

2022 仙台自分づくり教育

い

# たく生き授業プラン集



たく生きは「たくましく生きる力育成プログラム」の略称です

仙台市教育委員会 学びの連携推進室

# 1 「仙台市教育構想2021」について

## 1 策定の趣旨と基本理念

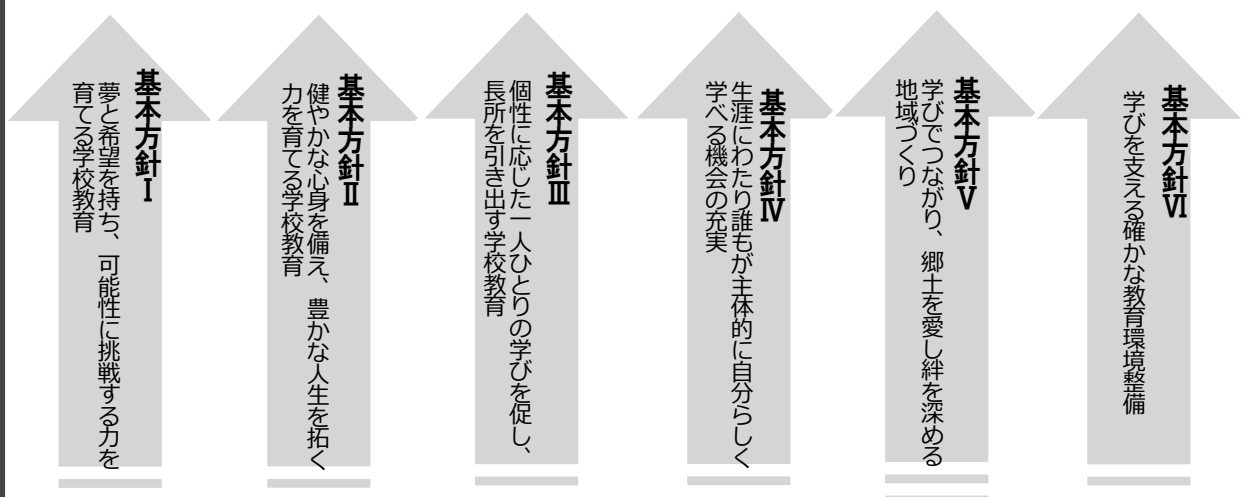
本市では、平成27年12月に策定した「教育の振興に関する施策の大綱」と平成29年1月に策定した「第2期仙台市教育振興基本計画」のもと、教育施策を推進してきました。また、令和3年度から、本市のまちづくりの新たな指針となる「仙台市基本計画」がスタートし、社会環境の変化が激しく将来の予測が難しい時代にあって、本市教育の理念と新しい方策を定め、そのもとで効果的に教育施策を進めるため、令和3年3月に「仙台市教育構想2021」を策定しました。

この基本構想では、一人一人が、「持続可能な未来社会を切り拓いていくための力を備えること」、「多様な主体と協働しながらともに支え合い社会の担い手となるよう支援すること」を本市教育の使命ととらえ、困難に向き合ったときにも、強い意志や知恵で乗り越える「たくましさ」と、柔軟に対応する「しなやかさ」を持ち、相互に支え合いながら自立して生きていく力を育むことを基本理念としています。

## 仙台市教育構想 2021 (令和3年4月～令和8年3月)

### 【基本理念】

「人がまちをつくり、まちが人を育む学びの循環のもと、  
たくましく、しなやかに自立する人を育てます」

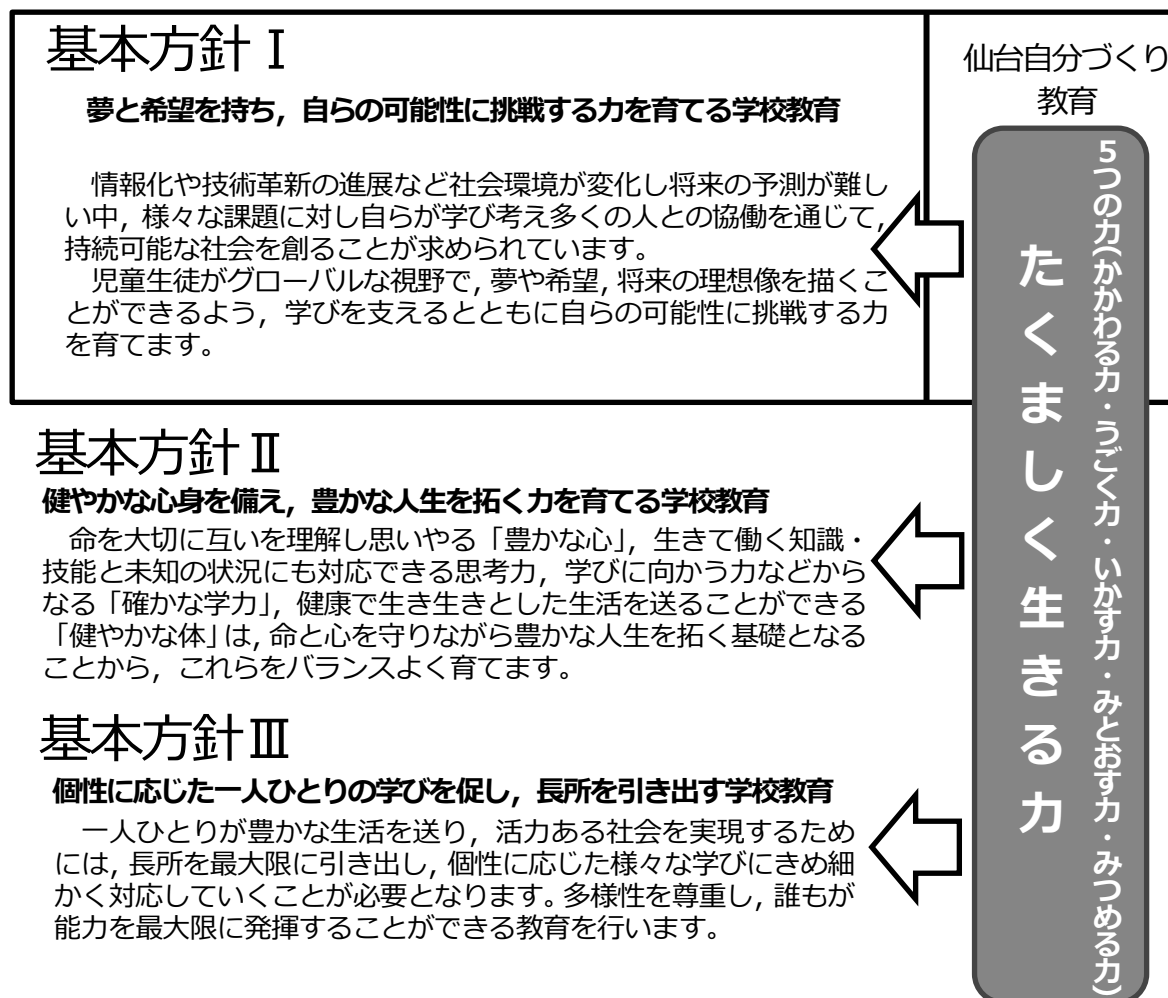


基本理念の実現に向け、これまでの取組における課題や社会環境の変化により新たに生じた課題を踏まえ、今後の教育施策を展開するうえでの基本的な6つの方針。

## 2 「仙台市教育構想 2021」基本理念と仙台自分づくり教育で育む「たくましく生きる力」

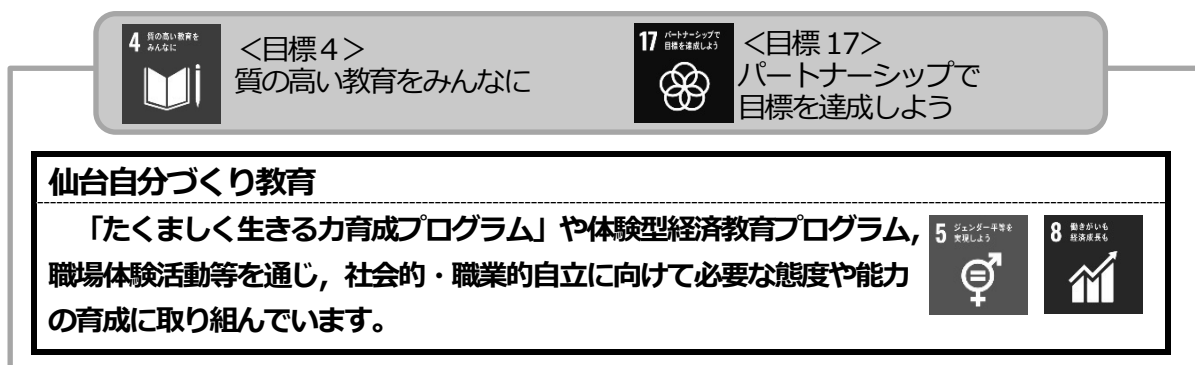
仙台自分づくり教育は、基本方針Ⅰの施策に位置付けられています。仙台自分づくり教育では、「たくましく生きる力」(5つの力の総称)を育てることを目指していることから、基本方針Ⅰのみならず、基本方針Ⅱ・Ⅲの施策の取組においても、5つの力を育む教育活動が含まれます。

また、生涯にわたり学び続け、自らの可能性を伸ばすとともに、社会全体で子どもの育ちを支えるという観点から、基本方針Ⅳ・Ⅴ・Ⅵの各施策とも関連してくるものと考えられます。



## 3 持続可能な社会づくりに向けて ～仙台自分づくり教育の取組～

本市の学校教育においては、SDGsの理念や目標の実現に質する教育や活動を、各教科や総合的な学習の時間などでの学びを通じ、身近な地域課題を切り口として取り組んできました。仙台自分づくり教育との関連は、以下の通りとなっています。

