

キャリア形成を図り自立した学習者を育てるための



自学自習ガイド

なりたい自分に向かって
毎日コツコツと



沖縄県教育庁 義務教育課

はじめに ーキャリア形成を促す学びー

グローバル化や IT などの技術革新により、世界はすさまじいスピードで変化しています。そんな中、学校教育で求められているのは、子供たちに単に知識や技能を習得させるだけでなく、自ら課題を発見し、自ら判断して行動していく力を育み、よりよい社会や人生を切り拓いていく力の育成です。学校での学びを通し、子供たちが「生きる力」を育み、「社会的自立」に向けて、自己のキャリアを形成していってほしいと考えています。

一方、各種調査から、沖縄県の子供たちのキャリア発達には、様々な課題があることが明らかになっています。その中でも「沖縄県の児童生徒の学習と将来展望に関する調査（令和元年）」から、「夢やなりたい自分」に向けて、具体的な行動へ移していくことに大きな課題があることがわかりました。

そのことを踏まえ、「沖縄県キャリア教育の基本方針」（令和2年2月）では、めざす児童生徒像を「自分で考え、計画して、行動に移すことのできる児童生徒」とし、特に「授業を通して『学び方』を育成し、家庭学習へつなげる必要がある」としています。このことから、学校での学びを通して子供たちがキャリア形成を図る上で「自学自習力」が大きな要素であることがわかります。

この先、子供たちは社会に出て、自立していかななくてはなりません。様々な困難に直面すると思います。その困難を乗り越え、自己発揮するためにも、自ら課題を発見し、その課題を克服するために、自ら学び、行動していかなければなりません。「自学自習力」はそういった子供たちの未来を支える力になると確信しています。

各学校において、「自学自習力」の育成に取り組み、子供たちのキャリア形成を支援していく上で、本冊子がその一助となれば幸いです。



もくじ

I	本県児童生徒のキャリア形成に係る課題	1
II	「沖縄県キャリア教育の基本方針」について	3
III	キャリア形成と「自学自習力」	4
	1 なぜ、キャリア形成に自学自習力が必要なのか	4
	2 改めて問われる「家庭学習」の在り方	4
	3 「自学自習」について	5
	4 キャリア教育の視点で「自学自習力」を考える	5
IV	「自学自習」を充実させる学習サイクル	6
	1 学習サイクル	6
	2 「自学自習」の進め方	7
	(1) 計画を立てる	7
	(2) 学習方法を考える	8
	(3) キャリア形成における予習の役割	9
	(4) キャリア形成における復習の役割	11
	3 「自学自習」につながる授業－「か」「ふ」「や」「み」－	13
	(1) かかわる力	14
	(2) ふり返る力	14
	(3) やりぬく力	14
	(4) みとおす力	14
V	「キャリア・パスポート」と「自学自習」をつなぐ	15
VI	「自学自習」を始めるにあたって	16
VII	実践事例	21
	小学校①P D C Aサイクルを生かした自学自習の取組	21
	小学校②小さな夢と「自学自習」をつなげる取組	22
	中学校①朝の時間を活用した「振り返りシート」の取組	23
	中学校②「キャリア・パスポート」につなげる「夢現ノート」の取組	24
	中学校③テスト前の学習計画から振り返り「自学自習」へつなげるための授業	25
VIII	「自学自習」Q&A	26

I 本県児童生徒のキャリア形成に係る課題

キャリア発達に係る沖縄県の児童生徒の課題として、中学校、高等学校における学力の伸び悩み、進路未決定率の高さ、不登校率、学卒無業者率なども全国と比較して非常に高いことが挙げられます。

キャリア形成に係る全ての項目に課題！



□ 学力について

小学校	沖縄	67.0%	全国	67.5% (-0.5 ポイント)
中学校	沖縄	56.0%	全国	60.9% (-4.9 ポイント)

令和3年全国学力・学習状況調査

□ 不登校について

小中学校不登校児童生徒数(1000人あたり)	沖縄	24.3人	全国	20.5人
高校不登校生徒数(1000人あたり)	沖縄	18.9人	全国	13.9人

令和2年度 文科省問題行動等調査

□ 進路について

(1) 進学率

高校進学率	沖縄	97.5%	全国	98.8%
大学進学率	沖縄	40.8%	全国	55.8%

令和2年 3月卒

(2) 進路未決定率

中学卒業時の進路未決定率	沖縄	1.4%	全国	0.7%
高校卒業時の進路未決定率	沖縄	12.1%	全国	4.6%

令和2年 3月卒

□ 高校中退率について

高校生中退率	沖縄	2.3%	全国	1.3%
--------	----	------	----	------

令和2年 3月卒

□ 離職率について(卒業後3年以内)

