

令和2年度 第22回教育研究発表会

自己肯定感を高める キャリア教育

—PDCAサイクルを意識した各教科等における活動を通して—

京都市総合教育センター 研究課
研究員 大嶋 慧

本日の流れ


- ・ 目指す子ども像
- ・ 1年次の研究の概要
- ・ 2年次の研究の概要
- ・ 実践1 体育科の取組
- ・ 実践2 国語科書写の取組
- ・ 実践3 肯定的な言葉がけの取組
- ・ 成果と展望

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

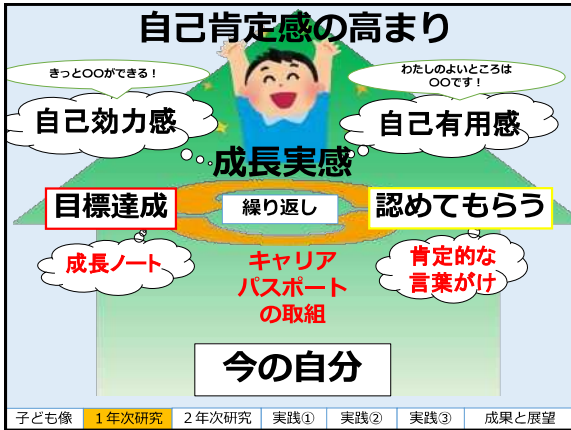
様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓き
持続可能な社会の創り手を育てること 小学校学習指導要領 前文

↳ 自分のよさや可能性を認識できる力

自己肯定感を高める



子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望



1年次研究の成果と課題

成果

- ・自分の成長に気付き、次への意欲の高まり
- ・多くの児童の自己肯定感が高まった

課題

- ・自分の成長を厳しく評価
- ・数名の子どもの自己肯定感をのばすことができなかった

原因

- 適切な目標設定ができていなかった。
- 他者との成長の比較により、成長していなかったと感じてしまった

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

2年次研究のポイント

各教科等で

自己効力感を高めるために

- ①PDCAサイクルを生かした授業実践
- ②スモール・ステップの目標設定
- ③振り返りの視点の充実

自己有用感を高めるために

- ④肯定的な言葉がけの充実

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために

①PDCAサイクルを生かした授業実践

キャリア・パスポートの取組

A (改善) 次の学年に向けて

C (振り返り) 生き方探究パスポート「あゆみ」

D (実践) 各教科等

P (めあて) 生き方探究パスポート「わたし」

各教科等

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために

②スモール・ステップの目標設定

単元をとおしてのめあて

1時間ごとにスモール・ステップのめあて

小さな成功体験の積み重ね

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために

③振り返りの視点の充実

たくさん成長した!!
→ 肯定的な自己理解を基盤に

基礎的・汎用的能力

- 人間関係・社会形成能力
- 自己理解・自己管理能力
- 課題対応能力
- キャリアプランニング能力

学びに向かう力, 人間性など

知識及び技能

キャリア教育で伸ばしたい力

思考力 判断力 表現力など

キャリアの視点で見てみると...

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己有用感を高めるために
④肯定的な言葉がけの充実

→指導者からの言葉がけ
活動中の声かけ
振り返りのコメント

→友だちからの言葉がけ
活動中の声かけ
肯定的な言葉がけの交流

肯定的な言葉がけの視点
※アドラー心理学の
勇気づける言葉

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

研究計画

	A校 第5学年	A校 第6学年	B校 第6学年
6月	生き方探究パスポート 「わたし」		
7月	体育科 「マット運動」	体育科 「とび箱」	体育科 「マット運動」
8月	国語科 書写 「成長」	国語科 書写 「思いやり」	
9月	国語科 書写 「登る」	国語科 書写 「湖」	
10月		体育科 「マット運動」	体育科 「とび箱」
11月	体育科 「とび箱」	体育科 「タグラグビー」	
12月	生き方探究パスポート 「あゆみ」		

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために
①PDCAサイクルを生かした授業実践

5年 体育「マット運動」

ねらい① 今できる技で連続技や組み合わせ技に挑戦する
ねらい② 少しがんばればできそうな技に挑戦する

1時間目	2～5時間目	6時間目
はじめに	ねらい①	ねらい①
ねらい①	ねらい②	ねらい②
P めあて D 実践 C 振り返り A 次の活動に向けて	P D C A	P D C A まとめ

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために
②スモール・ステップの目標設定

京都市小学校体育研究会「学習資料」参照

ヘッドスプリング

① (ロールマットの端) 「手のそり」をおぼえよう
② 足をマットの向こう側まで大きく踏み上げる。

子ども像 1年次研究 2年次研究 **実践①** 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために
③振り返りの視点の充実

子ども像 1年次研究 2年次研究 **実践①** 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために
③振り返りの視点の充実

シールを貼ることで
技の部分的な振り返りを行う。

子ども像 1年次研究 2年次研究 **実践①** 実践② 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために
③振り返りの視点の充実

苦手なことに何度も挑戦していた!