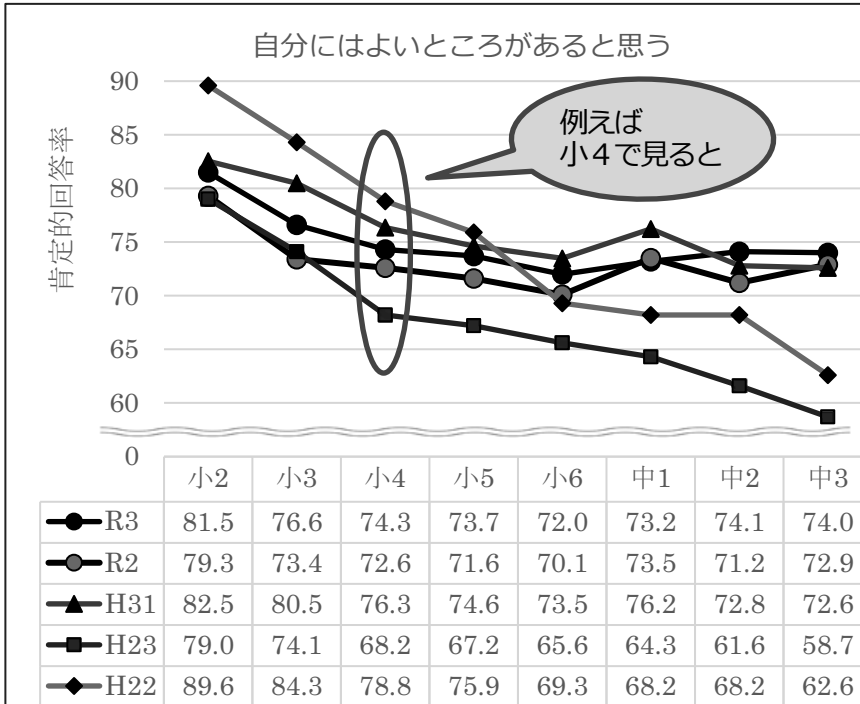


#### 4 未来の創り手となるための力の育成 ～仙台自分づくり教育の推進～

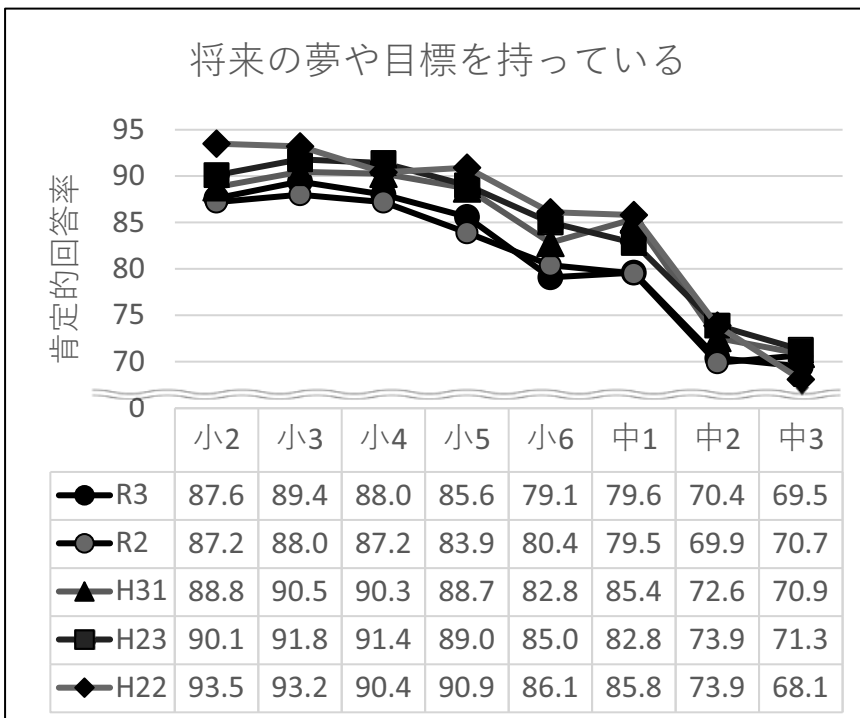
##### 〔現状と課題〕

社会の急激な変化の中にあって、学習したことと日常生活との関連を見出せずに、学習意欲を低下させたり、コミュニケーション能力や自己肯定感、自制心、自己管理能力などの非認知的能力が十分に身に付いていなかったりすることが、学校教育を行う上で大きな課題となっています。

《仙台市生活・学習状況調査の結果から》



「自分には良いところがあると思う」と肯定的に答えた児童生徒の割合を調査年度で比較すると、震災前(H22)から震災後(H23)に大きく下がっていることがわかります。また、その後は肯定率が上がってきています(H31)が、感染拡大による休校等があった年度(R2)は下がっている傾向が見られます。



「将来の夢や目標を持っている」と肯定的に答えた児童生徒の割合をみると、どの年度においても、小2から中3の8年間で16～25ポイントと、学年が上がるにつれて肯定的回答率の下がり方が大きいことがわかります。

自ら学ぶ意欲を持ち、人や社会との関わりを大切にしながら、将来の社会的・職業的自立に必要な態度や能力を育むため、仙台版キャリア教育「仙台自分づくり教育」を推進し、社会的・職業的自立に向けて必要な基盤となる5つの力（総称：たくましく生きる力）の育成を目指します。

## 2 育成を目指す資質・能力と仙台自分づくり教育で育む「たくましく生きる力」(5つの力)

### 1 育成を目指す資質・能力の明確化

中教審答申(平成 28 年 12 月)においては、予測困難な社会の変化に主体的に関わり、感性を豊かに働かせながら、どのような未来を創っていくのか、どのように社会や人生をよりよいものにしていくのかという目的を自ら考え、自らの可能性を發揮し、よりよい社会と幸福な人生の創り手となる力を身に付けられるようにすることが重要であること、こうした力は全く新しい力ということではなく学校教育が長年その育成を目指してきた「生きる力」であることを改めて捉え直し、学校教育がしっかりとその強みを發揮できるようにしていくことが必要とされました。また、汎用的な能力の育成を重視する世界的な潮流を踏まえつつ、知識及び技能と思考力、判断力、表現力等をバランスよく育成してきた我が国の学校教育の蓄積を生かしていくことが重要とされました。

このため「生きる力」をより具体化し、教育課程全体を通して育成を目指す資質・能力を

ア「何を理解しているか、何ができるか（生きて働く「知識・技能」の習得）」

イ「理解していること・できることをどう使うか（未知の状況にも対応できる「思考力・判断力・表現力等」の育成）」

ウ「どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか（学びを人生や社会に生かそうとする「学びに向かう力・人間性等」の涵養）」

の三つの柱に整理するとともに、各教科等の目標や内容についても、この三つの柱に基づく再整理を図るよう提言がなされました。（文部科学省 学習指導要領 総則 解説より）



## 2 育成を目指す資質・能力と「たくましく生きる力」(5つの力)

学習指導要領で示す「教育課程全体を通して育成を目指す」資質・能力の3つの柱と、「たくましく生きる力」の5つの力の関係はどのようになるのでしょうか。「たくましく生きる力」(5つの力)を3つの柱に整理しました。

