

研究主題「一人一人に自己肯定感をはぐくむ学習の在り方

—かかわり合いと自己評価を大切にした体育学習を通して—

東京都教職員研修センター研修部専門研修課

杉並区立荻窪小学校 教諭 林 啓子

I 研究のねらい

取り巻く環境の変化により、児童は発達段階に応じた人とのかかわり合いを十分に体験できずにいる。そのため協力したり互いのよさを認め合ったりする関係が希薄になりがちである。

また、自分のよさが感じられない、他者と比較し過ぎるなど、自分に自信がない児童も見られる。そこで、人との豊かなかかわり合いを通して自己を肯定的に見つめる力を培うことにより、児童一人一人に自己肯定感をはぐくみたいと考えた。

そこで本研究では、体育学習においてかかわり合いの体験を重視し、共に学ぶ楽しさを味わわせ、自己評価活動で自分の成長を実感できるようにするために、児童に対する教師の的確な見取りと適切な支援の在り方を研究することとした。そのことが、将来社会に役立つことのできる自己肯定感をもつ人間の育成に有効であると考えた。

II 研究の内容と方法

1 研究の仮説

豊かなかかわり合いを大切にし、自己評価ノートを活用した適切な支援を行えば、一人一人の思いや願いが実現し、自己肯定感をはぐくむことができる。

2 基礎研究

- (1) 体育学習を通して自己肯定感をはぐくむ意義
- (2) 自由記述式の自己評価ノートの有効性
- (3) 自己肯定感をはぐくむ体ほぐしの運動の在り方

3 研究の視点

基礎研究により、自己肯定感を「ありのままの自分を見つめ、長所だけでなく短所をも含めた丸ごとの自分を受け入れることのできる感情」ととらえ、児童の自己肯定感をはぐくむために必要な要素として、図1の(1)(2)(3)の3つの視点を考えた。

4 調査研究

(1) 自己肯定感と体育学習の相関が見られた要素（児童対象）

自己肯定感を「自信」「長所・短所」「自己表現」「向上心」に対する意識として調査した。そして、自己肯定感と体育学習に対する意識との相関を見て分析した。その結果、体育で「自分のよさが発揮できている」「自信をもつことが多い」という意識との相関が強いということが明らかになった。

次に相関が見られたのが「友達から頼りにされている」「協力して取り組んでいる」という意識であった。一方、「先生からアドバイスがある」「先生に理解されている」という意識との相関は弱かった。

図1 研究の視点とその関係

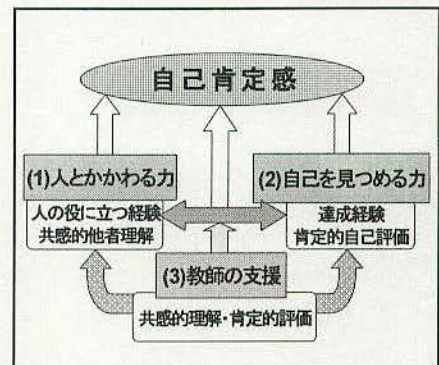


表1 自己肯定感との相関 $p<.01$

自己肯定感	自分のよさが発揮できている	0.59
	体育で自信をもつ	0.51
	友達から頼りにされている	0.46
	協力して取り組んでいる	0.42
	先生からのアドバイスがある	0.28
	先生に理解されている	0.20

「一人一人に自己肯定感をはぐくむ学習の在り方
—かかわり合いと自己評価を大切にしたい体育学習を通して—」

(2) 自己肯定感をはぐくむ支援（教師対象）

「今の子どもたちに自己肯定感を感じることもある」という回答は40.5%であった。自己肯定感をはぐくむ支援としては、「課題解決につながる言葉かけ」「よさや進歩への具体的な賞賛」「かかわり合いをもたせること」を挙げている。

(3) 自由記述式の自己評価ノートの有効性（児童・教師対象）

児童対象：児童は振り返りができるようになり、次の授業に向けて改善すべき点を、文字で確認でき、次への目標をもち意欲的に取り組めるようになる。教師に思いを伝え、教師の考えを知ることができる。読み返すと過去の自分と向き合える等のよさを挙げている。

