

自立した学習者の育成を目指す学びの在り方

－ 見通し・振り返り・自己調整を大切に－

《研究の概要》

本研究の目的は、自立した学習者を育成するために、これまでの教師主導の授業を見直し、子供主体の授業の在り方を明らかにすることである。本市の子供の実態を調査すると、子供が自ら見通しをもち、自己調整を図りながら自分の力で学習しようとする意識が低く、その要因としては日々の授業の中での経験が少ないことにあった。そこで、今年度は「自立した学習者」を育成するため、特に見通し・振り返り・自己調整を意識した日々の授業と単元内自由進度学習を両輪にした実践を行った。その結果、教師のマインドセットの転換の重要性と、自立した学習者の育成のために日々の授業において大切にすべき「見通し・振り返り・自己調整のポイント」を見いだすことができた。

1 問題の所在

情報化やグローバル化といった社会的変化が、人間の予測を超えて加速度的に進展するとともに、VUCA時代と呼ばれるようにAIやテクノロジーの急速な進展により複雑で予測困難な時代となっている。そのような社会の中で、子供一人一人が、社会の変化に主体的に向き合って関わり合い、自らの可能性を發揮し多様な他者と協働しながら、よりよい社会と幸福な人生を切り拓き、未来の創り手となる資質・能力の育成が目指されている。

また、学習指導要領では「主体的・対話的で深い学び」を実現し、生きて働く力の育成が目指されている。つまり、汎用性の高い資質・能力の育成が求められている。

しかし、本市の現状は、まだ「教科固有の知識・技能」の育成を重視したコンテンツベースの授業を行っている傾向があった。また、本研究で掲げる自立した学習者の視点から本市の子供たちの実態を分析すると、自ら見通しをもって学習に取り組むこと、自己調整しながら学習しているという意識が低い傾向にあった。

このような実態を踏まえると、予測困難な時代を主体的に切り拓いていく自立した学習者を育成するためには、コンピテンシーベースで授業を見直し、授業改善を図る必要がある。そして、これまでの日本型学校教育における授業のよさを継続していきながら、子供自らが見通しをもち、自己調整しながら自分の力で学び進める授業の在り方を追究していくことが肝要であると考えた。

2 研究の目的と方法

(1) 研究の目的

自立した学習者の視点から、教師がこれまでの授業を見つめ直し、授業改善を図ることで、子供が見通しをもって学習し、振り返りながら自己調整し自ら学ぶ、子供主体の授業を実現する方策を探る。

(2) 研究の方法

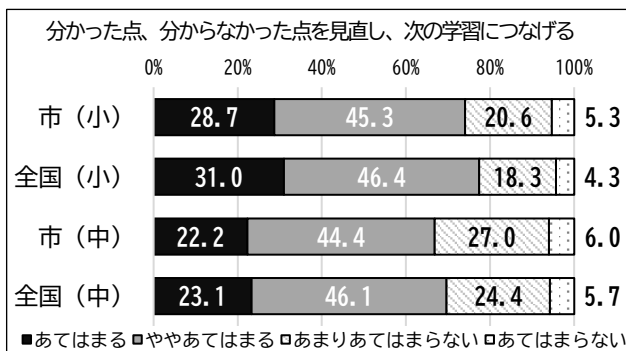
- ① 自立した学習者を育てるための学びの在り方について、質問紙法により研究協力校の教職員と子供の意識の実態を把握する。
- ② ①の結果分析をもとに、本研究で設定した目指す子供の姿をより焦点化するとともに、昨年度構築した自立した学習者育成のための授業実現サイクルの見直しを図る。
- ③ ①の結果分析をもとに、各研究協力校の子供に育てたい資質・能力を設定する。
- ④ 先行研究の実践例及び昨年度の実践をもとに、授業実践の計画（一斉授業と単元内自由進度学習を両輪）を立案する。
- ⑤ ④をベースにして研究協力校で得られた実践データをもとに、子供主体の授業を実現するために必要な教師の意識と支援の在り方を考察する。
- ⑥ ⑤を基に、子供が見通しをもって学習し、振り返りをもとに自己調整しながら学ぶ子供主体の授業のポイントをまとめる。

