

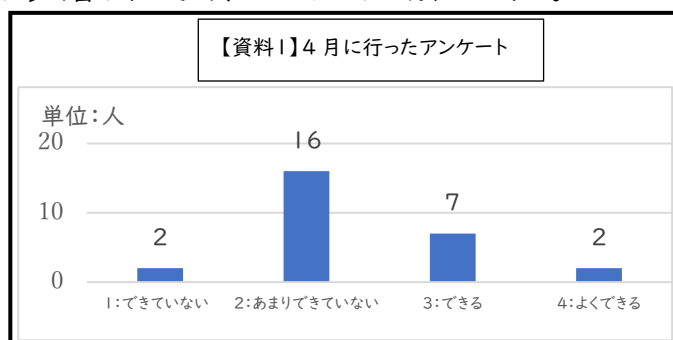
13	豊橋	松山小学校	スズキ ヒロユキ 名前 鈴木 拓之
分科会番号	12	分科会名	自治的諸活動と生活指導(中学校)

自分の現状や特性を理解し、自分の成長につながる行動選択をしようとする子の育成 ～第3学年における、非認知能力の育成と自己決定の連動を通して～

1 主題設定の理由

進路選択を控える3年生となった。本学級全体を見ると、自分の希望する進路を実現するために、エネルギーに満ちあふれているように感じる。4月当初の日記にも、そのような内容が多く書かれており、よいスタートを切れたようだ。

しかし、入試本番までは長丁場であり、4月の前向きな気持ちを1年間継続し、行動に移すことは至難の業である。勉強面や人間関係の悩み、スマートフォンの誘惑など、勉強に集中できない要因になりえるものは多くある。4月に行ったアンケートでは、「楽しいことやその場の雰囲気に流されることがなく、やるべきことを考えて、自分の行動を決めることができますか」という質問に対して、「できていない」「あまりできていない」を選んだ生徒がクラスの3分の2にのぼった【資料1】。そこで、自分の希望する進路を実現するために、ストレスや誘惑にうまく対処し、自分自身をよく理解し、成長につながる行動選択ができるようになってほしいと考えた。



これは、2022年12月に改訂された生徒指導提要で示されている、「自己指導能力」と重なる部分がある。生徒指導提要には、「児童生徒が、深い自己理解に基づき、『何をしたいのか』、『何をすべきか』、主体的に問題や課題を発見し、自己の目標を選択・設定して、この目標の達成のため、自発的、自律的、かつ、他者の主体性を尊重しながら、自らの行動を決断し、実行する力、すなわち、『自己指導能力』を獲得することが目指されます」とあり、自己指導能力を獲得することが生徒指導の重要な目的の1つとされているといえるだろう。

自己指導能力の獲得のためには、「非認知能力」が関係していると考えられる。非認知能力とは、自己肯定感や自制心、忍耐力、向上心、自己認識、レジリエンスなど、学力テストでは測定しにくい、個人の行動や意思決定、社会的適応に大きくかわる内面的な力である。例えば、自己認識が弱いと、自分の関心・価値観・強みが理解できておらず、目標や行動計画が実情に即したものにならないだろう。一方、レジリエンスが高いと、失敗しても「次はこうしよう」と考え、失敗を乗り越えて成長につなげることができるであろう。つまり、自己指導能力の獲得を目指すのであれば、その土台となる非認知能力を育てていくことが重要であるといえるだろう。特に、向上心や自制心、課題解決といった非認知能力は自己認識をスタートとしているので、自己認識は他の非認知能力にも影響を与えるほど重要な非認知能力であると考えられる。

自己指導能力の獲得のためには、「非認知能力」が関係していると考えられる。非認知能力とは、自己肯定感や自制心、忍耐力、向上心、自己認識、レジリエンスなど、学力テストでは測定しにくい、個人の行動や意思決定、社会的適応に大きくかわる内面的な力である。例えば、自己認識が弱いと、自分の関心・価値観・強みが理解できておらず、目標や行動計画が実情に即したものにならないだろう。一方、レジリエンスが高いと、失敗しても「次はこうしよう」と考え、失敗を乗り越えて成長につなげることができるであろう。つまり、自己指導能力の獲得を目指すのであれば、その土台となる非認知能力を育てていくことが重要であるといえるだろう。特に、向上心や自制心、課題解決といった非認知能力は自己認識をスタートとしているので、自己認識は他の非認知能力にも影響を与えるほど重要な非認知能力であると考えられる。