### 【実際の社会や生活で生きて働く知識・技能】

#### いかす力

情報を集め、調べ、正しく理解するための知恵

【未知の状況にも対応できる  
思考力・判断力・表現力等】

#### みとおす力

将来を見通し、目標を設定し、  
その達成のために計画を立てるための  
知恵

#### みつめる力

自分の良さや役割を理解する、  
自己をコントロールするための知恵

【学んだことを人生や社会に  
生かそうとする  
学びに向かう力・人間性等】

#### かかわる力

望ましい人間関係をつくり、すすんで  
考えや気持ちを伝え合い、人や地域を  
大切にし、協力する態度

#### うごく力

積極的に行動し、最後までやり通し、  
振り返り・改善につなげる態度

3つの柱は、相互に関連し重なり合っており、5つの力も関連し重なり合っています。それらは、明確に切り分けられないことに留意しましょう。



### 3 杜の都の学校教育, 仙台自分づくり教育と「たくましく生きる力育成プログラム」(たく生き)

#### 1 「杜の都の学校教育」における重点取組から

## 未来の創り手となるための力の育成 ～仙台自分づくり教育の推進～

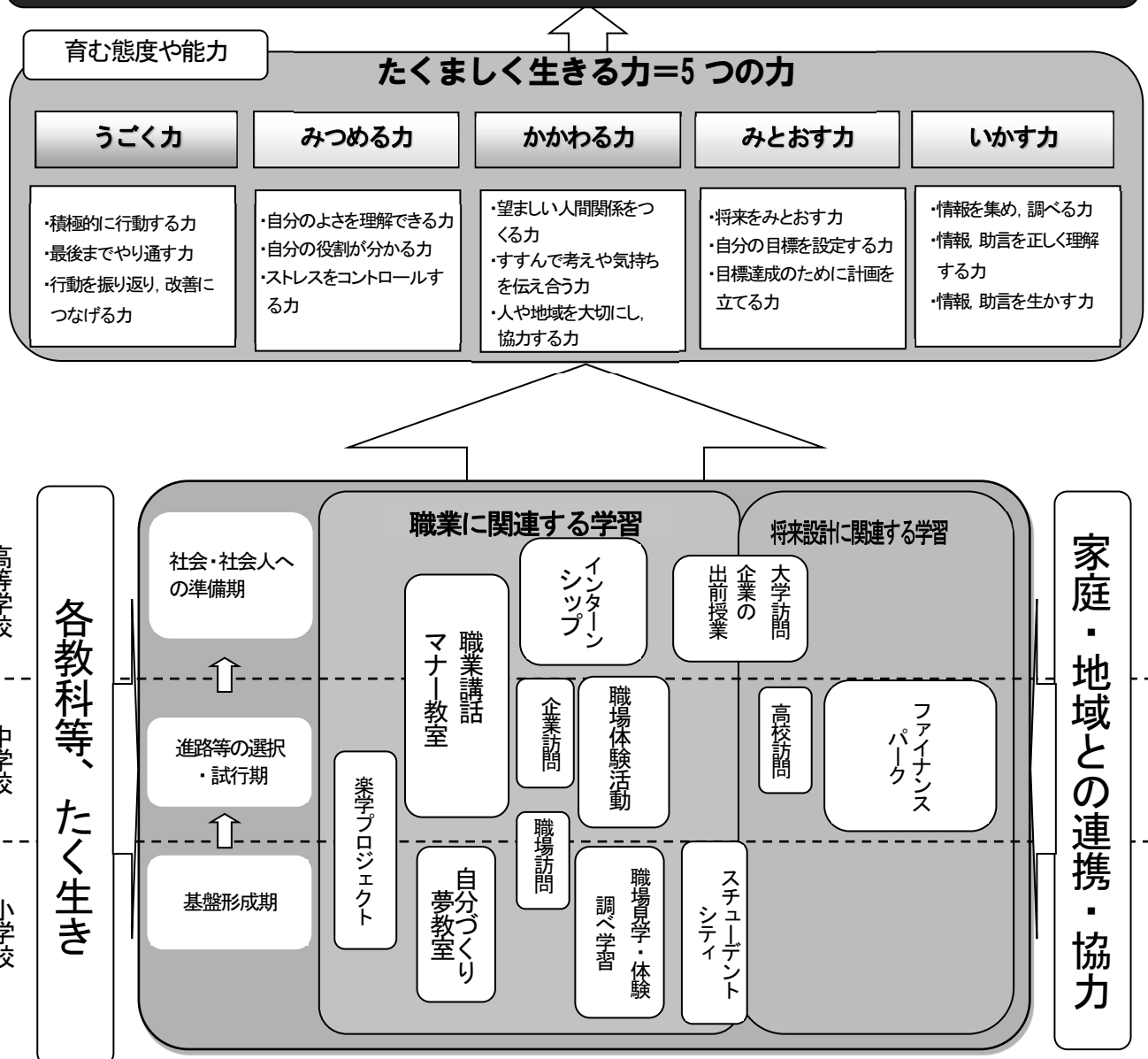
目  
標

自ら学ぶ意欲を持ち、人や社会との関わりを大切にしながら、将来の社会的・職業的自立に必要な態度や能力を育むため、仙台版キャリア教育「仙台自分づくり教育」を推進し、社会的・職業的自立に向けて必要な基盤となる5つの力の育成を目指す。

#### 仙台自分づくり教育の全体像

ねらい

児童生徒が自ら学ぶ意欲を持ち、人や社会との関わりを大切にしながら、将来の社会的・職業的自立に必要な態度や能力を育む。



## 2 「たくましく生きる力育成プログラム」とは？

### (1) 「たくましく生きる力育成プログラム」とは何か？

たくましく生きる力育成プログラムとは、「たくましく生きる力」= 5つの力（自分づくり教育で目指す、かかわる力・うごく力・いかす力・みとおす力・みつめる力）を育成するための学習プログラムです。

### (2) たくましく生きる力とはどのような力なのか？

子どもたちの将来の「社会的な自立」を内面から支える力を「たくましく生きる力」と定義し、外部有識者を交えた検討委員会で議論してきたところ、「見方・考え方」「人間関係形成力」「心・態度」などにかかわる能力が重要であるという結論が出ました。その具体的な内容についてさらに議論を深め、「たくましく生きる力」が教育課程上のどのような位置にあるのかを検討したところ、同じく「社会的な自立」に焦点を当てた「仙台自分づくり教育」で育む5つの力と同義であるという結論を得ることができました。

このような経緯を踏まえ、「仙台自分づくり教育」で育む5つの力の総称を「たくましく生きる力」としています。

### (3) プログラムの基本構想

「たくましく生きる力」を育てるには、その前提として、「たくましく生きる力」を支える基盤となる素地としての「知恵・態度」を同時に育む必要があります。「知恵」とは、当面の問題を解決するだけでなく、「よりよく生きていく」ために必要となる知識の使い方や応用する技能を指します。ここでいう知恵とは、教科の内容としての知識ではなく、新しいものを追究したり、分からないものを解決したりしながら「よりよく生きていく」ために必要となるものです。また、獲得した知恵を実践に移そうとする「態度」も含めて「知恵・態度」と呼びます。そうした素地となる「知恵・態度」は、5つの力（かかわる力・うごく力・いかす力・みとおす力・みつめる力）を身に付けていく過程で強化され、より確実に「たくましく生きる力」につながっていきます（図1、P.8表1参照）。

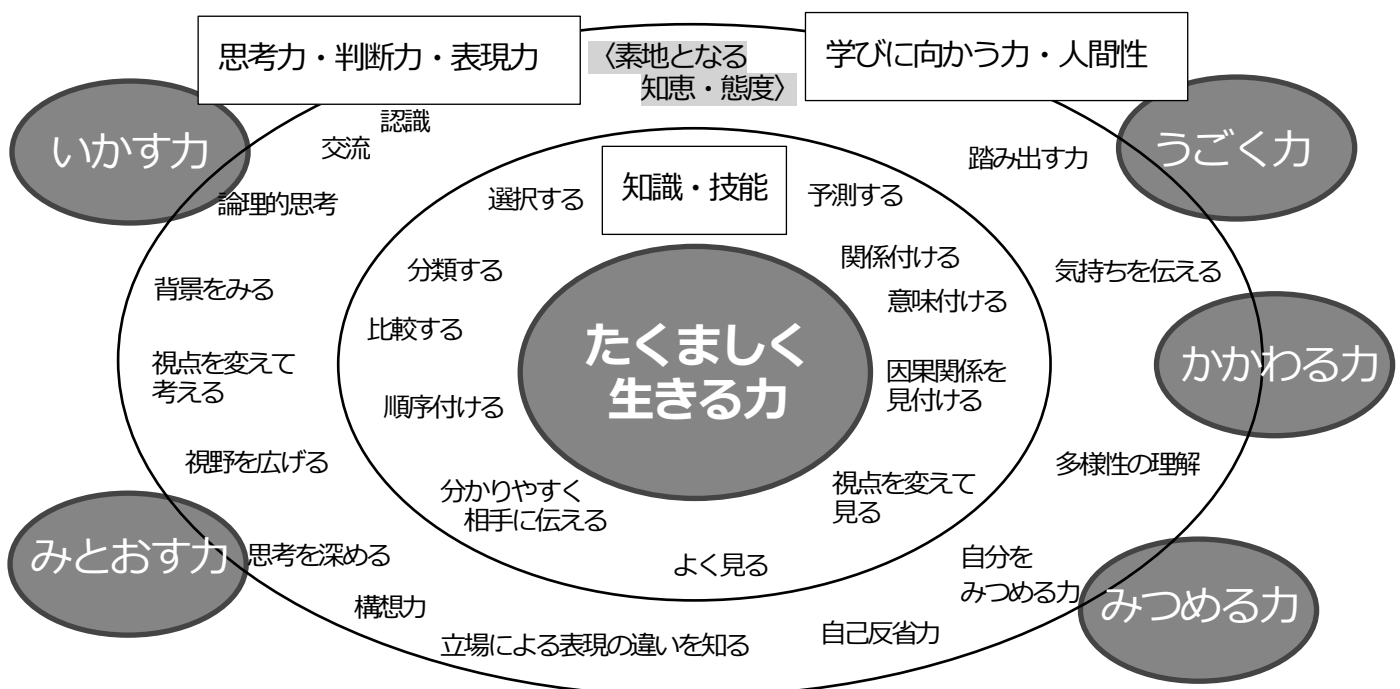


図1 「たくましく生きる力育成プログラム」で目指す子どもたちに身に付けさせたい「知恵・態度」を含めたイメージ図



表1 5つの力と「たく生き」で身に付けさせたい「知恵・態度」の関連表（例示）

うごく力	みつめる力	かかわる力	みとおす力	いやす力
積極的に行動する力	自分のよさを理解できる力	望ましい人間関係をつくる力	将来をみとおす力	情報を集め、調べる力
決断する 価値の創造力 自分を向上させようとする チャレンジする 好奇心 自信	自分のよさに気付く 他者を理解する 自己を理解する 聴く力 自信	相手の意を汲む 異質なものととの出会いを楽しむ 相手の気持ちを考える 他者を理解する自己を理解する 聴く力 他者に関心をもつ 人間好き	見方の多様さに気付く 視点を改めて見る 予測する	批判的思考 関係付ける意味付ける 因果関係を見付ける 視点を改めて見る 五感で感じる よく見る
最後までやり通す力	自分の役割が分かる力	すすんで考えや気持ちを伝え合う力	自分の目標を設定する力	情報、助言を正しく理解する力
夢の力 覚悟を決める 乗り越える力 リカバリーできる力 強い意志	自分の問題として考える 自分の価値に気付く	伝達力 気持ちを伝える 会話を弾ませる 相手を気遣う 自分を表現する	伝達力 選択する 分類する 比較する	公正な見方 背景を見る 立場の違いを理解する 見方の多様さに気付く
行動を振り返り、改善につなげる力	ストレスをコントロールする力	人や地域を大切に、協力する力	目標達成のために計画を立てる力	情報、助言を生かす力
自己マネジメント力 自己反省力 自分の問題として考える	気持ちをコントロールする 気持ちをみつめる方法を知る 自分の気持ちを整理する いろいろな気持ちを知る	仲間と競い合える 仲間と助け合える 多様性の理解	戦略的思考 構想力 分かりやすく相手に伝える	論理的思考 視点を改めて考える 順序付ける 立場による表現の違いを知る 視点を決めて見る

※子どもたちに身に付けさせたい「知恵・態度」は、ここに示したものの以外にもあり、社会の変化によっても今後変わってくるものと捉えています。

### 3 なぜ「たくましく生きる力育成プログラム」が必要なのか

#### (1) 「たくましく生きる力育成プログラム」が生まれたきっかけ

このプログラムのきっかけになったのは、平成21年に作った「確かな学力育成プラン」です。この時、「確かな学力」とは、「基礎的な知識」「応用力」「学習意欲」の3つから成るものとしていました。ここで言う「応用力」とは、単に知識を獲得するだけでなく、獲得した知識をいろいろな場面で活用したり実践したりする、幅広い意味を指しています。つまり、単に学校で出てくる問題が解けることではなく、実際の社会の中で、問題を解決する方法を自分で見付け、困難を乗り越える力を指すものと押さえていました。この「応用力」を考える過程において、学校教育や教科の在り方という、既成の枠を一度取り払って考える必要があると考えました。そこで、教育関係者だけでなく、いろいろな分野の方々に集ってもらい、たくましく生きる力育成プログラム検討委員会を立ち上げました。