3 研究内容

(1) 千葉市の子供及び教職員の実態と目指す子供の姿

①全国学力・学習状況調査から

令和5年度全国学力・学習状況調査における主体的・対話的で深い学びに関する児童生徒質問紙調査「分かった点、分からなかった点を見直し、次の学習につなげる」の結果は[図1]のとおりである。肯定的回答率(あてはまる・ややあてはまる)は、全国平均と比較して本市は、小学校で3.3ポイント、中学校で2.6ポイント低い。このことから、自ら問いを見だし、自己調整しながら課題解決までたどりついていないという意識が子供たちにあると考えられる。また、自分の学びについてメタ認知をすることができておらず、次の学習に生かしきれていないことが推測される。



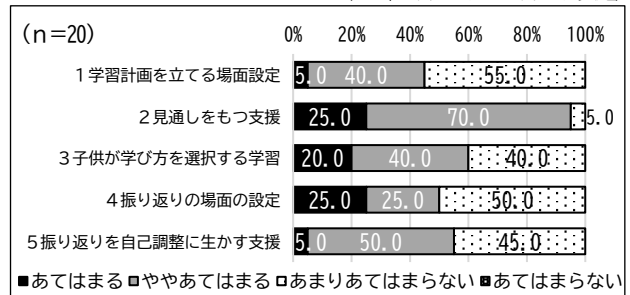
[図1] 令和5年度全国学力・学習状況調査 意識調査結果

②研究協力校教職員を対象とした意識調査から

授業に関する教職員の意識調査の結果は[図2]のとおりであった。「2見通しをもつ支援」をしている教職員は、95.0%と高かった。しかし、「1学習計画を立てる場面設定」を位置付けている教職員は45.0%と、見通しをもてるように支援はしているが、実際に子供自身が計画を立てるところまでは至っていないという実態であった。また、「3子供が学び方を選択する学習」「5振り返りを自己調整に生かす支援」についても約半数の教職員が行えていないとの回答であった。

以上のことより、子供の主体的な学びを意識して実践しようと思っている反面、子供自身が「見通し」「振り返り」「自己調整」を行いながら、自ら学び進めるような授業の構成になっていないのではないかと考えた。

(R5年6月19日～7月3日実施)



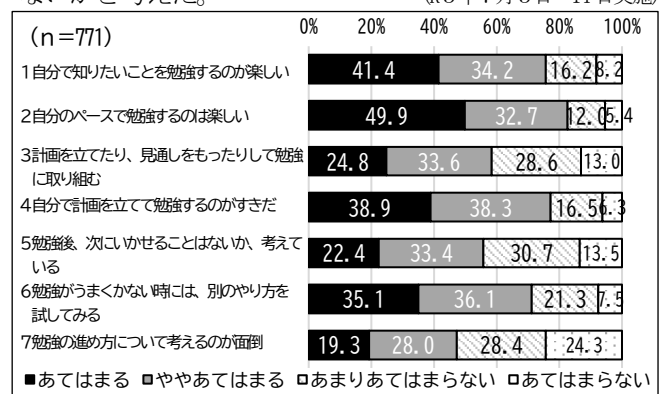
[図2] 研究協力校教職員の授業に対する意識(事前)

③研究協力校の子供を対象とした意識調査から

研究協力校の子供を対象とした勉強に関する意識調査の結果は[図3]のとおりであった。「1自分で知りたいことを勉強するのが楽しい」「2自分のペースで勉強するのが楽しい」と感じている子供が多い。一方で、「3自分で計画を立てたり、見通しをもったりして勉強に取り組む」「4自分で計画を立てて勉強するのが好きだ」と回答した子供が5割程度であった。また、「5勉強後、次に生かせることはないか、考えている」「6勉強がうまくいかない時には、別のやり方を試してみる」など、自己調整に肯定的に回答する割合が低かった。

②・③を比較して、本市の子供が自分のペースで学習することが楽しいと感じていることがわかる一方で、自分で計画を立てたり、試行錯誤しながら自己調整するような学習場面を教師が十分提供していないのではないかと考えた。

(R5年7月5日～14日実施)



[図3] 研究協力校の子供の勉強に関する意識調査結果

④実態に基づいた本研究で育てたい資質・能力

研究協力校の教職員と子供たちを対象とした意識調査からこれまでの授業の実態を分析するとともに、田中(2020)「自己調整学習の特徴」を参考に自立した学習者に必要な資質・能力を具体的に考え、その要素を