以上のことから、自己認識や向上心、レジリエンスなどの非認知能力を高めることで、自分自身をよく理解し、成長につながる行動選択ができるようになってほしいと考え、本研究主題を設定した。

2 目指す生徒像

自分の現状や特性を理解し、自分の成長につながる行動選択をしようとする子

3 研究の仮説

- ① 学校生活の中で、生活記録の交流やSEL活動を行うことで、自分の現状や特性を理解できるようになるであろう
- ② 授業において、非認知能力を意識した振り返りや自己決定の場を設けることで、自分の成長につながる行動選択をしようとするであろう

4 研究の手だて

手だて①—1 自分の生活を可視化するための生活記録とその交流の場の設定

「3—1 見える化計画」と題して、生活の様子を記録する。週末には、記録した行動をお互いに見合い、交流をし、翌週に生かせるようにする。自分の行動を可視化したり、友達のアドバイスを参考にしたりすることで、自己認識を高めることができると考えた。

手だて①—2 自己認識を高めるためのSEL活動

SEL (Social & Emotional Learning) とは、社会性の情動の学習と呼ばれる教育プログラムで、自己や他者への気づきなどの基礎的社会的能力と、対人関係、生活上の問題防止のスキルなどの応用的社会的能力を、ロールプレイなどを通して実践的に学ぶことができるものである。感情調整や認知調整、自己効力感、コミュニケーションスキルなど内容は多岐に渡り、やり方もさまざまである。今回は、自己認識の非認知能力の向上のために、自分の感情や考え方の傾向をメインとして、継続して活動を行っていく。

手だて②—1 授業における、非認知能力にかかわる項目を設定した振り返り

非認知能力を高めるためには、「今この非認知能力を伸ばそうとしているな、できるようになってきているな」と意識しながら取り組み、最後にそれを振り返ることが有効である。そこで、授業前に高めたい非認知能力を決め、最後にその観点で振り返りを行う。ここでは、特に行動面にかかわる非認知能力（レジリエンスや向上心など）に重点を置くこととした。非認知能力の定義については、文献を参考に考え、生徒に示した【資料 2】。

手だて②—2 授業の中に、非認知能力を生かした自己決定の場を設定

英語の授業内で、培ってきた非認知能力をもとに、自分の英語力やその時の理解度、目標に応じて、自分を高めるために必要だと思う学習内容を選ぶ機会を設定する。非認知能力を意識しながら、自分を高めるために考え、決定することの積み重ねが、成長につながる自己決定ができることにつながると考えた。

5 抽出生徒 A 女について

2 年生の時、喫煙や薬物使用のある先輩との付き合いがあり、A 女自身も、2 学期に口にピアスを開けてきたり、後頭部を大きく刈り上げてきたりし、非行傾向が見られた子である。3 年生となりがんばろうという気持ちは見られるが、4 月のアンケートでは、「楽しいことやその場の雰囲気流されることなく、やるべきことを考えて、自分の行動を決めることができますか」という問いに対して、4 段階で 1（できていない）を選択、その理由として、「昨年度周りの信頼を失うような行動をしてしまったから」と記述している。一方で、「2 年生の体験から、やっていいことといけないうことの判断をできるようにしたい」と書いており、自分を変えたいとも思っている。

6 実践と考察

(1)「手だて①—1 自分の生活を可視化するための生活記録とその交流の場の設定」について

自己認識とは、自分の行動を客観的に観察（自己客観視）できていて、その上で自分の行動を調整（自己調整）できることを意味している。そこで、今の自分には何が必要なのか、何ができていて、何ができていないのかを把握（自己客観視）して、どんなことをこれから意識していけばよいのかを明らかにする（自己調整）ために、「3—1 見える化計画」を行うこととした。これは、テスト計画表を改良し、テスト週間以外も自分の生活の様子を記録できるようにしたものである。記録したものは、週末に 4 人班でお互いに見合って、よい点と改善すべき点を伝え合う活動を行い、次の週からの行動に生かせるようにした。改善すべき点を伝えてもらうことで、自分自身では気づかなかった自己認識につながると考えた。また、他の生徒と比べることで、自分自身で自分の行動を改善しようとするこもねらいとしている。よい点も見つけてもらうことで前向きな

