返る中で、新たに「丁寧に字を書く」という目標を立て、「消しゴムを使う」「とめ・はね・はらいを意識して書く」など、字を丁寧に書くための方略を考え、実践することができた。
- 最終的な振り返りでは、レーダーチャートの漢字練習に関する力の数値を「8」から「12」と少しだけ伸ばし、「国語の力を少しだけパワーアップできた。」と発表し、成長を自己評価することができた。(図5)

○他の教師の声

イライラする学習場面も授業中に何度もありましたが、方略をうまく使って、自分をコントロールして怒らずに頑張っていたと思います。



○本人からの声

今回の活動を通して、前よりも苦手な活動に対して少し頑張れるようになった!

保護者や教師、友達などの身近な人から褒められることで、人の役に立つことの喜びを感じることができたようですね。最初は、自分自身の利害が中心だった考え方から「人の役に立つ」という考えに変化していった様子がわかります。



成果と課題

【成果】

- 自分の意に沿わない活動や手伝い、活動をやり直すことについては「面倒くさい」「ご褒美がないとできない」と避けたがったり、消極的に活動したりする傾向が見られていたが、改善策について教師と考えたことで、積極性が高まった。
- 積極性の高まりは自立活動だけでなく、日常生活全般においても同様に見られるようになった。ずっとやりたがらなかった学級委員を教師から勧められて引き受けるというような場面が見られた。
- 保護者や教師、友達などの身近な人から褒められることで、人の役に立つことの喜びを感じることができ、自分自身の利害が中心だった考え方から「人の役に立つ」という考えに変化していった。
- 課題に対する方略を考える際に、教師からの提案を受けることが多かったが、方略を自分から考えて実践できるようになった。特に国語と連携した自立活動において「漢字練習」に対する方略を考えたり、実践場面で行動を調整したりできたことは、生徒自身も成長したと実感できていた。

【課題】

- 「漢字練習」の学習を通して課題を改善するための方略を考えたり、行動を調整したりすることができるようになったが、今後も継続して生徒の様子を見ていく必要がある。
- 方略を考えて行動を調整する取組を「漢字練習」で行ったが、非常に局所的な場面で活用されるため、他の場面でのどこまで活用できるのかということについても、継続して生徒の様子を見ていくことと、周囲の状況が変わっても同様の支援を続けていくことが必要である。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態(R5.9.1)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態(R6.3.11)



苦手な活動への「方略」を実践してうまくいったことが、本人の前向きに取り組む姿勢につながったんですね!!



「学びに向かう力」を育てるためには…

普段の生活の様子から、色々なことに自信がないように感じる。苦手なことに対しては、かなりの劣等感をもっていそうだ。
生かせる強みがあるから、それを発揮して自己肯定感を高められるとよいが……。問題への対策を自分から何かを考えだすことは難しいかもしれないが、助言があれば、それを聞いて実践することはできるかもしれない。