教師対象：教師は、児童の思いを読み取り、学習状況への理解を深め、個に応じた指導に生かすことができる。また、児童にとっては、活動を振り返り、自分を表現することで、よかった点や改善点が明確になり、次のめあてをもつのに有効であるということも挙げている。

(4) 調査結果から明らかになった手だて

児童は、体育学習の中で自分の力を発揮しめあてを達成することで自分の高まりを感じ、友達や教師から認められることにより自信を得ている。児童にとって、できないことや苦手なことを受け入れ、自ら課題をもち解決のために努力することで、自分を高め、よさを自覚し、自ら自信がもてるようになる経験が必要である。そこで、本研究では3つの視点に対する次の手だてを、児童が自由に記述する自己評価ノートを活用しながら実践することとした。

- | | |
|--------------|--|
| (1) 人とかかわる力 | ◀ 協力し合い一人一人が役立つことで楽しめる運動と、気付きを交流して共感的に理解し合う場面を設定し、かかわり合いのよさを実感させる。 |
| (2) 自己を見つめる力 | ◀ 課題解決の状況を振り返りながら、達成経験での学びと自分の高まりを実感することで、自己への肯定的な評価へとつなげていく。 |
| (3) 教師の支援 | ◀ 児童を的確に共感的に理解する。授業中の言葉かけや自己評価ノートへのコメントで学級の実態や一人一人に合った肯定的な評価、適切な支援を行う。 |

5 実践研究

(1) 自由記述式を目指した発達段階に応じた自己評価の活用

児童の自己肯定感をはぐくむために、児童に適切な自己評価を継続させ、人とかかわる力や自己を見つめる力を高める支援をすることが必要である。そこで、学年の発達段階を考慮した自己評価を、低学年(1～3学年)と高学年(4～6学年)用に分けて試行した。

2年生には1時間ごとのワークシートに記入させた。評価の観点を示し達成度を選択して表記させ、感想を枠内に記述させたところ、学習への気付きや思いの表現ができるようにした。

5年生を対象として実施した検証授業では、記述の枠を設定せず自己評価ノートに自由記述させた。そのことで、児童はめあての達成状況、めあて達成の過程での努力や工夫の高まり、活動を支えるかかわり合いの深まりを自ら振り返り、次への動機付けを行うことができると考えた。自分の視点で自由に記述して自己評価を行う中、教師の適切な支援を受け、児童は自己を見つめる力を高めていくことができる。今回は自己評価ノートを初めて活用したため、評価の参考になるようめあて学習に沿った自己評価の仕方と本単元の自己評価の視点を示した。

(2) 「体ほぐしの運動」でのめあてと自己評価

体づくり運動領域「体ほぐしの運動」は、仲間との交流や自分の体への気付きをねらいとするため、かかわり合いに対する視点を明確にした自己評価を行うことができる。勝敗や技能の高まりをめあてとしないため、他との比較をせず評価がしやすい。そこで、運動を通じた自己への肯定的な気付きに有効な「体ほぐしの運動」を取り上げた。