【資料 2】振り返りに用いた 非認知能力の定義	
自分と向き合う力	
自尊心	1 自分の感情の変化を自覚することができる。 2 さまざまな場面に応じて、感情のコントロールができる。 3 楽しいことや楽な方に流されず、自分のやるべきことをやることができる。 4 今やるべきことを理解し、行動に移すことができる。
忍耐力	1 嫌なことをはっきりと嫌だと告げる（やらなくてもよい）。 2 嫌なことややりたくないことも、まずはやってみようとしている（続けなくてもよい）。 3 嫌なことややりたくないことも、サポートがあれば続けることができる。 4 嫌なことややりたくないことも、自分で最後までやり続けることができる。
レジリエンス	1 困難や挫折に直面しても、心を折られることがない。 2 困難や挫折が成長につながることを理解し、切り替えることができる。 3 困難や挫折に直面しても、乗り越えるために前向きに行動できる。 4 困難や挫折を、自分の力で乗り越えて成長につなげることができる。
自分を高める力	
向上心	1 失敗を恐れず、チャレンジすることができる。 2 努力を続けることが自分の成長につながることを理解している。 3 具体的に目標を決め、その目標に向かってコツコツ努力することができる。 4 現状に満足せず、より高みを目指して努力することができる。
自己肯定感	1 自分自身を否定しないことができる。 2 自分のよいところやがんばっているところを見つけることができる。 3 自分のがんばりや成長を認めることができる。 4 自分ならできるという思いをもって、行動に移すことができる。
課題解決	1 現在の問題がどうなれば解決したことになるのかを考えることができる。 2 課題を解決するための方法をたくさん考えることができる。 3 考えた解決法のメリットデメリットを予想し、行動に移すことができる。 4 自分の考えた方法で、問題解決まですることができる。
他者とつながる力	
コミュニケーション力	1 伝えるまでではないが、自分の考えや気持ちを伝えることができる。 2 自分の考えや気持ちを、一方的に伝えることができる。 3 自分の考えや気持ちを、相手にわかるように伝えることができる。 4 自分の考えや気持ちを、相手に配慮しながら伝えることができる。
リスベクト	1 相手の話を聴くことなく最後まで聞いている。 2 他者の意見を聞いて、違いがあることを理解できる。 3 他者の意見や考えを、責めることなく受け入れることができる。 4 自分と他者の意見や考えの違いから、よりよいものを生み出すことができる。

11月上旬のA女の生活の記録を見ると、スマートフォンを使用している時間がとても長いことがわかり、勉強への意識が高い子から「スマホ多いね。1日1hでいこう」と指摘されている

【資料 3 赤四角】。それを
受けて、A 女は翌週から「スマホ30
分以下」と目標を設定し続けた。
2月上旬の生活記録にも「スマホ3
0分以下(9:00まで)」と書かれて
おり、1ヶ月間スマートフォンの制限
を継続し、さらに夜9時以降の使用
も控えようとしていることがわかる
【資料 4 赤下線部】。その週の A 女
の生活の記録を見てみると、設定し
た目標通り使用を制限できており、
できるようになってきたことを振り返
りにも書いている【資料 4 赤四
角】。また、年度末の「3-1 見える
化計画」について尋ねた振り返り

[illegible]

以上のことから、自分の生活を可視化し、アドバイスをもらいながら自分自身を客観視したことで、行動をよりよいものに変えること（自己調整）ができており、自己認識が高まったといえるだろう。手だて①—Ⅰは有効であったと考える。

さらに自己認識を高めるために、他の人の考え方や価値観にふれ、相手の意見をどのように自分に取り入れるかを考える他者理解を深めることが重要であると考えた。この時、自分自身の考え方を見つめ直すことになり、自己認識も高まるからである。そこで、【資料6】のような内容を、継続して行うようにした。

「考え方のクセを知ろう」では、アンケートをもとに、自分の考え方の傾向を知り、傾向ごとの対策を考える活動を行った。その結果、A 女はマイナスに考えることが多い「深読みタイプ」と出て、本