1 授業改善に関する研究

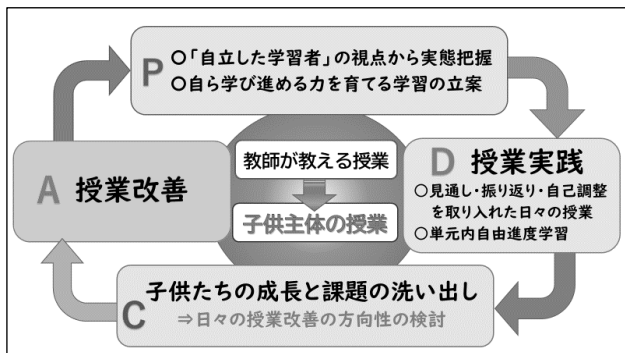
[資料1]にまとめた。このような資質・能力を育成するため、子供主体の授業を進め、そのプロセスを的確に見取り、個別最適な支援につなげることで育成効果があるかどうかを検証することとした。本研究では、前述の本市の子供と教職員の実態を踏まえ、自立した学習者について、特に子供一人一人が自ら学習を見通し、活動を振り返り、自己調整しながら自分の力で学び進めることができるかどうかについて焦点化することとした。

- 自己の学習目標を設定する。
- 自己の学習の計画を立てる。
- 学び方や学習環境を選ぶ。
- 学習に必要な情報や援助を求める。
- 学習を自己評価して調整しながら学ぶ。
- 学習意欲をもって学習活動に粘り強く取り組む。
- 自己の学習の様子をメタ認知（モニター）する。
- 他者と議論し、自分の意見と比較して、良さを取り入れる。

[資料1] 自立した学習者に必要な資質・能力一覧

(2) 自立した学習者実現サイクルの効果検証

(1) ④で述べた資質・能力の育成に[資料2]に示す「自立した学習者実現サイクル」が有効かどうかを以下のような手順で検証した。①「Plan」自立した学習者に必要な資質・能力の視点、特に見通し・振り返り・自己調整から子供の実態を把握し日頃の授業を見直すとともに、その力を育てる指導計画を立案する。②「Do」実践を通して、子供が自ら進める学び、教師の丁寧な見取り、自立した学習者を育てる手立て・支援について、具体策の検証をする。③「Check」検証を通して見られた子供たちの成長と課題を洗い出し、これまでの授業の改善点を検討する。④「Action」子供たちと教師で作る普段の授業の改善につなげる。このPDCAサイクルを繰り返し、教師のマインドセットの転換と子供が主体となるための授業改善を図っていくこととする。



[資料2] 自立した学習者実現サイクル

(3) 自立した学習者実現サイクルの具体的内容

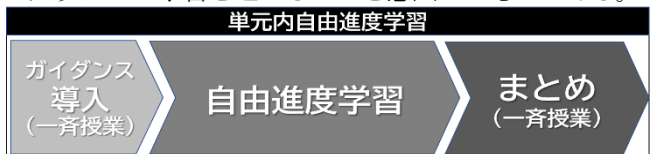
P: これまでの授業の見直しと指導計画の立案

自立した学習者の育成を目指す視点から、これまでの授業を見直し、子供たちが見通し・振り返り・自己調整をしながら学ぶことができるように、以下の[表1]を、日々の授業に位置付けた指導計画を立案した。

[表1] 日々の授業に位置付けること

見通し	<ul style="list-style-type: none"> ・子供と学習（内容）のゴールを共有する。 ・子供と身に付けてほしい資質・能力を共有する。 ・既習内容をもとに、学習の見通しをもてる支援をする。 ・予想から解決方法・解決の道筋を考えられる支援をする。 ・子供と教師、子供同士で計画を立てる場面を作る。
振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・できなかったこと、わからなかったことを書く。 ・どうしたらできるようになるかを書く。 ・次の時間に学習することを書く。★教師はこれらを促す。
自己調整	<ul style="list-style-type: none"> ・学習ツール（解決方法）を複数の中から選択する。 ・理解できていないところに戻ってやり直す。 ・じっくり考える、やり直す時間を取り入れる。