高校卒業後の離職率	沖縄	53.2%	全国	39.5%
大学卒業後の離職率	沖縄	39.0%	全国	32.8%

平成29年3月卒業者

□ 進路にかかる具体的な行動について

「沖縄県児童生徒の学習と将来展望に関する調査(R1)」より

課題

進路達成に向けて具体的に行動(家庭学習)することに課題が見られた。

「沖縄県の児童生徒の学習と将来展望に関する調査」とは

沖縄県の児童生徒のキャリア形成の課題の要因を探るために児童生徒のキャリア形成に大きくリンクしている「学習面」と「進路面」に絞った調査です。

調査の期間 2019年6月～7月

調査の方法 質問紙調査

調査の尺度 進路CAMI尺度／学習CAMI尺度

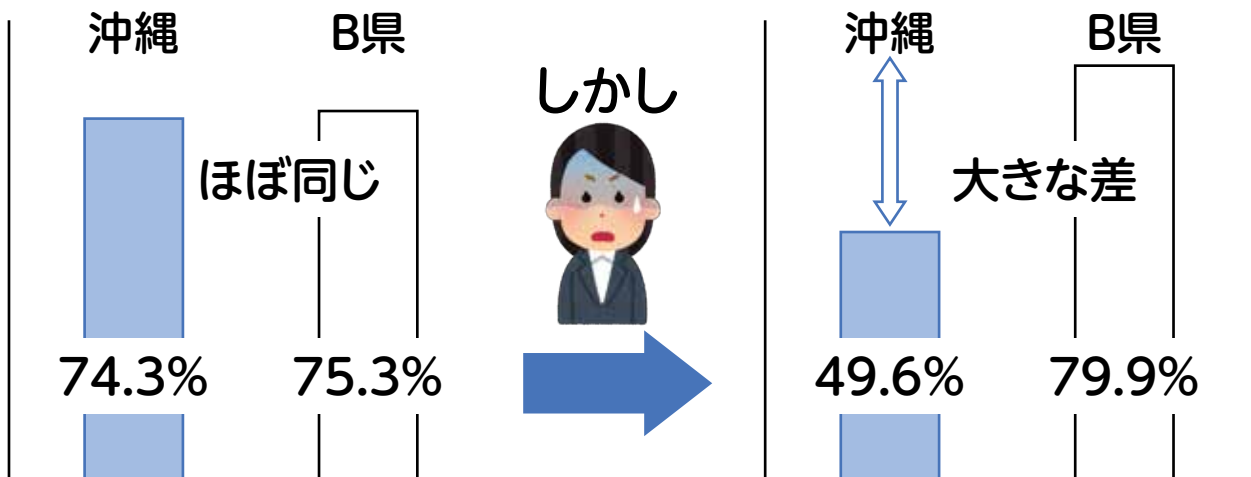
調査対象 県内外の小中高等学校 約3500人



「沖縄県の児童生徒の学習と将来展望に関する調査」

「短大や大学まで行きたい」と回答した割合

「夢や希望を達成するために1時間～1.5時間以上家庭学習を行っている」と回答した割合



□沖縄県とB県の児童生徒の進学希望について、「短大や大学まで行きたい」と回答した割合はほぼ変わらない。

□しかし、「そのために1～1.5時間以上家庭学習を行っている」と回答した割合について、沖縄県はB県よりもかなり低くなっている。

II 「沖縄県キャリア教育の基本方針」について

本県においては、各種調査で明らかになった児童生徒の課題を踏まえて「沖縄県キャリア教育の基本方針（令和2年）」が策定され、沖縄県のキャリア教育の目標及び目指す児童生徒像が示されております。

その実現のために、キャリア教育で身に付けさせたい力「かかわる力」「ふり返る力」「やりぬく力」「みとおす力」を意識した授業、教育活動の展開を目指しています。



沖縄県におけるキャリア教育の目標

目的意識を持って、様々な人と協働し、
社会を支える自立した人材の育成

沖縄県のめざす児童生徒像

自分で考え、計画して、行動に移すことのできる児童生徒

最終的に、自分で考え、計画し、それを実行するのは児童生徒自身です。

困難な課題に直面しても、あきらめず、行動し挑戦し続けることのできる児童生徒へと導くことが必要です。将来の目標に向けて、教職員や保護者は児童生徒と共に考え悩み、寄り添いながら、児童生徒自身が主体的に目標に向かって努力し続けるよう支援しましょう。