【資料 5】A 女の年度末の振り返り

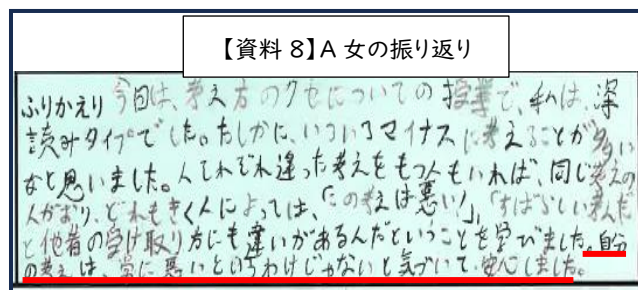
クリスマスと自分のを見比べることで、競争心が生まれ、自分の向上に繋がることができず、自分の成長を感じられ、自分の生活を見えにくくしている。
改善点や先週と比べてどうだったかなどを見返すことができず、生活を正すことができた。

【資料 6】実施した SEL	
朝の 1 分間トーク	
否定しない聞き方	
相手の考えを受けとめてから発言しよう（ディベート）	
絵を見て感情を想像しよう	
考え方のクセを知ろう	
感情 4 折ゲーム	
発想力を鍛えよう	
適応的な思考	
ストレス解消法を知ろう	
身近なサポート源を知ろう	
高く遠い夢（道徳）	
しあわせ（道徳）	

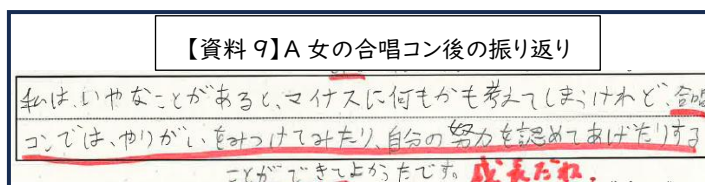
【資料 7】A 女の振り返り

ふりかえり
今日のイラストをみて想像にきて、自分の考えと、他の人の考えは違い、 クラスの中で なくクラス全体で なく、より多くの考えがみられ、 視界を広く考えが広が

人も納得しているようだった。その後の班での交流を通して、人によって考え方が違うことについても改めて考えをめぐらせることができたようである。最後には、「自分の考えは常に悪いというわけじゃないと気づいて安心しました」と書かれており、いろいろな考え方があってよいことに気づき、自分自身の考え方も間違っているわけではないと、前向きに考えることができていたことがわかる【資料8 赤下線部】。



「考え方のクセを知ろう」のあとに行われた合唱コンクールの振り返りを見ると、「私はいやなことがあると、マイナスに何もかも考えてしまうけれど、合唱コンではやりがいをみつけてみたり、自分の努力を認めてあげたりすることができてよかったです」とあり、自分自身の考え方の傾向を踏まえたうえで、解決するために考え、行動を変えていることがわかる【資料9】。以上のことから、SEL活動を通して自己認識を高めることができており、手だて①—2は有効であったと考える。



(3)「手だて②—1 授業における、非認知能力にかかわる項目を設定した振り返り」について

英語の授業の振り返りを非認知能力仕様に変更し、毎時間行うことで、非認知能力の向上を図った。その日の展開を授業のスタートで伝え、意識する非認知能力を自分自身で考えられるようにした。A女の10/29の振り返り

日付	本時の目標・学習内容	関代の which, that の主格		【資料 10】A 女の 10/29 の振り返り												
	自分が今日特に意識する非認知能力	使いたい単語を覚える レジリエンス		自制心	1	2	3	4	自己肯定感	1	2	3	4			
10 月	ふりかえり 今日は、関代で「who, that, which」をやりました。3つも出てきて、ごちゃごちゃになりすぎて(たが、それだけの共通点や特徴をみつける、困るを自分なりのやり方でのりこえようと、工夫して)	レジリエンス	1	2	3	4	忍耐力	1	2	3	4	課題解決	1	2	3	4
							コミュニケーション力	1	2	3	4					
							向上心	1	2	3	4	リスペクト	1	2	3	4

振り返りを見ると、「それぞれの共通点や特徴をおさえ、困難を自分なりのやり方でのりこえようと、工夫して非認知能力を高めることができました」とあり、レジリエンスを意識しながら、3年生で最も難しいといわれる関係代名詞の学習において、困難を乗り越えて成長につなげようとしているのがわかる【資料10 赤下線部】。また、12/11のA女の振り返りでは、「長文をあきらめずにより進めることができ、わからないところや解答として自信のないところでは、友達にきいたり、教科書でしらべたり」とあり、忍耐力を意識しながら最後までやり続けることができた」と記述している【資料11 赤下線部】。