目指す生徒の姿

自分の強み

生活力の高さや面倒見のよさ

を理解し、その強みを生かした活動を通して自己有用感を高める。

自分の課題

問題を避けてしまったり、その対策を実践できなかったりする

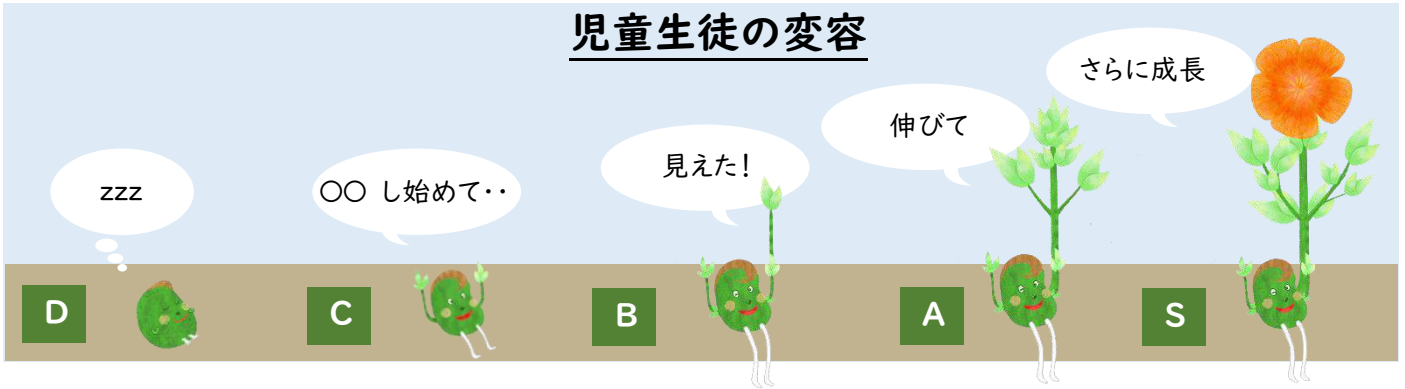
理由を分析し、改善する方略・方法を前向きに考えようとする。

自分に合った方略

困ったときに助言を聞いて実践する

を選択し、行動を調整しようとする。

児童生徒の変容



実践前

実践後

1 自分のよさや強みの理解について

A

○「運動が得意なので、体育が好きです。」などと表現することができる。

A

○「将来働くために、進んで手伝いを頑張っている。」などと表現している。

2 自分の課題の理解について

A

○「絵は上手く描けないので苦手」など、理由を含めて表現することができる。

A

○「夜遅くまでつい起きてしまうので、朝の決まった時間に起きるのが苦手。」と理由も含めて理解し、表現することができている。

3 課題に対する方略の理解について

C

○教師からの助言で、「何かあったら報告する」など、特定の場面での対応を理解している。

B

○教師からの助言で、「タブレット端末で画像を参考にしながら絵を描く。」などの方略を理解することができている。

4 課題に対する方略を選択し、調整することについて

C

●「何かあったら報告する」などを理解しているが、怒られる可能性がある場面等では方略を実践することが難しい。

B

○教師からの助言を聞いて、「タブレット端末で画像を参考にしながら絵を描く。」などの方略を選択し、実践することができている。

5 振り返って新たな学習を進めることについて

C

●学習を振り返って方略の改善案は考えるが、実際に取り組もうとする際に調整できないことが多い。

B

○教師からの助言を受けて「挨拶や報告を自分からする。」と振り返り、方略を考えることができている。特定の場面では実際に行うことができている。

学びに向かう力をつけるために、どのような実践をしていったかみていきましょう。



研究の実践

○教師の声

得意なことや苦手なことを生徒②自身がよくわかっているし、普段の様子からも見受けられるけど、それらの理由については深く話したことがない…。
苦手なことに対して委縮してしまう傾向があることも関係するかもしれないな。



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】

○自立活動「自分の得意なことや苦手なことを知ろう」		実施時期：10月
【チェックシートの回答】	目的	
<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かすのが好き(○) ・片付けや掃除が上手(○) ・人の手伝いが好き(○) ・小さい子の面倒を見るのが得意(○) ・朝、元気に起きられる(△) ・忘れ物をしない(△) ・絵が得意(空欄) 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のよさや強み、課題についてどの程度理解しているかを測る。 ・教師との会話を通して、より深い自己分析をする。 	
図1	実施方法	
	<ul style="list-style-type: none"> ①チェックシートの各項目(例:「あいさつができる」「字を書くのが丁寧」など)に「○・△・×」で回答する。(図1) ②チェックシートの回答を受け、各項目について教師と会話することにより、自己分析を深める。 	
	生徒の反応	
	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の得意なことや苦手なことについて、「○・△・×」の3段階で確認することができた。教師からの質問を通して、苦手なことに対する理由について深く考えることができた。 ○自由記述で「小さい子の面倒を見るのが得意」等を書き、日常的にあまりかわりがない項目についても、よい自己評価をし、理由も説明することができた。自分のよさや強みをよく理解していた。 ○「×」をつけなかったが、理由について聞くと「そこまで(×)ではないですかね。」と笑ってごまかすような様子があった。「×」という評価はつけないようであった。 ○「数学は掛け算や大きい数字が出てくるとわからなくなるので苦手」と理解していたが、「やりたくないです。」と発言していた。 	