#### (2) 子どもたちが抱えている現状は

検討委員会の中では、以下のような子どもの姿が報告されました。

- ・自己肯定感が低い。
- ・対人関係能力やコミュニケーション能力が低下している。
- ・一つの正解のみに効率的にたどり着こうとする思考が強い。
- ・正解を言えないとダメと思い込み、間違いや他人との違いを恐れる。
- ・失敗を恐れずにチャレンジすることや、失敗をリカバリーすることができない。
- ・問題行動の現れ方が多様化しており、問題行動そのものに自覚のない子も多い。

このような状況に対して具体的な手立てを講じていく必要があると考え、その一つとして、有識者や企業関係者、学校教員と市教委が協働し、発達段階に応じて意図的・計画的に、社会的自立の素地とともに、「たくましく生きる力」を育む「仙台自分づくり教育の授業プラン」の開発に取り組んできました。それが「たくましく生きる力育成プログラム」です。

#### (3) 目の前の子どもたちに必要とされる力の育成を計画的・継続的に

学校では、教科の中で「見方・考え方」等を育てたり、特別活動や行事の中で、「人間関係形成力」等を育てたりするなど、いろいろな場面に育成する場がちりばめられています。

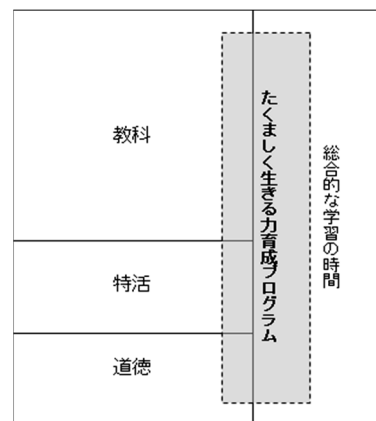
これまでも、このような力を育む重要性を認識し、既に様々な形で実践されている先生方も多いことと思います。本プログラムは、そうした先生方の一助にもなるものと考えております。また、本プログラムを活用することにより、個人としてではなく、学校全体、あるいは小中間の連携により、義務教育9年間のスパンで、計画的、組織的に「たくましく生きる力」を育むことを願っています。

## 4 たくましく生きる授業プラン集の活用

### (1) プログラムの実施イメージ

#### ① 教育課程上の位置付け

「たくましく生きる力」と、その素地となる「知恵・態度」は、教科等の学習の目標や内容と密接にかかわっています。学習プログラムは、各教科、特活、道徳、総合的な学習の時間の中で実施していくこととなります。どの内容をどの時間で実施すると効果的かということは「関連教科」として授業プランに例示しています。



教育課程上の位置付けのイメージ

#### ② 自分づくり教育の年間指導計画への位置付け

学習プログラムの実施効果を高めるためには、発達の段階や子どもたちの実態に応じて、適切なタイミング、内容で授業を実施していくことが大切です。「たくましく生きる力育成プログラム」の授業は、自分づくり教育の年間指導計画に位置付けて意図的に実施していくことが効果的です。小・中学校間で「9年間で育む子ども像」のもと、中学校区として連続した年間指導計画を作成することも重要な視点です。

#### ③ たくましく生きる力育成プログラムの授業の活かし方

「たくましく生きる力育成プログラム」の授業の趣旨を活かすためには、この授業で学んだ、「5つの力」とその素地となる「知恵・態度」の必要感や有用感を実生活や実社会の中で、実感できるようにすることが大切です。教科学習をはじめ、学校生活、学級生活の様々な場面で関連付けて指導できるように配慮していくことが必要です。

### (2) たくましく生きる力育成プログラムの授業で大切にしたいこと

① 教師自身が授業のねらいを明確に捉えましょう。

② 答えが一つとは限らない課題をできるだけ提示しましょう。

③ 一人一人が自分の考えを話す、全員参加型の授業にしましょう。

展開の例：自分の考えをもつ→ペアで話す→グループで話す→全体で発表

④ 自分の身に置き換えて考えることができるようにするため、ロールプレイ的な要素を多く取り入れましょう。

⑤ シンプルな題材から、場面設定やストーリーを通して考える題材へと発展させていきましょう。

⑥ 授業の終盤に授業の意義、その授業で扱った「5つの力」とその素地となる「知恵・態度」が大人になってどう役立つか（合理性・有用性）気付かせたり、教師から伝えたりしましょう。

⑦ 授業で扱った「5つの力」とその素地となる「知恵・態度」を現実の生活の中で活用してみようとする気持ちを高めましょう。

- ⑧ 児童・生徒が考えたプロセスをできるだけ肯定的に捉え、認めてあげましょう。
- ⑨ 言葉として表出できなくても、その子なりの「思い」「気付き」「共感」を受容しましょう。
- ⑩ すぐに子どもたちの変容が見られるもの、類似したプランをいくつか積み重ねることで少しずつ変容していくものなど、様々です。「たくましく生きる、成長のための種まき」の気持ちで、変容をあせらず、子どもの成長を見守っていきましょう。「複数のプランを終えて、学級が変わったと実感した」は多くの授業プラン実践協力委員が語った、実践後の率直な感想です。
- ⑪ 展開によっては、個人の心に傷を与えてしまう可能性もあります。本時のみならず、事前・事後の教師側からの細やかなサポートに心がけましょう。

### (3) 授業プラン集の特徴

たくましく生きる力育成プログラム授業プラン集は、「仙台自分づくり教育の授業」として、すぐに学校で活用できるように、授業プランを仙台自分づくり教育で育む5つの力(かかわる力・うごく力・いかす力・みとおす力・みつめる力)ごとに分類してあります。「みつめる力」はさらに「自己肯定感」と「気持ちをコントロールする力」に分けました。

### (4) 授業プランの選択について

5つの力に分類した各章の扉ページには、「こんな子どもたち・学級になってほしい」という項目ごとに、プランを整理して記載しています。子どもたちの実態や教師の願いに合わせて授業プランを選択してください。

また、実施を推奨する学年についても記載していますが、学年はあくまでも参考であり、プランの実施学年を固定するものではありません。推奨する学年以外でも、実態に応じてプランをアレンジして実施してください。実施時間についても、必ず記載されているコマ数で実施しなくてはいけないというものではありません。授業プランのエッセンスや活動の一部を取り出して、朝の会や帰りの会、教科の学習の中に組み入れるといった工夫もしてみましょう。

## かかわる力

を育てる授業プラン

○ 望ましい人間関係をつくる力  
○ すずんで考えや気持ちを伝え合う力  
○ 人や地域を大切に、協力する力

**A 気持ちや考えをすずんで伝えられるようになってほしい!**

3. 気持ちを伝えよう	【低学年】 P.31
6. 笑顔であいさつしよう	【中・高学年】 P.34
7. みんなで詩をつくらう	【中学年】 P.35
8. 気持ちを伝える名人になろう!	【中学年】 P.36
9. さわやかな自己主張	【中学年】 P.37
10. あいさつは自分を覚える第一歩	【中学年】 P.38
12. 話の聞き方と話の伝え方	【高学年】 P.40
17. 相手を思いやるコミュニケーション	【中学生】 P.45
18. メール、SNS との上手な付き合い方を考えよう	【高学年・中学生】 P.46

**B 相手を気づかうことができるようになってほしい!**

1. 即興表現を楽しもう	【低学年】 P.29
2. 体と顔を使って交流しよう	【低学年】 P.30
4. 心と体をほくそ	【中学年】 P.32
5. 「にほんごであそぼう」(百人一首を例に)	【低・中学年】 P.33
8. 気持ちを伝える名人になろう!	【中学年】 P.36
9. さわやかな自己主張	【中学年】 P.37
10. あいさつは自分を覚える第一歩	【中学年】 P.38
11. 人間コピー	【高学年】 P.39
12. 話の聞き方と話の伝え方	【高学年】 P.40
16. 相手の気持ちを考え話を聴こう	【高学年】 P.44
19. ノンバーバルコミュニケーション	【中学生】 P.47

**C 相手の意をくみ取ることができるようになってほしい!**

3. 気持ちを伝えよう	【低学年】 P.31
8. 気持ちを伝える名人になろう!	【中学年】 P.36
12. 話の聞き方と話の伝え方	【高学年】 P.40
15. 泉ヶ島の自然とともに	【高学年】 P.43
17. 相手を思いやるコミュニケーション	【中学生】 P.45
18. メール、SNS との上手な付き合い方を考えよう	【高学年・中学生】 P.46
19. ノンバーバルコミュニケーション	【中学生】 P.47

**D 仲間となかよく競い合えるようになってほしい!**

5. 「にほんごであそぼう」(百人一首を例に)	【低・中学年】 P.33
20. 決めつけられないよ～昔話の模範裁判～	【中学生】 P.48

**E 仲間となかよく助け合えるようになってほしい!**

1. 即興表現を楽しもう	【低学年】 P.29
7. みんなで詩をつくらう	【中学年】 P.35
13. How do you spell! 協力ボデイ・アルファベット	【中・高学年】 P.41
15. 泉ヶ島の自然とともに	【高学年】 P.43