また、本研究では日々の授業と単元内自由進度学習を両輪にして、子供の主体の授業の実現を効果検証をする。単元内自由進度学習とは、[資料3]のように単元のほとんどを子供が自分で進める学習方法であり、子供が自分で計画を立て自分のペースで学習する。つまり、自ら計画を立てて学習し、振り返りをもとに自己調整しながら学習を進められる特徴があり、学期に1回程度を目安に設定する。本研究においては、協力校にて[表2]の実践を10月～12月に行った。なお、二つの内容が記載されている実践は、2教科同時展開であり、従来の授業のように友達の学習に気を取られ早く終わらせようとする意識を軽減させ、自分のペースを一層大切に学習を進めることを意図したものである。



[資料3] 単元内自由進度学習のアウトライン

[表2] 研究協力校単元内自由進度学習の実践内容

学校	実践内容
川戸小学校	5年算数「円と多角形」 5年社会「自然災害を防ぐ」
千城台東小学校	5年算数「平均とその利用」 5年理科「ふりこの動き」
海浜打瀬小学校	5年社会「情報産業とわたしたちの暮らし」 5年算数「面積」
美浜打瀬小学校	5年社会「自動車をつくる工業」 5年算数「角柱と円柱」
高洲小学校	1年算数「かたづくり」 1年図工「ならべてならべて」 6年家庭「持続可能な社会を生きる」 6年理科「私たちの生活と電気」
若松中学校	2年理科「電流と磁界」
朝日ヶ丘中学校	2年家庭「幼児と素敵なかかわりをしよう」 2年家庭「素敵な家を考えよう」
泉谷中学校	1年数学「平面図形」

D: 授業実践 (日々の授業と単元内自由進度学習)

本研究は、単元内自由進度学習の特有の学習効果も見据え、見通し・振り返り・自己調整を意識した普通の授業と単元内自由進度学習を両輪として実践を行った。

①見通し・振り返り・自己調整を取り入れた日々の授業

日々の授業に、見通しをもつこと、振り返ったことを自己調整に生かすことを意図的に取り入れた。

導入の場面では、従前のように学習内容に対して興味・関心、問題意識をもてるように導入の工夫を行った。その後、予想を基に、「既習内容の何を活用できるか」

「何を調べるか」などについて、意識が向くよう意図的な発問や問い返しを行った。その結果、子供たちは学習の見通しをもって学習に取り組むことができた。また、学級全体としての学習計画表 ([資料4]) を作成することで、学習の流れをつかむとともに、単元全体の見通しをもって学習を進めることができるようになった。さらに、これまで教師のみが意識していた身に付けてほしい資質・能力を [資料5] のように子供と共有することで、子供もコンピテンシーを意識して学習に取り組む姿が見られるようになった。

自動車をつくる工業 (7時間 補)

学習目標 たくさんの工程に合わせて自動車を組み立てるために、何がどのようなことをしているのだろう。

日	月	日	時間	場所	内容
11	7	月			・授業 ・課題 ・ワーク ・評価
1					
2					

- 課題解決のための計画を立てる。
- 自分で、解決方法を考えながら計画的に学習に取り組む。
- 自分が納得のいくまで考えたり、調べたりする。
- 振り返りでは、わかったこととわからなかったことを整理する。
- できるようになるために、別の方法を考え、次の学習に取り入れる。等

[資料4] 小5年学習計画表 [資料5] 子供と共有した身に付けたい

振り返りの場面では、昨年度立案した [表3] の内容を子供たちが意識して記述するよう、ワークシートに例として示すとともに、教師が発問や助言をすることで、学習内容をより具体的に振り返り、次の学習の見通しや計画の修正につながるよう働きかけるようにした。

[表3] 振り返りで意識して取り組むこと

振り返り	内容
子供の活動	<ul style="list-style-type: none"> ・自分ができることとできなかったこと ・できるようになった理由とその学習方法 ・できなかった理由 ・できるようになるために次にやること
教師の助言	<ul style="list-style-type: none"> ・今日できるようになったことは? ・できるようになったのはどうして? ・わからないことは? ・どうしたら解決できそう?