○教師の声

自分のよさや強みを思った以上に理解している。普段あまり表現しないのは、今までの成功体験の少なさから積極的に表現することができないのでは？
強みを生かす活動を通して、成功体験を積んでほしいな…。



そこで…

【①自分のよさや強みの理解について】【②自分の課題の理解について】【③課題に対する方略の理解について】

○自立活動「自分を知ろう 自分らしさを出そう」第1次「自分のことを知ろう」		実施時期：11月
【活動計画】	目的	
<ul style="list-style-type: none"> ①掲示板作り ②清掃活動 ③手伝い活動 ※②③は生徒Pが得意な活動、 ①は生徒Pが苦手な活動 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分のよさや強みを生かした活動を行い、自己肯定感を高める。 ・友達と協力したり、人の役に立つ活動をしたりすることで、成功体験を積む。 	
図2	実施方法	
	<ul style="list-style-type: none"> ①得意または苦手なことを取り入れた「人の役に立つ活動」を、友達と話し合って計画する。(図2) ②計画した活動(掲示板作り・清掃活動・手伝い活動)を実践する。 ③活動を振り返る。 	



図3

生徒の反応

- 自分のよさや強みを生かす清掃活動や手伝い活動では、積極的に取り組む様子が見られた。(図3)特に、清掃活動では、活動を共にする友達が苦手とする階段掃除を「やりますよ。」と進んで行った。振り返りでも「次もがんばります。」という前向きな感想を発表していた。
- 掲示板作りの活動では、教師の支援を受けながらタブレット端末を使い、掲示板を見る人が興味をもちそうな事柄を調べ、ワークシートに書くことができた。「イラストはちょっと描けないです。」と、苦手とするイラスト描きに取り組むことはできなかった。

○教師の声

苦手な活動そのものに取り組むことはできなかったけれども、教師の支援があれば違った形で取り組んでいたな。友達思いなどところがあるから、友達との協力体制を作れば同じように取り組んでくれそうだ。

でも、自分から課題に対する改善方法を考えて取り組むことは難しいかな・・・。



【③課題に対する方略の理解について】【④課題に対する方略を選択し、調整することについて】

【⑤振り返って新たな学習を進めることについて】

○自立活動「自分を知ろう 自分らしさを出そう」第2次「行動を改善してみよう」

実施時期：11月



かいぜんまえ せつきよくてき おこな
○改善前より積極的に行うことができた
できた ・ まあまあできた ・

「改善前より積極的に行うことができた」と自己評価

図4

【振り返りのワークシートより】

- 改善してみてどうだった？
⇒タブレットを使って自分から調べられた。美術や休み時間でも同じようにできる。
- 周りの人からの評価を聞いて思ったことは？
⇒「自分でもできる」という自信につながった。イラストを描くのはタブレットを使えば続けられる。

図5

目的

- ・友達と協力したり、人の役に立つ活動をしたりすることで、成功体験を積んで自信をつける。
- ・前回の活動の振り返りから、よかった点を継続したり、困難な点を改善したりして、行動の改善を図る。
- ・改善した結果を振り返ったり、他者からの称賛を受けたりすることで、自分の行動を「改善すること」のよさを知る。

実施方法

- ①前時までに行った活動(掲示板作り・清掃活動・手伝い活動)を振り返り、改善方法を考える。
- ②考えた改善方法を取り入れて、活動を実践する。
- ③活動を振り返る。