2. 体と顔を使って交流しよう	【低学年】 P.30
11. 人間コピー	【高学年】 P.39
14. 友だちすぐく	【高学年】 P.42

## (5) 授業プランの見方について

### 3 (小学校)

#### 授業プラン名：気持ちを伝えよう

育みたい知恵や態度：交流（気持ちを伝える）

対象学年：小学校低学年 関連教科等：学級活動

時間：1コマ（45分） 実施時期：随時

プランとかがわりのある  
教育事業・教育課題を表し  
ています。

いじめ  
防止

人間関係

授業プランの基本となる情報を記載しています。関連教科は、ねらいの設定の仕方  
や展開によって、その教科で取り扱うこと  
ができるものについて記述しています。

プランをアレンジすることで、対象学年以外  
でも実施することができます。

実施前  
後の姿

自分の気持ちを伝え、相手の気持ち  
を受け止めることが大切であるこ  
とを知っている。

相手の立場を考え、自分と異なる  
気持ちを共感的に理解する  
ことが大切であることを知っ  
ている。

相手の立場を考え、よりよい関係  
を築きながら互いの気持ちを伝  
え合うことができる。

このプランで育む  
力や「知恵や態度」、  
プランのねらい、実  
施前後の姿を図示  
しています。

#### 人はよって違うことを知る

分かるか問い、何もしないと気持ち  
の差が得意な人と苦手な人がいること

プランのおおまかな流れ、活動内容を  
記載しています。授業のイメージがつか  
みやすいように、簡潔にまとめてい  
ます。子どもたちの実態に応じて、ア  
レンジを加えながら実践してくださ  
い。

#### 2.5 入り組で気持ちを伝え合う

※ 「気持ちカード」をグループに配布する。

- ・ うれしい、かなしい、いらいらなどのカードを用意しておく。
- ・ 自分が引いたカードを最初は表情で伝え合う。（言葉を出さないようにさせる）
- ・ カードを渡し直し、身振り手振りを加えて伝え合う。

#### 3 上手な気持ちの伝え方を知る

- ・ グループ毎に代表1名が発表し、どんな気持ちを表現しているか考える。
- ・ うれしい、たのしい、かなしい、いらいら、ふんぷん、いやだ、さみしい、こまった等、代表の人数分「気持ちカード」を用意する。
- ・ 友達の表現のよいところを発表する。
- ・ 気持ちが伝わったときにどう思ったか、伝える側の感想も取り上げるようにする。

#### 4 活動のまとめ

##### 振り返ろう 自分の気持ちはきちんと伝えよう

- 気持ちを伝えることは必要なこと。
- 相手の気持ちを上手に受け止めることが大切。
- 気持ちが伝わると、とてもうれしいね。

**振り返ろう**は、この授業プランから、子  
どもたちに学んでほしい内容について記述  
しています。子どもたちから引き出した  
り、教師がまとめとして伝えたりしてもよ  
いでしょう。

※授業展開によっては表現を変えた方が  
より子どもたちに伝わる場合があります。  
展開に応じて柔軟に取り上げてください。

「たく生き プラン集」のプラン集データ  
(プラン、ワークシート、学習指導案、補助資料)は、

C4th 書庫「学びの連携推進室 A (3)」




にあります。ご活用ください。

C4th 書庫学びの連携推進室

- ・ワークシート -
- ・学習指導案 ○
- ・補助資料 ○

## (6) ワークシートと補助資料について

### 補助資料例

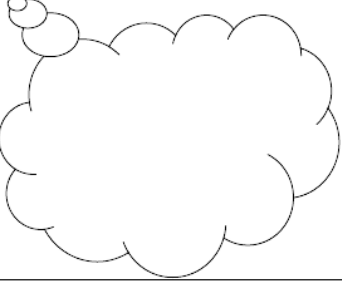
<b>&lt;補助資料&gt;</b>	
頭と体を使って交流しよう	
活動場所	体育館
準備物	あいうえお表（拡大）、ワークシート 児童 筆記用具 探検バッグ（バンダー）
<b>活動上の留意点</b>	
活動中に留意すること	<ul style="list-style-type: none"> <li>二人組の準備運動を取り入れ、二人の体と心を合わせる楽しさを味わわせる。奇数のクラスは三人でも活動できるよう配慮する。</li> <li>児童一人ひとりがルールをしっかりと理解してから、ゲームにとりかかることができるようにする。</li> <li>コミュニケーションを図ることが苦手な児童には、教師と一緒に活動する。</li> <li>名前覚えゲームで、あ行、か行ごとに集まる。少ないチームは、「めずらしい名前を考えよう」と紹介し、みんなで拍手をして、認め合う雰囲気を作る。</li> </ul>
活動の安全を図るために	<ul style="list-style-type: none"> <li>活動中は音楽を流し、音楽に合わせて動くように声掛けする。広い場所での活動なので、走ってぶつかったりしないよう配慮する。</li> </ul>
ねらいにせまるために	<ul style="list-style-type: none"> <li>名前覚えゲームは、「自分から進んで相手とかかわる」ことがねらいなので、とまどっている児童に声掛けを行う。また、お互いが気持ちよく話したり聞いたりすることやあいさつをしっかり行うことも声掛けする。</li> <li>活動後の振り返りの時間を確保し、「友達と一緒に活動することの楽しさ」や「相手を思いやりながら活動するともっと楽しいこと」など、活動した感想が共有できるようにしたい。</li> </ul>
思いを共有するために	<ul style="list-style-type: none"> <li>学級通信などで活動の様子と成果について、家庭に知らせる。</li> </ul>
<b>授業後の児童の姿</b>	
(活動の様子から)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>二人組の準備運動を取り入れたことで、協力しあう姿が見られた。</li> <li>ロボット操縦では、二人組で、いきいきと活動していた。二人が同じ速さで歩かないと合図を送りにくいことに気付く。同じ速さで歩くように合わせていた。</li> <li>名前覚えゲームでは、名前を決めるのにとまどう児童もいたが、友達とかかわっていくうちに、名前を考え楽しく参加することができた。</li> </ul>	
	
	
<b>&lt;エレベーター&gt; &lt;船ごっこ&gt; &lt;ロボット操縦&gt; &lt;名前覚えゲーム&gt;</b> (児童の感想から)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>ロボットでうごかすのがたのしかった。いろいろな名前があってもよかった。</li> </ul>	




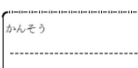
授業プランを、各学校で効果的に実践できるように、補助資料を作成いたしました。

授業プランは、授業の流れが一目で分かるように、簡潔にまとめてあります。「ねらいに迫るためには、どのようなことに留意すればいいのか」「この授業を通して、子どもたちはどのような感想をもつのか」など、プランについてより詳しく知りたいときは、「C4th 書庫 学びの連携推進室 A(3)」にて保存している「補助資料」を参照してください。

補助資料には授業の準備物や指導上の留意点、実践してみて、子どもたちがどのような学びを得ることができたか、分かりやすくまとめています。プランを実践する前に、ぜひ一読してみてください。

### ワークシート例

<b>&lt;ワークシート&gt;</b>
たのしく友達と交流しよう ワークシート 頭と体をつかってこうりゅうしよう
年 ぐみ 名まえ
「頭と体をつかってこうりゅうしよう」のゲームをしたのしかったことやおもったことはななに。

今日のまとめ
♥ どうして たのしくできたのかな？ ともだちといっしょだから ともだちのことをおもって（きづかって） ゲームをしたから

いろいろなきもち		
月 日 ( ) 名まえ		
かわい    	きもち	どんなときに こんなきもちに なるのかな？
かんそう		

プランを実践した先生方が作成し、授業の中で実際に使用したワークシートも C 4 th 書庫

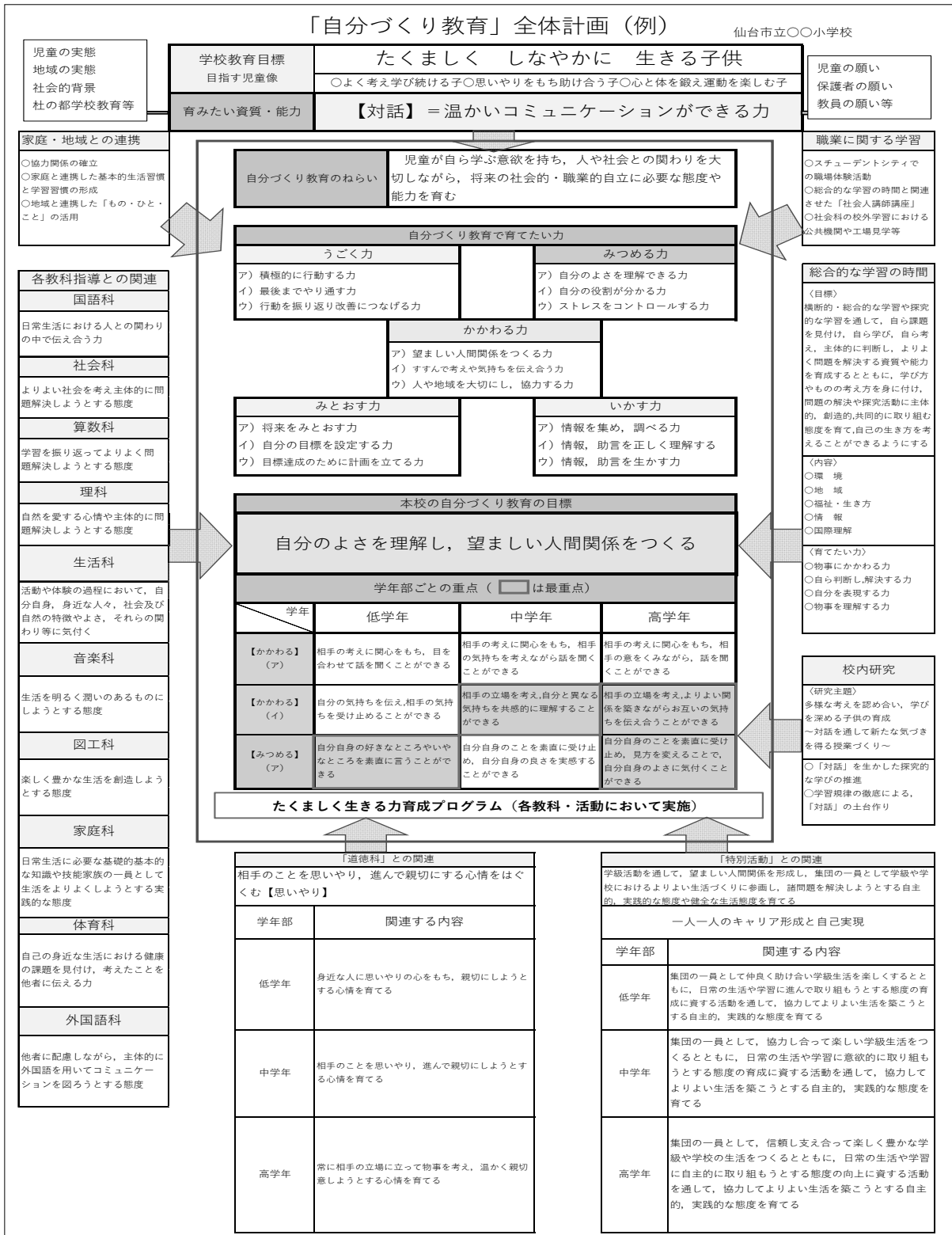
「学びの連携推進室 A ( 3 )」にあります。授業プランの教育効果を高めるために、ぜひ