キャリア教育で身に付けさせたい力

「かかわる力」 「ふり返る力」 「やりぬく力」 「みとおす力」



児童生徒のキャリア発達を促すために、本県のキャリア教育の「目指す児童生徒」の育成に向けて身に付けさせたい力「か」「ふ」「や」「み」の視点を意識した授業、教育活動を展開しましょう。

か

かかわる力

人間関係形成・社会形成能力

ふ

ふり返る力

自己理解・自己管理能力

や

やりぬく力

課題対応能力

み

みとおす力

キャリアプランニング能力

Ⅲ キャリア形成と「自学自習力」

1 なぜ、キャリア形成に自学自習力が必要なのか

自分で考え、計画して、行動に移すことのできる児童生徒の育成

令和元年に行われた「沖縄県児童生徒の学習と将来展望に関する調査」によると沖縄県の児童生徒は「夢やなりたい自分」の実現に向けた目的意識、学習や具体的な行動に課題があるということが明らかになりました。

そのことを踏まえ、「沖縄県キャリア教育の基本方針」では「目標達成に向けて行動する力」として児童生徒が主体的に学ぶ授業を通し「学び方を育成し、自律的な家庭学習へつなげる必要があるとしています。また、めざす児童生徒像を「自分で考え、計画して、行動に移すことのできる児童生徒」とし、目標を達成するために継続して努力する態度、自立して学習することのできる力の育成が求められています。

このことから児童生徒のキャリア発達を促すためには、「自学自習力」の育成は欠かすことができないものと考えます。



2 改めて問われる「家庭学習」の在り方

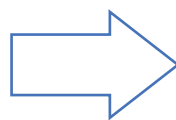
令和2年度からコロナ禍による休校が相次ぎ、児童生徒は長期間にわたって、自宅での学習を余儀なくされました。そのことにより、学習を自分で進めることや、家庭での学習のあり方などの重要性について改めて考えさせられました。

今までの家庭学習が、学校から与えるだけの受動的な学習になっていませんか。今一度考えてみる必要があります。



【これまでの家庭学習の傾向】

- 学習の内容を先生が決める
- 先生が計画を立てる
- 先生が評価する
- 量の多さを重視
- 目標や自己評価がない



【目指したい家庭学習】

- 学習の内容を自分で決める
- 自分で計画を立てる
- 自分で評価する
- 質を重視
- めあて、振り返りがある

3 「自学自習」について

本冊子で取り上げる「自学自習」とは、「児童生徒が、目標達成に向けて、自分自身の現状を把握し、そのために必要な学習や訓練を計画し、自己調整しながら継続していく学習」のことです。

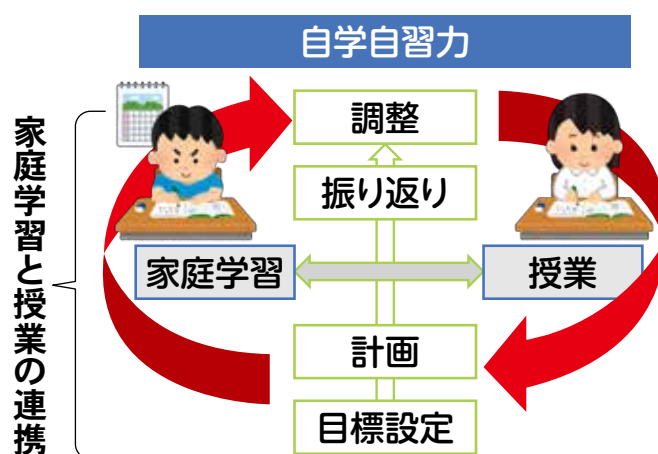
「自学自習」を進める過程においては、「動機づけ」※1「学習方略」※2「メタ認知」※3などの要素を生かし、自分の学習過程に主体的にかかわりながら学習を進めていくことが求められます。この要素は勉強だけでなく、スポーツや芸術などにも応用することができます。

「自学自習力」は、授業を通してその力を育成する場面と、学校以外で育成する場面があります。本冊子では特に家庭における「自学自習」について自己調整しながら進める方法について述べています。