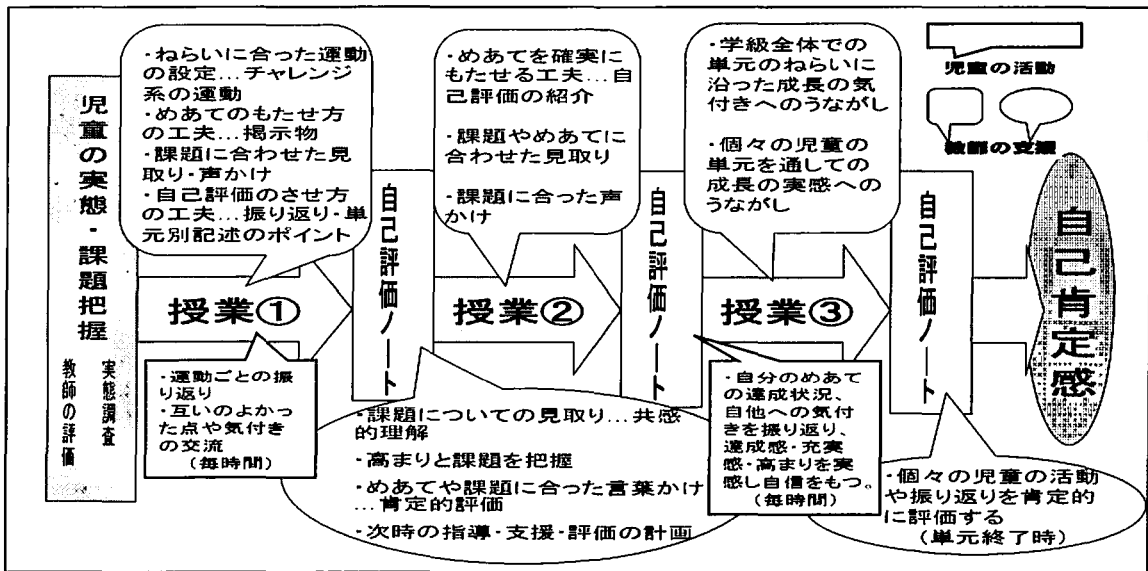
仲間との交流に重点を置き、「仲間とかかわる楽しさ」「仲間の状態」「仲間のよさ」と時間ごとに気付きを発展させ、より豊かなかかわり合いを目指した。

表2 「体ほぐしの運動」のめあてと学習の流れ

学習の流れ	1時間目	2時間目	3時間目
めあてをもつ	・仲間と運動を楽しみながら、自分の体の調子を整えて運動をするというめあてをもつ。	・自分や仲間の体の状態に気を付けながら、運動をするというめあてをもつ。	・仲間と運動を楽しみながら、仲間のよさに気付くというめあてをもつ。
めあてに取り組む	・仲間と力を合わせて達成する運動を行いながら、自分の体の調子を整え、仲間とかかわる楽しさを体験する。	・仲間と協力し工夫して運動することで、自分や仲間の体の状態に気付く。	・仲間のよさを生かし、より協力したり工夫したりして楽しみながら、自分たちの選んだ運動に取り組む。
振り返る	・体の調整、仲間とかかわる楽しさについて振り返る。	・自分や仲間の体の状態や運動への取り組み、仲間との交流について振り返る。	・運動への取り組みの工夫、仲間との豊かな交流、自分の成長について振り返る。

(3) 本単元の流れと具体的な手だて

図2 授業と自己評価ノートでの働きかけ

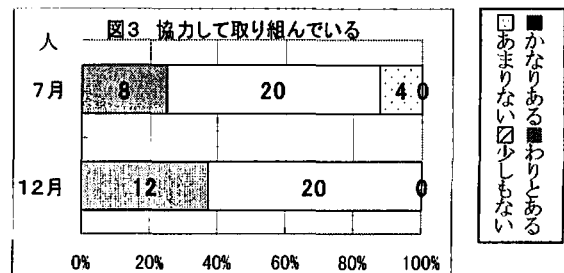


III 研究の結果と考察

1 人とかわる力の高まり

自己評価ノートには、初めは「楽しかった」「協力は大切だ」等抽象的な記述が多かった。回を重ねるごとにかかわり合いを通して「助け合い応援してできるようになるからみんなの動きがスムーズになる」等学んだことの具体的な記述が見られるようになった。

「体ほぐしの運動」後にも自由記述式自己評価を継続し事後調査を実施した結果、「協力して取り組んでいる」という意識が高まった。記述にあった「より協力していきたい」という思