②単元内自由進度学習

単元内自由進度学習を行う際には、事前にガイダンスを行い、身に付けてほしい資質・能力や学習の流れ、自分で計画を立てること、わからないときの解決方法 (調べるツールの紹介)、自分のペースで学習してよいこと等を確認して学習の見通しをもてるようにした。また、子供たちに身に付けてほしい資質・能力を教師と子供が共有し、ゴールが明確になるようにした。実際の学習の様子は [資料6] のように、一人一人が自分の計画に沿って調べること・解決することを明確にもち、学習に取り組む姿が見られた。単元内自由進度学習に取り組んだ子供の一部は、始め自分で学習を進める経験が少なく不安を感じていたが、学習後には、自分の問題意識の基に見通しをもって学習を進め、自分のペースで学習することの楽しさや効果を実感することができていた ([資料7])。その理由としては、[資料8] に示したように、教師の丁寧な実態把握と教材の準備、一斉指導ではなかなか難しかった教師が子供一人一人と向き合う時間の増加が要因として考えられる。



[資料6] 一人一人が各自の課題に取り組んでいる様子

【子供視点】 (実践終了後の振り返り調査より)

- ・これまでの勉強はわからなくても進んでいたけど、わからない内容をやり直し、自分で確認してできるようになった。
- ・簡単な問題はすぐに終わらせて発展問題などの問題に挑戦できるから待たずに自分のペースで学習できた。
- ・一人でじっくり考えたいときは一人でできるし、わからなくて友達と考えたいときは一緒にできて楽しかった。
- ・自分がわかりやすい学習の方法を見つけることができた。
- ・これまでの授業よりも、わからないときに友達や先生に聞きやすくなって、勉強がわかるようになった。

[資料7] 単元内自由進度学習後の子供の感想

【教師視点】 (R5.12.20日協力校会議録より)

- ・単元を通した学習内容・指導のねらいが明確になる。
- ・子供に任せるため、学習が止まらないよう実態把握をより丁寧に行うようになる。
- ・子供が自分で学び進められるように、教材の指示やわかりやすい説明を意識するようになる。
- ・導入における学習意欲・問題意識の喚起が、その後の自走に大きく左右するため、導入の工夫に一層力を入れた。
- ・子供たちが学び始めたら子供の様子をよく観察し、一人一人に支援することができた。
- ・授業を行っている7クラス全員の生徒と一つの単元内で話すことができ、個に応じた支援につなげることができた。
- ・子供が自分たちの力で学び進められることを、教師が実感できた。

[資料8] 教師から見た単元内自由進度学習の効果

C: 授業研究から見られた子供の姿の洗い出し

見通し・振り返り・自己調整を取り入れた日々の授業と単元内自由進度学習の実践を通して見られた子供たちの成長と今後の課題は、[資料9]のとおりであった。

子供たちは、自ら計画を立て見通しをもつことで、意欲をより高め学習に取り組む姿が見られた。また、振り返りでは、書くべきことを共有することで、学習内容・進捗等具体的に書くことができるようになり、次時以降の自己調整に生かす姿が見られた。しかし、実践1年目の協力校の子供は、自分で学習を進められているという自覚に大きな変容はなく、自分で学ぶ経験を積み重ね、メタ認知を促すことが重要であると考察した。

単元内自由進度学習においては、これまでの授業ではなかなか難しかった、一人一人が問いをもち、見通しをもって試行錯誤しながら学習を進める子供の姿が多く見られた。また、教師は子供たち一人一人のつまづきを丁寧に見取ることができ、個に応じた支援にもつなげることができた。一方で、[資料10]のような子供の抱く不安も明らかになった。これらの不安を解消するためには、個別最適な学びと他者との協働的な学びの一体的な充実を図る学習過程を意図的に取り入れていくことが重要であることを再確認することができた。

【子供の成長】 (R5 年度研究協力校実施記録より)

- ・導入の問題意識の喚起だけでなく、解決の見通しをもつことで、学習意欲が一層高まった。
- ・計画と振り返りをセットで取り入れると、子供が学習の進度や理解度を自分で把握しようするようになった。
- ・振り返りに書く内容を共有することで、気付きやわからないことを基に次にやることを書き、次時につなげられるようになった。
- ・わからないことがあると、自分で動画を視聴する、教師や友達に聞く、もう一度やってみる等の姿が見られるようになった。
- ・自分の学びを客観的に見ることができるようになった (メタ認知)。

【今後の課題】

- ・短期的 (次時) 見通しと長期的 (単元) 見通しがもてるように学習計画表を工夫するとともに、繰り返し経験できるようにする。
- ・早く終わらせることよりもじっくり考えることを大切にす。
- ・自己調整の様子も記録できるようにする。
- ・自分に合った方法を見つけるためには、多様な方法を提示し、子供が試行錯誤する経験ができるようにする。