※1「動機づけ」とは「自分はできる」という自己効力感や例えば「算数の成績を上げたい」という意欲や目標などを指します。

※2「学習方略」とは、効果的な学習をするための方法や工夫のことです。例えば、単にドリルを繰り返したり、丸暗記したりするよりも、絵や図など視覚情報を使ったり、似たような漢字をカテゴリー分けしたりする方が、深い学びを得やすくなります。

※3ここで言う「メタ認知」とは、「振り返り」や「自己評価」を通して、自分は何を理解していて、何が苦手なのか、またはどのような考えを持ち、それがどのように変化してきているのかを、客観的に捉え、次の学習に向けて、その方向性を明確にする力のことです。



4 キャリア教育の視点で「自学自習力」を考える

社会的・職業的自立に向けたキャリア教育の視点に立つと、この「自学自習力」は学校教育を通して育成しておきたい力だということがわかります。なぜなら、キャリア教育の基礎的・汎用的能力のうち「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」は、この「自学自習力」そのものだからです。



1 学習サイクル

「自学自習」を充実させるためには、児童生徒が授業で学んだことを振り返り、次の学びにつなげる「学習サイクル」を確立させる必要があります。以下の流れを参考に、児童生徒の「自学自習」を支援していきましょう

授業

○「問い」を持ち探究する学習

授業の学びを「自学自習」につなげるためには、授業で「学び方」を学んでいく必要があります。そのために、児童生徒が「問い」を持ち探求していく姿勢を育てていきましょう。

○振り返り

学んだこと、気付いたこと、疑問に思ったことなどを振り返ることで「自学自習」でやるべきことが明確になります。



授業

家庭での学習(自学自習)

○予習 ～明日の授業の理解度が高まります～

まだ学んでいない内容を事前に確認することで、翌日の学習に「問い」をもって参加することができ、学習に深まりが得られます。

○復習 ～授業で、学んだことをふり返ることができます

教科書やノートを確認しながら学習したことを振り返ることで、自分の苦手なことや課題が明確になります。

○探究 ～自分の興味関心を深めていく楽しさにつながります～

学校で学んだことで、関心をもった内容や、ふだん興味をもっていることについて、さらに調べていくことは、とても素晴らしい学びの方法です。是非、挑戦してみてください。



予習



復習



探究

2 「自学自習」の進め方

夢や目標を持つだけでなく、その夢の実現に向けて、児童生徒が具体的に行動するためには、努力するための方法、つまり「学び方」を学ばせていく必要があります。学校においては「自学自習」の進め方について話し合いながら、以下のようなことを参考に「自学自習」を進めていきましょう。

(1) 計画を立てよう

① 計画を立てる前に

自分の目標を決めよう

将来なりたい自分に向かって、目標を決めることで、何を、どのように、どのくらい学習したらよいかが見えてきます。



目標と学習をつなげる

時間を味方につけよう

帰宅後の時間をどう使っているか考えさせましょう。学習に使える時間が見えてきます。



時間の管理

② 計画、実行、振り返りのサイクルを習慣化しよう

見通しをもって取り組もう (計画)

目標達成に向けては、短期・中期・長期の計画を立て見通しをもって取り組ませることが必要です。まずは、一週間くらいの短期の計画を充実させることから始めましょう。



計画を立てる

実際に取り組もう (実行)

まずは、立てた計画を実行につなげることの大切さを伝えましょう。行動に移すことで、そのよさや課題も見えてきます。やり遂げた自信は次の一歩へつながります。



努力の継続

立てた計画を振り返ろう (点検・修正)

やりっぱなしでは、うまくいきません。計画がうまくいった理由、うまくいかなかった原因など成果と課題を明確にして、改善策を立てて次に生かす指導をしましょう。



ふり返り

(2) 学習方法を考える

① 予習か復習か

予習、復習、どちらも伝統的に行われてきた学習法であり、それぞれ目的が異なりますが、いずれも学習効果が高い学習法です。子供たちの発達の段階、特性に応じて、予習と復習のバランスを調整していく必要があるでしょう。



② 「自学自習」はPDCAサイクル

教育活動を通して、子供たちのキャリア発達を促進させていく上で、PDCAサイクルを意識することは大切です。

「自学自習」においても計画を立て（計画）、事前に準備をし（予習）授業で学習したことを確認し（復習）、自分の学習への取り組み方を振り返り、次の学習につないでいくことが大切です。