【資料11】A女の12/11の振り返り		
	自分が今日特に意識する非認知能力	<u>忍耐力</u>
12	ふりかえり	
1	今日は、長文読解をしました。忍耐力として、長い文章をあきらめずにより進めることができて、わからないところや解答として自信のないところでは、友達にきいたり、教科書でしらべたり、インターネットで調べたりすることができました。	

毎単元の最後に行う、単元を通しての振り返り【資料12】では、A女は毎時間非認知能力を意識したことで、非認知能力が高まったことを実感しており、その結果、勉強への取り組み方が変わり、「勉強の質の向上になりました」と記述している。また、同じ単元末の振り返りで、特に自分の成長につながれたと感じる非認知能力について書いた【資料13】では、A女が単元を通して伸ばすことができたと感じる非認知能力として、忍耐力とレジリエンス、向上心をあげ、それぞれの非認知能力が向上したことによって、自分の成長につながる前向きな行動選択をすることができたということが記述されている。以上のことから、手だて②—1は、有効であったと考える。

毎単元の最後に行う、単元を通しての振り返り【資料12】では、A女は毎時間非認知能力を意識したことで、非認知能力が高まったことを実感しており、その結果、勉強への取り組み方が変わり、「勉強の質の向上になりました」と記述している。また、同じ単元末の振り返りで、特に自分の成長につながれたと感じる非認知能力について書いた【資料13】では、A女が単元を通して伸ばすことができたと感じる非認知能力として、忍耐力とレジリエンス、向上心をあげ、それぞれの非認知能力が向上したことによって、自分の成長につながる前向きな行動選択をすることができたということが記述されている。以上のことから、手だて②—1は、有効であったと考える。

【資料12】A女の単元末の振り返り
自分と目標を定めて、達成することを目指すこと。自分でできたことについて、意欲的に取り組むこと。毎時、毎時新しい非認知能力が身につく。先生の非認知能力が、自分についていって、自分もできるようになる。向上心を持ち、問題をとりくむことができるようになる。いつもより勉強の質の向上になりました。

【資料13】A女の単元末の振り返り
忍耐力では、読めなかったところがあり、あきらめず、何度も読んで、最後までやりきることができました。レジリエンスでは、できなくて、何度もやり直して、点数が上がるにつれて、自信が持てました。向上心では、教科書を読んでいるとき、なんともいえない、勉強が楽しくなりました。今、自分の勉強が、意味を成していると感じています。

(4)「手だて②—2 授業の中に、非認知能力を生かした自己決定の場を設定」について

手だて②—1 で育てている非認知能力を意識しながら、自分を高めるために考え、決定する場を日頃から設けることが、自分の成長につながる行動選択ができるようになることにつながると考えた。そこで、英語の授業内で、新出の文法事項や既習事項の定着を図る際に、難易度ごとに教材を用意し、得意不得意やその日の学習内容によって選択できるようにした。難しいものから順番に、QRコード(グーグルフォームを用いた自作問題)、副教材のワーク、eライブラリ(タブレットを用いたドリル学習)、教科書にある練習問題、の4つを用意することを基本とした。A女は、定期テストでは50点前後で、平均点と同じくらいが多く、基礎的な内容は理解できているが、英作文や複雑な文章読解などの応用問題に弱い傾向があるため、QRコードに挑戦することは、困難を伴うことが予想される。

A女の10/24の振り返りを見ると、その日に意識する非認知能力を向上心に設定し、意識することで、彼女にとっては難しいQRでの練習問題に取り組むことができていた【資料14】。その際、思ったようではなかったが、プラスして自己肯定感まで意識することで、再チャレンジし、成長につなげることができている。一方で、10/24の段階では、まだ明確な目標や目的をもって取り組むことはできていないようだ。11/12の振り返りを見ると、「文法をマスターすることを目標にQRで練習をしました」と書いており、目的をもって自分の行動を決めていることがわかる【資料15】。A女にとっては難易度が高いため、QRコードの問題では何度も間違えたようだが、「3、4回くり返し解き直すことができ、だんだんと点数も上がったので、困難から自分の成長につなげることができました」と書かれている。「困難を乗り越えて成長につなげる」という、レジリエンスを意識しながら成長につながる行動選択ができている。さらに、12/4の振り返りでは、意識する非認知能力を自己肯定感と設定し、「完璧に理解するために、自分ならできる!という自信を持って、いろいろなQRの問題に取り組みました」とあり、非認知能力を意識しながら目標達成に向けて行動していることがわかる【資料16】。その際、わからなかった問題に直面しても、向上心を意識して自分の成長につながる行動ができたとも書かれている。