協力して課題解決していた!

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

自己効力感を高めるために
③振り返りの視点の充実

「キャリアレンジャー」

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

自己効力感を高めるために
③振り返りの視点の充実

他の教科でも

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

自己効力感を高めるために

③振り返りの視点の充実

体育科のねらいでの振り返り
キャリア教育の視点での振り返り
前向き

子ども像 1年次研究 2年次研究 **実践①** 実践② 実践③ 成果と展望

研究計画

	A校 第5学年	A校 第6学年	B校 第6学年
6月	生き方探究パスポート「わたし」		
7月	体育科「マット運動」	体育科「とび箱」	体育科「マット運動」
8月	国語科 書写「成長」	国語科 書写「思いやり」	
9月	国語科 書写「登る」	国語科 書写「湖」	
10月		体育科「マット運動」	体育科「とび箱」
11月	体育科「とび箱」	体育科「タグラグビー」	
12月	生き方探究パスポート「あゆみ」		

子ども像 1年次研究 2年次研究 **実践②** 実践① 実践③ 成果と展望

自己効力感を高めるために

①PDCAサイクルを生かした授業実践

6年 国語科 書写「思いやり」


ねらい 用紙に対する文字の大きさと配列、点画のつながりに気を付けて書こう。


1時間目	2時間目	3時間目
試書き		
P めあて	P めあて	P めあて
D 練習 まとめ書き	D 練習 まとめ書き	D 練習 まとめ書き
C 自己評価	C 自己評価	C 自己評価
A 生かそう	A 生かそう	A 生かそう
活動全体の振り返り		

子ども像 1年次研究 2年次研究 **実践②** 実践① 実践③ 成果と展望


自己効力感を高めるために
②スモール・ステップの目標設定

よいところ



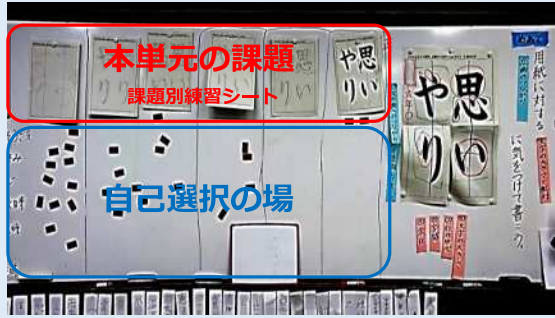


がんばりたいところ



子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | **実践②** | 実践③ | 成果と展望


自己効力感を高めるために
②スモール・ステップの目標設定



子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | **実践②** | 実践③ | 成果と展望


自己効力感を高めるために
③振り返りの視点の充実

計画




計画を立てて練習する

努力




苦手なことを何度も練習する

話し合っ
て解決する



協力



たくさん成長したな!!

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | **実践②** | 実践③ | 成果と展望

自己効力感を高めるために

③ 振り返りの視点の充実

大きさを意識する練習シートをつかって練習したことで漢字とひらがなのバランスがとれました

計画 **努力**

文字の中心を意識して書きました。友だちが書き始めと書き終わりをどこにするか考えながら書くといいよとアドバイスしてくれたおかげで納得する字が書けました。

協力



子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己有用感を高めるために

④ 肯定的な言葉がけの充実

野田俊作「勇気づけの方法 アドラー心理学を語る4」参照

	勇気づけるメッセージ	勇気をくじくメッセージ
① 興味に注目する	興味や興みに注目する ・あなたの心がけてとても良かった。 ・あなたがうれしそうなので、私もうれしよ。	興味や興みに注目する ・あなたには本当に有難い。 ・無い、よくやった。
② 過程を重視する	過程を重視する ・努力したんだね。 ・失敗したけれど、一生懸命やったんだね。	過程を重視する ・いい成績だ。私は満足だ。 ・いくら頑張ったって、結果がこれではね。
③ 成果を指摘する	すでに達成できている過程を指摘する ・この部分はとてもいいと思う。 ・すごい頑張ったように思う。	まだ達成できていない部分を指摘する ・全体としてはいいが、ここがためだね。 ・ここをもう少し工夫するといい。
④ 失敗を受け入れる	失敗を受け入れる ・残念そうだね。落ちたのにな。 ・この次はどうすればいいだろうか。	成功だけを指摘する ・失敗しては得もならない。 ・いったいなぜ失敗したんだ。
⑤ 成果を重視する	個人の成長を重視する ・この前はよりすごい人上手になったね。	競争との比較を重視する ・他の人よりもあなたの方が上手だよ。