【資料9】 実践後の子供の成長と今後の課題

- ・しっかりとできているか不安。
- ・自分で考えただけだと、正しいかどうかわからない。
- ・大体わかったけど、細かいところがわからなかった。
- ・なかなか計画通りに進められなかった。
- ・終わるか不安だった。
- ・文字の資料を読むことが多くて大変だった。

【資料10】 単元内自由進度学習後で子供が不安に感じたところ

A: 成果と課題をもとにした授業改善

①教職員のマインドセットの転換「学びの伴走者」

自立した学習者を育成するために子供主体の授業を構想・実践を行った結果、実践者より[資料11]のような教職員のマインドセットの転換が見られた。子供主体の授業を実現するためには、子供が自ら計画を立て、自己調整しながら学習を進める場面を設定することはもとより、これまで培ってきた授業スキルを大切にしつつ、教職員が「教える意識から学びをサポートする」「子供に多様な学習方法を提示する」といった子供の学びを中心に授業をデザインしようとするマインドセットの転換が重要であることが示唆された。

- ・子供は、問題意識と解決の見通しがあれば自ら学び続ける。
- ・子供の様子をよく観察して待つ。
- ・学びの主体は子供。「教えてあげる」ではない。
- ・教えるのではなく、学びに向かうための道筋となる方法を提示する。
- ・教師が教えるのではなく、子供が「学べる学習」をデザインする。

【資料11】実践の協議で出された教師のマインドセットの転換

②見通し・振り返り・自己調整のポイント

「自立した学習者実現サイクル」の検証をとおして、[資料1]に示した資質・能力を意識した学習を繰り返し経験することで、子供たちが自分の力で学ぶ姿が見られるようになった。そのような姿が見られた理由について、実践者の考察を基に、[資料12]にまとめた。これらを取り入れて授業設計を行うことが重要である。

【見通し】 逆引き授業設計 (Backward design)

- ・学び方のガイダンスで、学習内容だけでなく問題解決の学び方 (そのために必要な資質・能力) を子供と共有する。
- ・ゴール (なりたい自分・どうしたら解決できるか) を共有する。
- ・予想を基に解決する方法を考える場面を位置付ける。
- ・次時の見通しと単元の見通し、双方の計画を立てる場面を設定する。
- ・これまで学習したこと何が使えようか考えるよう働きかける。
- ・学びがどのように役立つか。生活と結び付けていることを共有する。

【振り返り】 メタ認知の促進

- ・自分の計画ややるべきことを明確にすることで振り返る意識が高まるようにする。
- ・振り返りの時間を学習の中に明確に位置付ける。
- ・振り返りの観点の明示と振り返りの具体を例示する。
例) わかったことは、どうしてわかったかを書く。
わからなかったことは、どうしたらできるかを書く。
- ・毎時間の学習のつながりを意識するよう働きかける。

【自己調整】 学習方略の提供

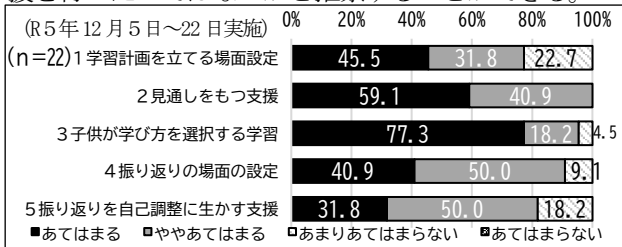
- ・学習ツールの選択ができるようにする (教科書・図書・動画 等)。
- ・学習の全体に対して自分がどのあたりなのかわかる支援をする。
- ・子供が自ら課題を選択する場面を意図的に設定する。
- ・つまづきを見据えた教材や支援の準備をする。
- ・子供が必要に応じて時間・学習形態を決められるようにする。

【資料12】 見通し・振り返り・自己調整のポイント

(4) 研究協力校の子供及び教職員の姿

①教職員の意識の姿

事前（[図2]）より事後（[図4]）の方が、肯定的回答が大きく上昇していることから、自立した学習者の育成に向けて、マインドセットの転換により、教職員はこれまでの授業を見直し、子供たちの見直し・振り返り・自己調整を促すため、多様な学びの場を設定し、支援を行ったのではないかと推察することができる。