t(32)=2.03, p<.05

「一人一人に自己肯定感をはぐくむ学習の在り方
 —かかわり合いと自己評価を大切にしたい体育学習を通して—

いや願いの実現につながったと言える。

2 自己を見つめる力の高まり

かかわり合いの活動が円滑に行われたグループでは、児童はねらいに沿った振り返りを行い、運動やかかわり合いを通しての自分への個性あふれる気づきを表現していた。

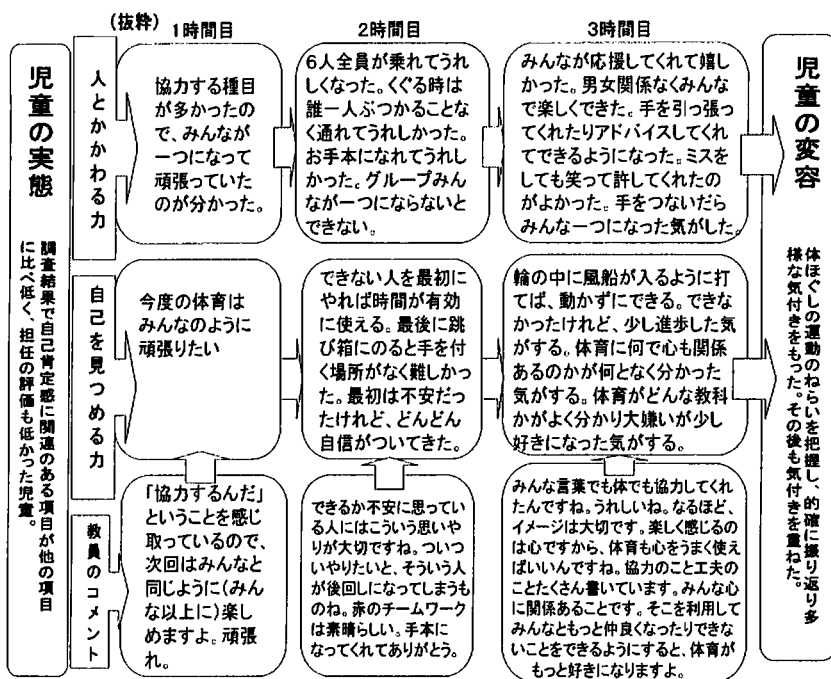
事後調査では体育で「自分のよさが発揮できている」「自信をもつことが多い」と感じる児童が増えた。自己評価の継続により、課題解決を通し達成感や充実感を味わうことで分への肯定的な気づきや自信をさらに高めたと考えられる。

3 教師の支援

一人一人の気づきやこだわり、悩みや次時への期待等、個人とのやり取りにより、教師は授業中には把握しきれない児童の学習状況や思いや願いをよりの確に見取り共感的な理解を深めた。そして、児童の評価を肯定的にとらえ、心に寄り添った適切な支援をすることができた。そのことにより、児童の「先生に理解されている」という意識も高まった。

4 児童の変容と教師の支援

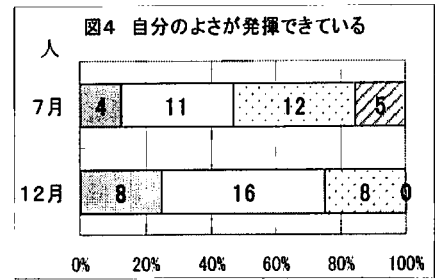
図6 自己評価の内容から見た児童の変容



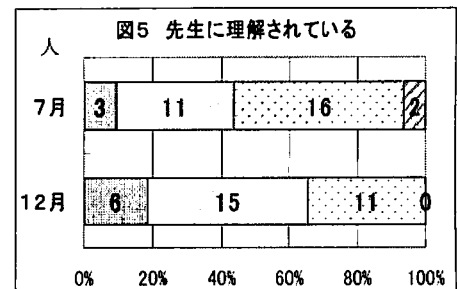
活動できる人とかかわり合いがあった。協力して運動を楽しみながら高め合う経験が、体育学習への意識を変えたと考える。

IV 今後の課題

チームでめあてをもつ運動では、自己評価だけでなく相互評価も活用することで、人とかかわる力と自己を見つめる力の向上につながる。今後は、相互評価の在り方を考えていく必要がある。



t(32)=2.17, p<.01



t(32)=2.17, p<.01

実態調査で自己肯定感に関連する項目が比較的の低い値を示した児童に注目し変容を追跡した。

自分を適切に評価できないために自信がもてない児童には、児童の気づきに加えて、自分のよさに気付かせる言葉かけをすることが有効であった。

さらに、授業中発表の機会を設けることで自信をもたせることができた。振り返りでの気づきに対し肯定的な評価をすることで、自己を見つめる力をはぐくむことができた。

また、児童が自分を肯定的に評価できた背景には、安心して