子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己有用感を高めるために

④ 肯定的な言葉がけの充実

② 過程を重視する	過程を重視する ・努力したんだね。 ・失敗したけれど、一生懸命やったんだね。
------------------	---

〇〇ができてない！
もう一回がんばろう！



何回も練習してるんだ
努力してるね！

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望


自己有用感を高めるために

④肯定的な言葉がけの充実

<p>⑤成果を重視する</p>	<p>⑥人の成長を重視する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・この前よりもずいぶん上手になったね。 ・一度くらい後戻りしてもいいじゃないか。
-----------------	---

〇〇できたね！
すごいね！

この前と比べて、
速く回れている！
成長しているね！



子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己有用感を高めるために

④肯定的な言葉がけの充実

<p>⑤成果を重視する</p>	<p>⑥人の成長を重視する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・この前よりもずいぶん上手になったね。 ・一度くらい後戻りしてもいいじゃないか。
-----------------	---



手ついてないよ！
あごひくよ！

この前よりも
手の付き方が
うまくなってるね！

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己肯定感の高まり

生き方探究パスポートの記述より

5年 A児 生き方探究パスポート「わたし」

〇この1年間でがんばりたいこと、チャレンジしたいこと
こんな 5年生に なるぞ！

そのために することは

<ul style="list-style-type: none"> ・1年生～4年生にこんな高学年になりたいと思われたい人になりたい！ ・みんなをひっぱる ・前向き ・挑戦する 	<ul style="list-style-type: none"> ・前向き…いろいろな行事でみんなを楽しませながらひっぱる ・こんな高学年に…自分のペースで暮らせずにせざる ・みんなをひっぱる…たてわりとかに自分の行動にかける ・挑戦…いろいろな人を見て学ぶ
---	---

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己肯定感の高まり

生き方探究パスポートの記述より

5年 A児 生き方探究パスポート「あゆみ」

○今までの自分をふり返りましょう。

わすれられない！ 残しておきたい！ 『自分の成長・思い出・がんばり・経験』

- ・あきらめない自分のすかてに(体育、算数)(前向き)
- ・High Five 達成の一步(すべての教科)(前向き)
- ・気持ちの変化(最初へ飛躍)(前向き)
- ・クラスみんなは、努力、行動をもつていこうからいかなんことができる(友情)
- ・5年2組にしかできない成長の仕事(助かっている)
- ・男女関係なくくすぐりてきた。(協力、友情)
- ・表現、発言の仕方(前向き)
- ・自分のペースに合わせたこと(友情)

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己肯定感の高まり

生き方探究パスポートの記述より

6年 B児 生き方探究パスポート「あゆみ」

○今までの自分をふり返りましょう。

わすれられない！ 残しておきたい！ 『自分の成長・思い出・がんばり・経験』

<p><前期></p> <p>仲間との協力</p> <p>直前で下書きがなかったり、大きな字で書いてくれた(前向き)</p> <p>・敬語に優れてきた。</p> <p>・集中して、いびき飛んできた</p>	<p><2学期></p> <p>イオリで5年生とたくさん関わって、協力してきた。</p> <p>イフスでみんなが個性しながら、協力して進んでいった。</p> <p>・学習時間に、みんなが作業を教え、協力して、頑張ることができた。</p> <p>・授業では、集中して、自分の考えを深めてきた。</p>
--	---

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己肯定感の高まり

生き方探究パスポートの記述より

5年 C児 生き方探究パスポート「あゆみ」

○今までの自分をふり返りましょう。

わすれられない！ 残しておきたい！ 『自分の成長・思い出・がんばり・経験』

1. 算数で、なんでもいっしょに考えあがれるようになった
2. たくさんみんなと協力できようになった(協力)
3. 七夕祭で、かんがえ、かり行動して... (協力)
4. から、大成功した(4年のをきよりそ)
5. いびき上げたり、発言できるようにふた(4年のをきよりそ)
6. 国語、算数、理科、社会、体育... 毎年の成長で、今年(今年)よりよくなった(前向き)
7. 今年(今年)成長したことがあった

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

自己肯定感の高まり

生き方探究パスポートの記述より

5年 c児 生き方探究パスポート「あゆみ」

なりたいたい自分に近づいていますか？ ステップアップ
色をぬりましょう。

なりたいたい自分に向けて、どんな努力(思い・行動)をしてきたか書きましょう。

習い事や上手い人 先生に教えてもらって、毎週
見に来る人(保護者)の前で、音階をがんばった。

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

自己肯定感の高まり

アンケート結果より

自分にはよいところがあると思いますか。

(n=97)	肯定的な回答		否定的な回答	
	あてはまる	少しあてはまる	少しあてはまらない	あてはまらない
実践前	29人	33人	27人	6人
実践後	34人	40人	18人	3人