ご活用ください。

# 4 たくましく生きる力育成プログラムの教育活動への位置付け

## (1) 自分づくり教育全体計画への位置付け

各学校において子どもたちの実態に応じて、たくましく生きる力育成プログラムを選択し、自分づくり教育への位置付けを進めていきましょう。まずは各学校で整理されている「自分づくり教育全体計画」の中に、たくましく生きる力育成プログラムを位置付けましょう。



## (2) 年間指導計画への位置付け

たくましく生きる力育成プログラムは、各教科や学級活動、道徳、総合的な学習の時間などで実施していくこととなります。実施する際には、単発的に行う場合や、単元の中に位置付けて行っていくことも考えられます。子どもたちの実態を踏まえ、学校行事や教科の授業の中にたくましく生きる力育成プログラムを組み込むことはできないか検討し、年間指導計画に位置付けて実践するようにしましょう。

### 小学校例

小学校 第2学年 自分づくり教育年間指導計画											
協働型学校評価における重点目標		○㊟かるく挨拶、○㊦つも挨拶、○㊧きに挨拶、○㊨けよう挨拶 ○目を見て聴こう伝えよう ○地域の一員として学ぼう、活動しよう、働き掛けよう									
自分づくり教育の目標		○自らの意思で主体的に考え、行動できる心豊かでたくましい児童 ○歴史と自然に学びながら、地域に根ざし愛郷心をもった児童									
2学年で重点化する力		①かめつめる力 地域に思いを持ち、積極的にかめつめようとする。 自分の気持ちを相手に分かるように伝えようとする。					②みつめる力 自分のよさ、友達の良いところを知る。 気持ちはコントロールできるものだと知り、意識して行動しようとする。				
行事	4	5	6	7	8・9	10	11	12	1	2	3
入学式・始業式・1年生を迎える会 授業参観	運動会	避難訓練 校外学習	〇〇まつり	終業式 始業式 校外学習	学習発表会	6年生を送る会 修了式					
教科	自分の役割を理解し、友達と協力して活動してほしい。 地域への関心をもってほしい。		生活科 「わたしのたんけんしよう」 生活科「あいさつは自分を 変える第一歩」 「たく生き【かめつめる力】」	生活科「あいさつは自分 を変えよう【かめつめる力】」	友達や地域のひと とあいさつする ことの大げさや 気持ちよさに 気付いてほしい。	音楽「即興音 楽をつくら う【たく生き 【かめつめる力】」	友達とかめつめ る楽しさに気付い てほしい。	体育 「体を動かして交 流しよう【たく生き 【かめつめる力】」			生活科 あしたへジャンプ
道徳	節度ある生活 怒りはコントロールできるもの だと気づき、その対処法を知っ てほしい。	規則の尊重	信頼・信用		危険を予測し、その場 に合わせた身の守り方 を考えることができるよ うになってほしい。	勤労		勤勉・努力			
学活	友達のよさや、自分の よさに気づき、自己肯 定感を高めよう。	ふわふわことば でいいこと さがし【みつめる 力】	イライラ くんがあら われたら【たく 生き【みつめる 力】	危険予知 トレーニング1 【たく生き 【みつめる 力】	クラスがもっとよくなる ために自分 に何が できるか を考え、 行動 できるよ うになっ てほしい。						

※たく生き…ゴシック体 吹き出し…教師の思い

### 中学校例

山市立 中学校 第3学年 自分づくり教育年間指導計画

山市立 中学校 第3学年 自分づくり教育年間指導計画											
学校協働型目標		①進んであいさつする〇〇生 ②主体的に行事・諸活動に取り組む〇〇生									
自分づくり教育の目標		生徒が自ら学ぶ意欲を持ち、人や社会との関わりを大切にしながら、将来の社会的・職業的自立に必要な態度や能力を育む。									
3学年で重点化する力		①かめつめる力 ・望ましい人間関係をつくる力 ・進んで考えや気持ちを伝え合う力 ・人や地域を大切に、協力する力					②みつめる力 ・自分の良さを理解できる力 ・自分の役割が分かる力 ・ストレスをコントロールできる力				
行事	4	5	6	7	8・9	10	11	12	1	2	3
入学式 始業式 対面式 修学旅行			市中総体 中間考査 避難訓練	合唱コンクール	実力考査 文化部発表会 期末考査	生徒会役員選挙 終業式、始業式 実力考査 体育祭	中間考査 進路説明会 二者面談	三者面談	実力考査	期末考査 予餞会	卒業式 修了式
教科	国語・数学・社会・英語・理科 1年間を通して、ペアやグルー プでの活動を取り入れている。 重点①			音楽 合唱コンクールの 縦割り練習 重点①②		保健体育 創作ダンスの 縦割り練習 重点①②					
総合	「修学旅行：古都の歴史・文化について学ぶ」 ・課題を設定し最後まで意欲的に追求することが できる。 ・班の仲間と自分の考えを伝え合い、積極的 に関わることができる。 重点①②、みとおす力			「地域学習」 ・地域の歴史、変遷を理解することができる。 ・課題解決に向け多様な力を身に付けることが できる。 ・班のメンバーと協力して作業を行い、課題解決 に向け努力することができる。			「自分史を書く」 ・自分の歴史を振り返り、成長や課題を明確に し、これからの目標を明確にすることができる。 ・班のメンバーと交流することで、自己分析の 広がりや深まりに気づき、自己の生き方への 意識を高めることができる。				
特活・道徳	修学旅行前 「さわやかな 自己主張」 「たく生き」 重点①			夏休み前 「我が子へ の手紙」 「たく生き」 （いかす力）		「ノンバー バルコミュニ ケーション」 「たく生き」 重点②		「怒りのし ずめ方」 「たく生き」 重点②		「Xから手 紙」 「たく生き」 重点①	
	相手の気持ちもよく考 えて、自分の気持ちを伝 える大切さを理解させる。			立場を変えて考えるこ とで、いろいろなことが 見えてくることを理解 させる。		相手の心のつぶやきを 読み取ることで、思い やることなることを理 解させる。		怒りの気持ちをコント ロールして、うまくつき あうコツを身に付けさ せる。		1年間の仲間との関 わりを振り返らせる。	



(参考) たく生き授業プラン集には、実施時期や学校行事との関連を工夫することで、児童生徒の成長をより促すことができるものがたくさんあります。いくつかの例を挙げますので、参考にしてください。

## 1. 学年の始め、学期の始めに使える授業プラン

### 新しい人間関係づくりのために

【小学校低学年】

1. 即興表現を楽しもう      2. 体と頭を使って交流しよう      3. 気持ちを伝えよう  
4. 心と体をほぐそう      5. 「にほんごであそぼう」(百人一首を例に)  
68. あなたにとって、ともだちってなに？

【小学校中学年】

9. さわやかな自己主張      10. あいさつは自分を変える第一歩      11. 人間コピー

【小学校高学年】

11. 人間コピー      12. 話の聞き方と話の伝え方      6. 笑顔であいさつをしよう  
78. 私はだれ?      79. 他己紹介      93. 「心グラフ」アップ運動

【中学校】

17. 相手を思いやるコミュニケーション (SNS・メール)      19. ノンバーバルコミュニケーション  
20. 決めつけられないよ～昔話の模擬裁判～      78. 私はだれ?  
79. 他己紹介      93. 「心グラフ」アップ運動



### 目標設定のために

【小学校低学年】 21. わたしがかんばりたいこと

【小学校中学年】 24. 千里の道も一歩から      25. 星野さんのチャレンジ

【小学校高学年】 26. 自分の目標をみつめなおそう      27. 目指す自分に近づくための目標の立て方を考えよう

【中学生】      32. 「リセット」と「リカバリー」      34. 夢をかなえるには？

## 2. 学校行事などの前後に使える授業プラン

### 校外学習、学習発表会、防災訓練、部活動、職場体験等を効果的に実施するために

【小学校低学年】 39. シャボン玉が生まれたよ      56, 58. 危険予知トレーニング

69. ふわふわことばで いいところさがし

【小学校中学年】 42. 音のスケッチ      101. 防災思考力を高めよう

【小学校高学年】 15. 泉ヶ岳の自然とともに

27. 目指す自分に近づくための目標の立て方を考えよう

【中学生】      51. 我が子への手紙      65. 働き続けるには?      83. 4つの「じんざい」

81. Xからの手紙      101. 防災思考力を高めよう

## 3. 進級や進学、進路を考え始める時期に使える授業プラン

### 進級や進学、進路について考える機会とするために

【小学校低学年】 【小学校中学年】 71. 自分への手紙

【小学校高学年】 29. こんな時、どうやって決める?      30. 夢をかなえるために必要なこと

【中学生】      34. 夢をかなえるには?      35. 社会人に必要とされている要素とは

## 5 たく生き授業プラン 実施例

以下に実施の仕方についていくつか例示しますので、参考にしながら、各学校の年間指導計画のどの部分で実施するとより効果的なのか、検討してください。

### ア 総合的な学習の時間(大豆を育てよう)での実施例

大豆について調べよう	大豆の種を植え、世話をしよう	大豆を収穫しよう	豆腐づくりに挑戦しよう
------------	----------------	----------	-------------