年度末の英語の振り返りを見ると、A女は、「自己選択で自分で考えるというタイミングが増えたことで、日常でもこれしか自分にはできないと思ってやめた選択でも、挑戦しよう!ということが増えた」と書いている【資料17赤下線部】。英語の授業において、非認知能力を意識しながら成長につながる自己決定を積み重ねたことで、日常生活においても成長につながる行動選択ができるようになっていく様子が見えてくる。以上のことから、手だて②—2は有効であったと考える。

7 研究のまとめ

(1) 抽出生徒A女の変容

【資料18】は、1月に、A女が1年間の英語の授業を振り返って書いたものである。「私は、毎回自分と向き合って目標を考えました。自分の特徴は『困ったらずぐに人に頼り、自分で解決しようとするのが困難』、『深読みするクセがあり、積極的に物事に取り組むことができない』

【資料14】A女の10/24の振り返り		
自分が今日特に意識する非認知能力	向上心	
ふりかえり	今日は、向上心を持て、自分にとって難しいQRをやってみました。10月24日でしたが、おききまず自己肯定感を持て、取り組むことができました。2回目にうしろせんするの、おききまずできるようになって、良かったです。	

【資料15】A女の11/12の振り返り		
自分が今日特に意識する非認知能力	レジリエンス	自制心
ふりかえり	今回は、文法をマスターすることを目標に、QRで練習をしました。関係代名詞のwhoをやりました。何が難しい、何が何を理解しているのか、理解を助けて、4回くり返し解き直すことができました。だんだんと点数も上がったので、困難から自分の成長につなげることができました。	忍耐力 レジリエンス 向上心

【資料16】A女の12/4の振り返り		
自分が今日特に意識する非認知能力	自己肯定感	自制心
ふりかえり	今日は、完璧に理解するために、自分ならできる!という自信を持って、いろいろなQRの問題に取り組みました。そして、向上心も、より高まりました。1月にわからなかったことも、教科書などを見ながら、自分の成長につなげることができました。11月24日は、If I wereとIf heの2つのwereのつけかたです。If I wereとIf heの2つのwereのつけかたです。	忍耐力 レジリエンス 向上心

【資料17】A女の年度末の振り返り	
前回は、まだわからなかったものかと思いましたが、ある場合、自己選択で自分で考えるというタイミングが増えたことで、日常でもこれしか自分にはできないと思ってやめた選択でも、挑戦しよう!ということが増えた。自己選択で自分で考えるというタイミングが増えたことで、日常でもこれしか自分にはできないと思ってやめた選択でも、挑戦しよう!ということが増えた。	

【資料18】A女の1年間を通した英語の授業の振り返り	
私は、毎回自分と向き合って目標を考えました。自分の特徴は、『困ったらずぐに人に頼り、自分で解決しようとするのが困難』、『深読みするクセがあり、積極的に物事に取り組むことができない』この2つだと分かった。レジリエンスや、向上心も意識して取り組むことで、完璧な問題に取り組めるようになり、わからないことは教科書などで調べようという自分の強みと相反する行動をすることができるようになりました。	

い』この 2 つだと分析し」とあり、自分自身の特徴を分析・認識していることがわかる。これは、「手だて①—1」と「手だて①—2」で高めた自己認識そのものであり、「深読みするクセ」については、「手だて①—2」で行ったSEL活動「考え方のクセを知ろう」で出た結果である。それを踏まえて、「レジリエンスや向上心を意識して取り組むことで、難しい問題に取り組めるようになり、わからないところは教科書などで調べると自分の短所と真反対の行動をとることができるようになりました」とあり、自分の短所を踏まえ、自分に必要な非認知能力を考え、意識し、自分の成長につながる行動選択ができたことが書かれている。これは「手だて②—1」と「手だて②—2」で取り組んだ内容とかかわっている。この振り返りは、今回の実践で行った内容が凝縮されたものとなっており、それぞれの手だてが有効であったと考える。