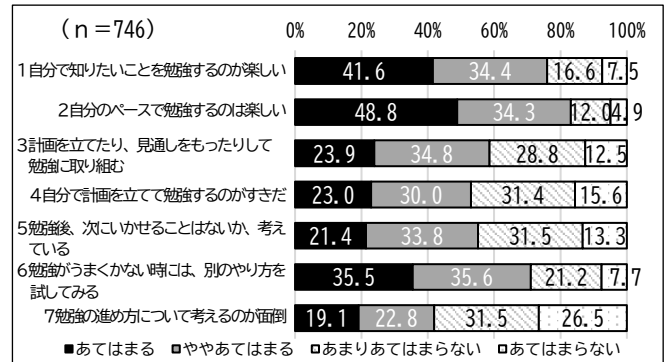


[図4] 研究協力校教職員の授業に対する意識調査（事後）

②研究協力校の子供の姿（意識調査より）

実践の結果、子供たちは見直しをもち自己調整しながら主体的に学習しようとする意識が高まっていることが前述の[資料9]の考察からわかった。また、7月（[図3]）と12月（[図5]）の意識調査を比較すると、「7 勉強の進め方について考えるのが面倒」は5.4ポイントと大きく減少し、子供の意識の姿が見られた。他の1～3の項目においても、肯定的回答の上昇が見られた。しかし、「5 勉強後、自分にいかせることはないか、考えている」「6 勉強がうまくいかない時には、別のやり方を試してみる」の肯定的回答が7月より下降した。これは教職員の意識の高まりとともに、子供へ自己調整しながら学習することを直接的に指示し続けたことで、子供の意識に基づくものではなくなってしまったためと考えられる。今後、子供のメタ認知と自己調整を自然に促す支援の工夫を考える必要がある。

(R5年11月29日～12月22日 各校実践終了後に実施)



[図5] 研究協力校の子供の勉強に関する意識調査（事後）

4 研究のまとめ

(1) 成果

①自立した学習者実現サイクルの有効性

自立した学習者の視点から子供の実態を把握し、これまでの授業を見直すことは、授業の改善点を見だし、子供主体の授業に近付けることに有効であった。

②見直し・振り返り・自己調整のポイントの整理

自立した学習者を育てる子供が主体となった学習に重要となる、見直し・振り返り・自己調整を取り入れる際のポイントを整理し、一般化して示すことができた。

③実践事例の共有

本研究の実践において作成・使用した「学習の手引き」「ガイダンス」「学習計画表」「学習カード」等を取りまとめ、市内の学校で広く共有できるように整備した。

(2) 課題

子供が、自らの力で学び進めていることを一層実感できるように、教職員が個別最適な学びと協働的な学びとの一体的な充実を図りながら、よりよい授業設計をしていく必要がある。また、資質・能力をバランスよく育てる多様な学びを構成するカリキュラム・マネジメントと授業改善を併せて追究する必要がある。

【研究組織】

○通年講師	東京学芸大学	非常勤講師	佐野 亮子				
○研究協力校	千葉市立川戸小学校	教諭	岩崎 駿也	千葉市立千城台東小学校	教諭	吉田 唯人	
担当者	千葉市立海浜打瀬小学校	教諭	鋤本 道代	千葉市立美浜打瀬小学校	教諭	齋藤 匡伸	
	千葉市立高洲小学校	教諭	齋藤 文武	千葉市立若松中学校	教諭	高橋 満月	
	千葉市立朝日ヶ丘中学校	教諭	榎本 優希	千葉市立泉谷中学校	教諭	林 秀和	
○所内担当	教育研究・総務班 井上 誠 (担当)		金子 礼明	勝治 雄紀		小倉 直子	

【主な引用/参考文献等】

- ・文部科学省『令和の日本型学校教育』の構築を目指して(答申) 2021
- ・田中博之著『主体的・対話的で深い学び』学習評価の手引き』教育開発研究所 2020
- ・木村明憲著『自己調整学習』明治図書 2023

千葉市教育センター 研究紀要第32号

○研究名：授業改善に関する研究 ○研究対象：小・中・中等教育・特別支援学校 ○研究領域：教育研究・教育内容
○研究内容キーワード：自立した学習者 子供主体の授業 見直し 振り返り 自己調整 単元内自由進度学習