(担任の思い)単元の前半で自分から進んで世話ができるように、「うごく力」を育みたい。

(担任の思い)単元の後半は協力して活動する機会が増えるので、「かかわる力」を育みたい。



大豆について調べよう	たく生きⅠ	大豆の種を植え、世話をしよう	たく生きⅡ	大豆を収穫しよう	豆腐づくりに挑戦しよう
------------	-------	----------------	-------	----------	-------------

#### たく生きⅠ…うごく力を育てる授業プラン 26.「自分の目標を見つめなおそう」(P.55)

ねらい：自分に合った目標を立てることで、実現の可能性が高まることを理解し、より高い目標に向かって生活しようとする。

#### たく生きⅡ…かかわる力を育てる授業プラン 11.「人間コピー」(P.39)

ねらい：ものごとを成功させるために、仲間と話し合い、役割分担しながら取り組もうとする。

### イ 児童会行事を関連させた実施例

児童会の「遊び祭り」の計画を立てよう	たく生きⅠ	「遊び祭り」の準備をしよう	「遊び祭り」で楽しもう	「遊び祭り」を振り返ろう	たく生きⅡ
--------------------	-------	---------------	-------------	--------------	-------

(担任の思い)グループで準備活動に入る前に、「うごく力」の大切さに気付かせたい。

(担任の思い)活動を振り返る際、「みつめる力」の授業プランで児童に自信をもたせたい。

#### たく生きⅠ…うごく力を育てる授業プラン 28.「競争と協力」(P.57)

ねらい：競争と協力の違いに着目し、どちらも自分を向上させようとするものであることを理解し、関わりながら成長することの大切さに気付く。

#### たく生きⅡ…みつめる力を育てる授業プラン 73.「友達から見た自分らしさ」(P.102)

ねらい：自分が気付かなかった自分の良さを、友達から気付く。

※児童会行事から見えた、それぞれの活躍を認め合う。

## ウ 「かかわる力」を育てるために、たく生きを連続させた実施例

たく生きⅠ	1～2週間	たく生きⅡ	1～2週間	たく生きⅢ	1～2週間	たく生きⅣ
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

(担任の思い)児童の人間関係を形成するために、「かかわる力」を集中的に育みたい。

### たく生きⅠ…かかわる力を育てる授業プラン 1.「即興表現を楽しもう」(P.29)

ねらい：友達と心を合わせることに楽しさに気付く。

役割分担することの楽しさに気付く。

### たく生きⅡ…かかわる力を育てる授業プラン 2.「体と頭を使って交流しよう」(P.30)

ねらい：友達と一緒に体を動かすことに気持ちよさに気付く。

友達のことを考えて動くことに楽しさに気付く。

### たく生きⅢ…かかわる力を育てる授業プラン 4.「心と体をほぐそう」(P.32)

ねらい：優しく体をほぐしてもらおうと心もリラックスできることを感じ取る。

### たく生きⅣ…かかわる力を育てる授業プラン 3.「気持ちを伝えよう」(P.31)

ねらい：気持ちを伝えることの大切さに気付く。

相手の気持ちを受け止めることの大切さを理解する。

### かかわる力を育てる授業プラン 8.「気持ちを伝える名人になろう」(P.36)

ねらい：友達の意思に対して断る際、相手に配慮をしながら自分の気持ちを伝える方法を知る。

### かかわる力を育てる授業プラン 9.「さわやかな自己主張」(P.37)

ねらい：相手の気持ちや立場を考えながら、自己表現することで気持ちがよく伝わることを理解する。

## エ 職場体験活動に関連させた実施例

(担任の思い)職場体験活動の前後の指導を、体験だけで終わらせずより充実させたい。

(担任の思い)職場体験活動を、自分の将来を考えさせることに結び付けたい。

### <職場体験活動の前に実施する授業プランの例>

#### かかわる力を育てる授業プラン 12.「話の聞き方と話の伝え方」(P.40)

ねらい：聞く態度は、相手の話そうとする意欲にとっても影響を及ぼすものであり、話をする方も話の仕方を工夫することで、しっかり内容が伝わるようになることを理解する。

#### みつめる力(自己肯定感)を育てる授業プラン 83.「4つの『じんざい』」(P.112)

ねらい：謙虚さや感謝の気持ちなど、人として大切なことを身に付けることで、自分の心が豊かになり、周りの人から信頼され、必要とされるようになることを理解する。

### <職場体験活動の後に実施する授業プランの例>

#### うごく力を育てる授業プラン 34.「夢をかなえるには？」(P.63)

ねらい：仲間と協力して、目の前の目標を達成していくことの大切さを理解する。

#### うごく力を育てる授業プラン 35.「社会人に必要とされている要素とは」(P.64)

ねらい：なりたい職業は様々であるが、「一社会人」として社会の中で生きていくために必要な要素がたくさんあることを理解する。

#### みとおす力を育てる授業プラン 65.「働き続けるには？」(P.94)

ねらい：働くことの価値観について、根拠を明らかにしながら、自分の考えを伝えたり相手の考えに触れたりすることで、自他の考えを明確に理解する。

## オ いじめ防止に関連させた実施例（高学年例）

(担任の思い)自分の良さに気付かせたり、友達の良さを認め合ったりすることができるようにしたい。

4月	7～9月	11月
<b>たく生きⅠ：みつめる力</b> <b>79.「他己紹介」(P.108)</b>  ねらい：自分や友達が様々な面をもっていることに気付く。	<b>たく生きⅡ：みつめる力</b> <b>96.「友達の悩み」(P.125)</b>  ねらい：友達の気持ちや立場を理解し、気遣うことの大切さに気付く。	<b>たく生きⅢ：みつめる力</b> <b>73.「友達から見た自分らしさ」(P.102)</b>  ねらい：友達の良さを見つけ、伝えることができる。 友達に自分の良さを伝えてもらうことで、自分の良さを理解する。

## 6 たくましく生きる力育成プログラムの評価

### (1) 児童生徒の実態を把握・分析する

まずは、各校の児童生徒の実態を把握する必要があります。教職員による日常的に子どもと接する中での見取りを共有する等、方法はさまざまありますが、その一つとして、仙台市生活・学習状況調査の活用があります。例えば、自校の数値と市の平均値との比較から重点的に育む力を設定し、その変容を見ることもできます。

### (2) 目指す児童生徒の姿を設定する

中学校区としての課題となる育む力を設定し、小・中学校間における「9年間で育む子ども像」の共通認識のもと、「たくましく生きる力（5つの力）」について、重点的に目指す児童生徒の姿を設定して取り組むことも有効です。

### (3) 自分づくり教育計画を作成し、計画的に実施する

各校の、自分づくり教育の全体計画の中に明記されている「めざす児童生徒の姿」を確認し、学級の実態も踏まえて、「こんな児童生徒にしたい！」「こんな学級にしたい！」という具体的な姿を設定しましょう。たくましく生きる力育成プログラムの授業プランごとのねらいは、授業プランの上部、矢印の形をしたブロックの中に明記しています。

### (4) 児童生徒の変容を見取る

ねらいに迫ることができたかどうか、児童生徒の活動の様子や振り返りの感想等を通して、児童生徒の変容や成長を丁寧に見取る（アウトカム評価）ことを心掛けましょう。

一方、内容によってはその1時間のみでは児童生徒の変容を見取ることが難しいものもあります。授業のねらいと、その時間の活動の実際、そして授業後の児童生徒の変容を踏まえた上で、複数時間（単元）の学習を通して見取るなど、中・長期的な評価の視点も併せ持つて実施してください。

自分づくり教育では、その児童生徒の内に育まれている良い点や、成長の状況を積極的に評価し、それらを通して児童生徒自身も自分の良い点や、成長に気付かせることを大切にしています。そのため、児童生徒自身がどのように捉えているかという視点での自己評価を重視しています。

このように、たくましく生きる力育成プログラムでは、特に自己評価を大切に、授業のまとめの場面では、自己の考えを確認し、自身の心の成長に気付かせていきましょう。大きな自信につながります。

また、年度始めに行った仙台市生活・学習状況調査の質問項目の中で、重点的に取り組んでいる力（5つの力の）と関連した質問項目を取り上げて、事前事後の意識の変容をみることも方法の一つとして考えられます。

## 7 子どもたちの自己肯定感を育む

### 1. 自己肯定感を育むことは、なぜ必要なのか？

「同じ能力を持っているにも関わらず、その後の伸びが違うのはなぜだろう？」

こんなことを感じたことはありませんか？例えば、算数の学習をしていたとします。一方は早くに習得はしたものの、その後に躓いたところで伸びなくなった子。もう一方は、理解できるまで根気強く取り組んだり、友達の考えを聞いたりしながら、着実に力を伸ばし続けていくことができた子。このように、子どもたちが自ら持っている力（思考力、記憶力などの認知的能力）を引き出すことができる力（根気強さややりぬく力、気持ちのコントロールなどの非認知的能力）が必要であると言われています。さらに、社会に出た時に必要な力として企業関係者からも注目されており、学校で育む力が社会でどのように生かされるのかを考える視点を持つ必要があります。

### 2. なぜ非認知的能力が重要なのか？

新学習指導要領では、育成すべき資質・能力として、「知識及び技能」、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」の3つの要素を挙げています。特に「**学びに向かう力・人間性等**」は、非認知的能力とも言うべきもので、これまでの学習意欲だけでなく、自己の感情や行動を統制する能力、自らの思考のプロセス等を客観的に捉える力など、メタ認知に関するもの、多様性を尊重する態度と互いのよさを生かし協働する力、持続可能な社会づくりに向けた態度、リーダーシップやチームワーク、感性、優しさや思いやりなど、人間性等に関するものも育むことが重要とされており、「たく生き」で求める力と大きく重なっています。