「自分にはよいところがある」と自信をもって言える子どもが増えた。

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

自己肯定感の高まり

D児 5年生き方探究パスポート「あゆみ」

〇今までの自分振り返りましょう。

〇自分にはよいところがあると思えるようになった。

〇High Fiveを17回してよかった。

〇自分の前は、前向きな気持ちで頑張った。

〇このHigh Fiveは、1年間頑張った自分への褒め言葉です。

〇前向きな気持ちで頑張った自分への褒め言葉です。

「自分のいいところは、1年間でたくさん増えた。(体育科や他の教科の振り返りシートを見せながら)特に、苦手だったことにも挑戦できた。」

D児

子ども像 | 1年次研究 | 2年次研究 | 実践① | 実践② | 実践③ | 成果と展望

キャリア教育を通して

- ① 小さな成功体験
次の活動への自信や意欲
- ② 各教科等のねらいの達成
- ③ 成長の視点の広まり

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

今後の展望

幼稚園 小学校 中学校 高等学校

継続して行うことが大切

子ども像 1年次研究 2年次研究 実践① 実践② 実践③ 成果と展望

令和2年度 第22回教育研究発表会

自己肯定感を高める
キャリア教育

—PDCAサイクルを回した各教科等における活動を通して—

QRコードより、アンケートにご協力いただければ幸いです

京都市総合教育センター 研究課 研究員 大嶋 慧

肯定的な言葉がけシート

～子どもの挑戦を**勇気づける**メッセージ～

	勇気づける メッセージ 	勇気をくじく メッセージ 
①貢献に注目する	貢献や協力に注目する <ul style="list-style-type: none"> •あなたのおかげでとても助かった。 •あなたがうれしそうなので、私もうれしい。 	勝敗や能力に注目する <ul style="list-style-type: none"> •あなたは本当に有能だ。 •偉い、よくやった。
②過程を重視する	過程を重視する <ul style="list-style-type: none"> •努力したんだね。 •失敗したけれど、一生懸命やったんだね。 	成果を重視する <ul style="list-style-type: none"> •いい成績だ。私は満足だ。 •いくら頑張ったって、結果がこれではね。
③成果を指摘する	すでに達成できている成果を指摘する <ul style="list-style-type: none"> •この部分はとてもいいと思う。 •すいぶん進歩したように思う。 	なお達成できていない部分を指摘する <ul style="list-style-type: none"> •全体としてはいいが、ここがだめだな。 •ここをもう少し工夫するといい。
④失敗を受け入れる	失敗をも受け入れる <ul style="list-style-type: none"> •残念そうだね。努力したのにね。 •この次はどうすればいいだろうか。 	成功だけを評価する <ul style="list-style-type: none"> •失敗しては何もならない。 •いったいなぜ失敗したんだ。
⑤成果を重視する	個人の成長を重視する <ul style="list-style-type: none"> •この前よりもすいぶん上手になったね。 •一度くらい後戻りしてもいいじゃないか。 	他者との比較を重視する <ul style="list-style-type: none"> •あの人よりもあなたのほうが上手だ。 •あの人に負けていてどうするんだ。
⑥相手に判断を委ねる	相手に判断をゆだねる <ul style="list-style-type: none"> •あなたは どう思う？ •一番いいと思うようにすればいいと思うよ。 	こちらが善悪良否を判断する <ul style="list-style-type: none"> •それはよくない、こうしたほうがいい。 •ここはよくできた。しかしここはだめだ。
⑦肯定的に表現する	肯定的な表現を使う <ul style="list-style-type: none"> •気が小さいんじゃなくて慎重なんだろう。 •謙虚に反省しているんだね。 	否定的な表現を使う <ul style="list-style-type: none"> •気が小さいね。もっと気を大きく持て。 •めそめそするんじゃない。
⑧「私メッセージ」を使う	「私メッセージ」を使う <p>(私は) そのやり方は好きだ。 (私は) そのやり方をやめてほしい。</p>	「あなたメッセージ」を使う <ul style="list-style-type: none"> •(あなたの) そのやり方はいい。 •(あなたの) そのやり方をやめなさい。
⑨「意見言葉」を使う	「意見言葉」を使う <ul style="list-style-type: none"> •あなたは正しいと思うな。 •あなたの意見に私は賛成できないな。 	「事実言葉」を使う <ul style="list-style-type: none"> •あなたは正しい。 •あなたの意見は間違っている。