生徒の反応

- 苦手なイラスト描きについて、最初は「友達に描いてもらう」という方法で取り組んでいた。活動の振り返りでは、「イラストを描くこと」を自分の課題を的確にとらえることができた。教師から「次回も友達に描いてもらう？自分のできそうな方法を考えて取り組んでみる？」と問われると、「やってみます。」と言い、次に向けて「イラストをなるべく描いてみる」という目標を立てることができた。
- イラスト描きを自分で取り組む方法として、「色塗りだけやってみる」「タブレット端末で検索した画像を参考にしてイラストを描く」という提案を教師がすると、後者を選択し、次の活動時に取り組むことができた。イラストを描いている際、教師や友達から称賛され、嬉しそうな表情を見せた。
- 最後の振り返りでは、イラスト描きを「前よりも積極的に行うことができた」と自己評価していた。(図4)タブレット端末の画像を参考にしてイラストを描くことについて、「美術や休み時間でも同じようにできそう」と異なる場面で活用する案も考えることができていた。周囲の人々からの評価を聞いて思ったこととして、「自分でもできるという自信につながった。」と記入していた。(図5)



○本人からの声

(「なぜ苦手な活動に取り組もうと思ったのか」ということを聞かれて) 友達が苦手なことに挑戦してるから、(自分も)頑張ろうと思った。「自分でもできる」という自信につながった。

○他の教師の声

以前よりも積極的に活動する場面が増えてきたように感じます。自分に対する自信をもてるようになってきているのかもしれないね。



実践前は自分への自信のなさから活動に対して委縮してしまうことが多かった生徒 P さんでしたが、提案された方略を基に苦手なことに挑戦し、教師や友達から称賛されることで、自信をもつことができたり、活動の積極性が高まったりしましたね。これは、他者との関係性の中で、大きく成長したとも言えるでしょうね。



成果と課題

【成果】

○強い苦手意識のある活動を、自分から取り組もうとすることができるようになった。この大きな要因として「友達が苦手なことに挑戦している姿を見た。」ということが挙げられる。自分と友達それぞれが得意な活動と苦手な活動を共にすることで、刺激し合い、よい効果を生むことができた。

【課題】

○今後も、今回のような方略を続けていくことは可能であると思われるが、今回と異なる課題に直面した際に、自分で方略を考えたり、方略がうまくいかなかったときに改善したりすることは難しい。周囲の人の支援が必要であるため、場面に応じた援助要請ができるようになるとういと思われる。

	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践前の実態(R5.9.1)



	D	C	B	A
①				
②				
③				
④				
⑤				

実践後の実態(R6.12.22)



友達の頑張っている様子を見て、自分への動機づけが高まったんですね!!

「特別な教育的支援を必要とする児童生徒の学びに向かう力を育む支援の在り方 実践事例集」

1 研究助言者

国立大学法人筑波大学 教授 小島 道生

2 研究協力員

水戸市立内原小学校	教諭	鶴岡 恵里子
土浦市立神立小学校	教諭	岡野 裕美
鹿嶋市立平井中学校	教諭	渡邊 弥生
行方市立麻生中学校	教諭	石田 敦史
県立高萩高等学校	教諭	根本 陽介
県立結城第二高等学校	教諭	細谷 那津希
県立水戸飯富特別支援学校	教諭	長尾 知香子
県立境特別支援学校	教諭	佐々木 颯

3 県教育研修センター

所長	内桶 博仁
	秋本 光徳 [令和5年度]
特別支援教育課長	内田 隆之
	本城 知子 [令和5年度]
指導主事	菅間 健一
指導主事	坂口 卓司
指導主事	新谷 淳子
指導主事	渡辺 里佳
指導主事	兼卷 照美 [令和5年度]
指導主事	長瀬 敦 [令和5年度]

令和5・6年度 特別支援教育に関する研究
特別な教育的支援を必要とする児童生徒の学びに向かう力を育む支援の在り方
実践事例集

編集 茨城県教育研修センター特別支援教育課
〒309-1722 茨城県笠間市平町 1410
TEL 0296-78-4437 (特別支援教育課)
FAX 0296-78-2122