非認知的能力の中でも、特に自己肯定感是对人関係や生活の様々な活動、学習にも影響を与え、逆にこれらの活動が自己肯定感に影響することが分かっています。自己肯定感を高めることにより、自分の良さや可能性を信じ、よりよい人間関係を築くことにつながることで、また、いじめの未然防止や学力向上の視点からも重要なものであり、何より自己肯定感を育むことが子どもたちの「幸せ」につながると考えられることから、自己肯定感の育成を重点課題に挙げて取り組んでいます。

### 3. 自己肯定感とはどのようなものか？

自己肯定感の一つに、「他者から認められて育つ感情(他者承認)」があります。「よくできたね」「がんばったね」と褒められることで育つものがこれにあたります。もう一つは、「自分が自分自身を認める感情」があります。これは、自分の良さも、欠点も、あるがままの姿を受け入れる感情なので、「自己受容」とよぶこともあります。

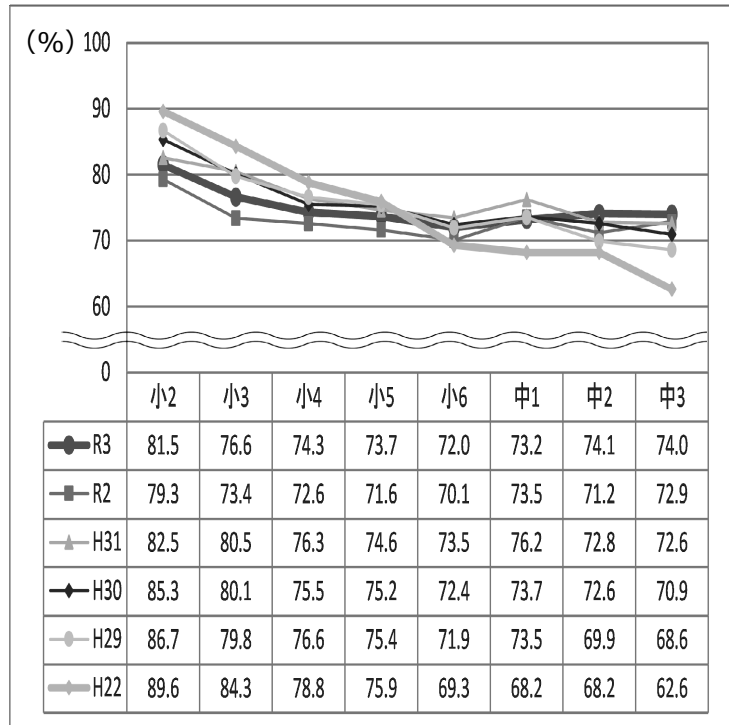
自己肯定感が高いと、次のような姿が見られると言われます。

- 物事に興味を持ち、積極的に取り組むことで、成長の機会を多く得ることができる
- 自分のあるがままの姿を受容し、自分を大切にするとともに、他人を尊重して接するなど、コミュニケーション力が高い
- うまく行かなくてもイライラしない、あるいは自分を落ち着かせることができるなど、自己の感情をコントロールすることができる
- 自分が取り組もうとすることを前向きに捉え、失敗を恐れずに、挑戦することができる

### 仙台市生活・学習状況調査

自己肯定感等の非認知的能力は、目に見えるものではなく、数値化することも難しいものですが、子どもたちの自己肯定感の状況を知るために、仙台市生活・学習状況調査を用いることができます。

右のグラフは、自己肯定感にあたる質問「自分には良いところがある」において、「当てはまる」、「どちらかといえば当てはまる」を合わせた、肯定的に回答した割合を表しています。同一集団では発達段階の影響もあり、学年が上がると下降傾向にありますが、同じ学年について経年で見ると、震災後にいったん下がった数値は、年度を追うごとに徐々に上がってきている傾向が見られます。



「自分には良いところがある」(自己肯定感)において、肯定的に回答した割合(仙台市生活・学習状況調査より)

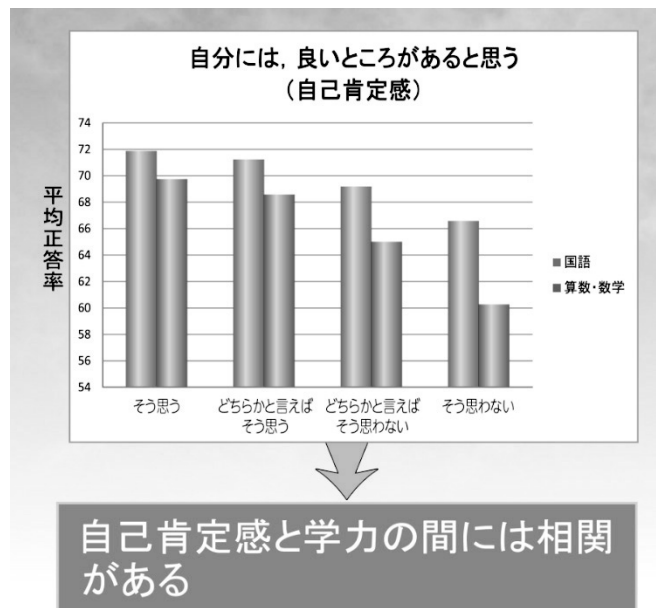
#### 4. 学力と関係はあるのか？

平成 27 年度の東北大学との共同研究により、自己肯定感と学力の関係について分析したところ、次のような結果が得られました。

右のグラフは、自己肯定感の高さにより、仙台市標準学力検査の平均正答率に違いがあるか調べたものです。

「自分には、良いところがあると思う」という質問に対して、「そう思う」と答えた群と、「そう思わない」と答えた群では、国語の平均正答率では 5.3 ポイント、算数・数学では 9.5 ポイントの差があり、この傾向は他教科でも見られ、さらに、家庭での学習時間の長さや小中学生の学年差に関係なく見られました。

このように、自己肯定感が高まると、学力も高まることが分かりますが、逆の関係も言うことができ、学力と自己肯定感には双方向の関係があります。



自己肯定感と学力の間には相関がある

(平成 27 年度「学習意欲」の科学的探究プロジェクトリーフレットより)

## 5. どのように自己肯定感を育むのか？

### (1) 成功体験を持たせる

「できた」という達成感・成功感が、次への踏み出す力になることは当然のことですが、特に、子ども自身が選択した取組や、自ら考え、主体的に判断したことを認めることは、より自己肯定感を高めることにつながります。

### (2) 自己有用感を高める

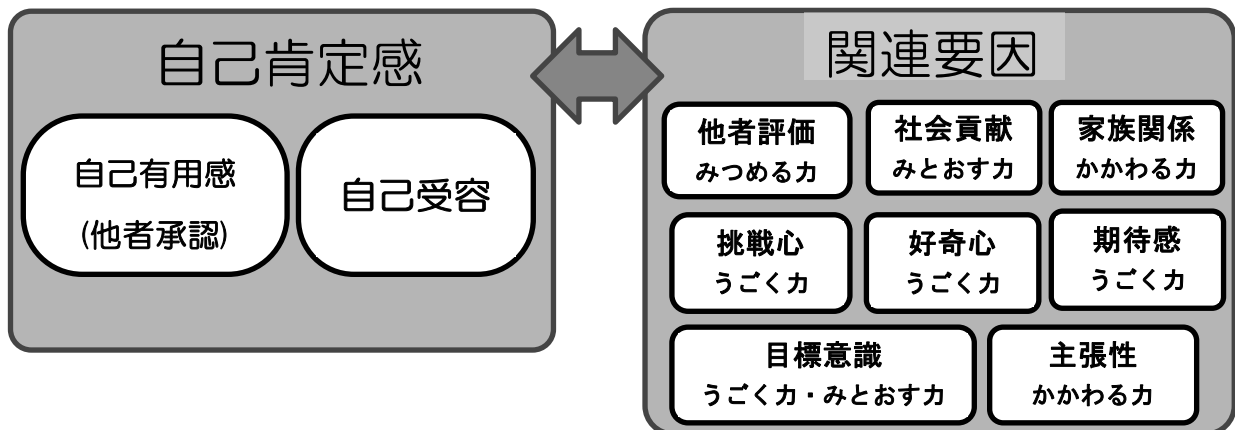
自己肯定感は、他者評価である周囲の働きかけによって自分の姿の捉え方が変わります。特に自分を肯定的に捉えられない子どもに対しては、他者評価によって、「認められてうれしい」「役に立ててよかった」などという自己有用感を高め、そして自己肯定感を高めることにつながります。しかしながら、能力や達成度ばかりを褒めてしまうと、子どもは自分の価値をそれらに置いてしまうため、失敗したり結果が出なかったりした時に、「自分には価値がない」と、自己肯定感が一気にしぼんでしまう可能性があります。

### (3) 自己受容を育てる

他者承認による自己有用感は、評価されている時はいいのですが、一旦否定されると途端に自信をなくしてしまう不安定さがあります。自己肯定感の中には、「他者からの承認等に影響されることなく、自分自身を受け入れることができる部分」があり、自分の良さだけでなく、自分自身のありのままを受け止めるものです。もちろん、自分自身で自然に育つものではなく、子どもたちに関わる大人が、ありのままを受け止めることで育つ部分は多いと考えられます。

### (4) 関連要因から連鎖的に高める

東北大学との共同研究「平成27年度 学習意欲の科学的研究に関するプロジェクト」における分析から、自己肯定感が高い傾向にある子どもには、関連して高い傾向が見られる要因があることが分かりました（下図参照）。これらの関連要因も同時に高める取組を行っていくことで、自己肯定感が一層高まる、あるいは強化される効果があると考えられます。



#### 【参考文献】

「子供たちの自己肯定感を育む」

「我が国の子どもの意識に関するタスクフォース」における分析結果

「2時間の学習効果が消える！やっではいけない脳の習慣」

「子どもの自尊感情をどう育てるか」

竹内 健太（文教科学委員会調査室）

立法と調査 参議院常任委員会調査室・特別調査室

平成28年 文部科学省

川島 隆太【監修】/横田 晋務【著】青春出版社

近藤 卓【著】ほんの森出版株式会社