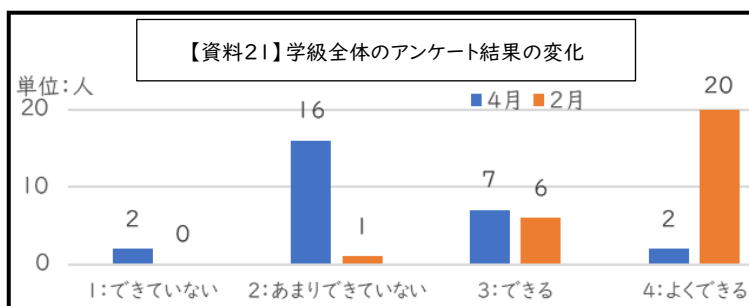
また、4 月と同様のアンケートを 2 月に行ったところ、A 女は「楽しいことやその場の雰囲気流されることなく、やるべきことを考えて、自分の行動を決めることができますか」という設問に、4 段階中 4（よくできる）を選択、「公立入試の子のことを考えて行動できたから」と記述している【資料19】。この 1 年、大きなトラブルもなく、本人の第一希望とする進路に進むことができた。以上のことから、自己認識をはじめとする非認知能力を育て、自己選択の機会を作り続けたことで、自分自身の成長につながる行動選択ができるようになったといえるだろう。

【資料19】A 女の 2 月のアンケート結果	
4	公立入試の子のことを考えて行動ができたから。

(2) 学級全体の変容

2 月に学級全体にとった振り返りを見ると、「3—1 見える化計画」によって自己認識が高まり行動改善ができたことや、英語の振り返りによって自制心が伸びたと書かれている【資料20】。また、4 月と同様のアンケートを 2 月に行ったところ、学級全体でも大きな変容が見られた。「楽しいことやその場の雰囲気に流されることなく、やるべきことを考えて、自分の行動を決めることができますか」という質問に対して、2 月には「できる」「よくできる」と答えた人数が27人中26人となった【資料21】。選んだ理由を見てみると、「友達から遊びに誘われても自分のやるべきことを中心にしていたから」などの振り返りが見られた【資料22赤四角部】。以上のことから、学級全体においても、非認知能力が向上し、自分自身の成長につながる行動選択ができるようになったといえるだろう。

【資料20】2 月の振り返り	
自分にとっては、生活チェックが一番効果的だったと思います。理由は、前回こんな気持ちでできなかった、こんな気持ちから、次は、もっとがんばろうと思えるからです。また、よく、向上心が伸びたと思います。	
英語の授業のふりかすりが効果的だったと思います。1回1回授業のふりかすりを書いて自分に向けて自制心を意識できて生活がよくなったので自制心が伸びたと思います。	



(3) 今後の課題

SEL 活動が単発で終わってしまうことが多く、系統立てて行うことができなかった。前回の振り返りを行ってから活動に入ったり、授業や行事に生かす機会を増やしたりするなど、工夫をしていけば、もっと効果はあったかもしれない。今後は学校行事や教科のカリキュラムと照らし合わせ、計画的に行うようにしたい。

【資料22】学級全体の 2 月のアンケート結果	
楽しいことやその場の雰囲気に流されることなく、やるべきことを考えて、自分の行動を決めることができますか	なぜそうに思いますか。
4	ながれずに注意できた時もあったから
3	やるべきことをやることができ、流されなかったから
4	楽しいことでも駄目なものは駄目となるからです。
4	友達から遊びに誘われても自分のやるべきことを中心にしていたから（入試終わってからの課題提出、開け未来など）
4	勉強から逃げるのが少なくなったから。
4	周りに流されず勉強をつづけることができたから
3	段違いで我慢できるようになったから。
4	周りに流されず自分で行動にうつせるようになったから

〈参考文献〉

- ・中山芳一著「教師のための『非認知能力』の育て方」（明治図書・2023）
- ・文部科学省「生徒指導提要」
- ・ナンシー・フレイ他著、山田洋平他訳「学びは、すべて SEL 教科指導のなかで育む感情と社会性」（新評論・2023）
- ・山田洋平著「対人関係と感情コントロールのスキルを育てる中学生のための SEL コミュニケーションワーク」（明治図書出版・2020）