③ 授業と連動していることが最も効果的

授業と家庭学習を、別の学習だと考えるのではなく、連続した学習のサイクルと考えることで、学習効果は高くなります。

学習に限らず、スポーツや習い事にも応用できる学習サイクルです。



(3) キャリア形成における「予習」の役割

① 予習とは「準備」「段取り」

将来、仕事等の社会生活を通して課題を解決していく上で大切なのが「準備」「段取り」です。

例えば、商品の企画においては、事前にリサーチとアピールポイントを焦点化し商談に備えます。

これを学習に置き換えると「予習」に当たります。授業を受ける前に「準備(計画)」と「段取り(予習)」を行うことが効果的に学習を進めるための学習方略となります。



② 予習では「なぜ」「どうしたら」を引き出すことがカギ

予習における学習方略はと問われた場合、「なぜ」「どうして」といった「問い」を形成していくことが最も重要だといえるでしょう。「問い」「疑問」をもって翌日の授業に臨むのです。

「問い」をもって授業に臨む子と「今日は何を勉強するんだろう」としか考えていない子の学習における集中度、吸収度に大きな違いがあることはいうまでもありません。

学校で学習するすべての内容に対して興味関心を持ち、意欲的になれる子はほんの一部でしょう。「問い」を持つことをきっかけに、学習内容に関心が高まり、学習意欲に結びついていきます。



予習の3つのステップ

Step 1

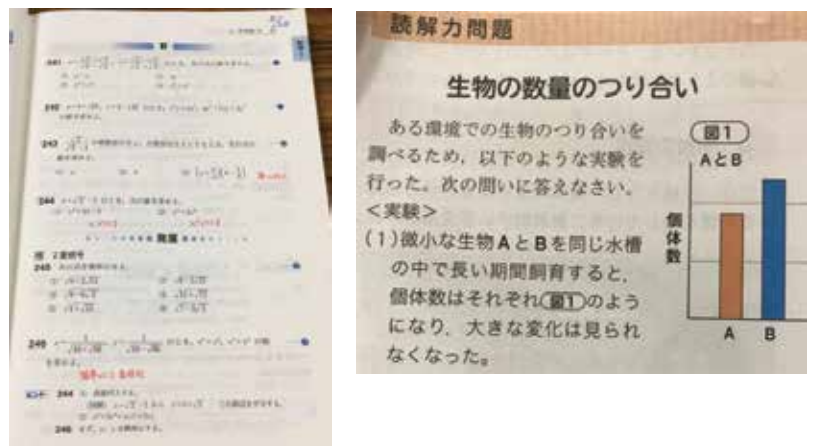
次時に学習する教科書の範囲を読む。

写真やグラフなどの資料を眺めてみる。



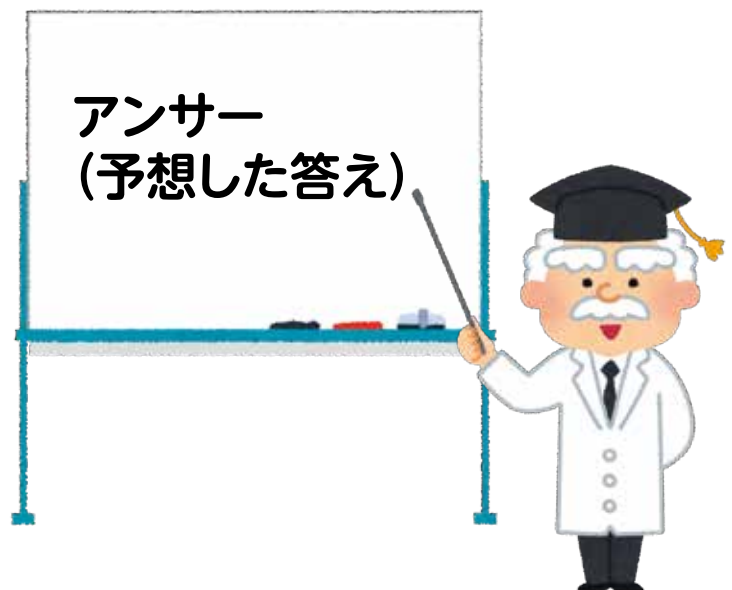
Step 2

教科書に載っている問題などを解いてみる。



Step 3

疑問に感じたことやもっと知りたいことなどについて、自分なりの問いと解答を作っておく。



※時間のない場合でも「ステップ1」だけは行う。

(4) キャリア形成における「復習」の役割

① 「成果」「課題」を明確にする

将来、社会人として仕事等を進めていく上で大切なのが、「成果」「課題」を明らかにすることです。

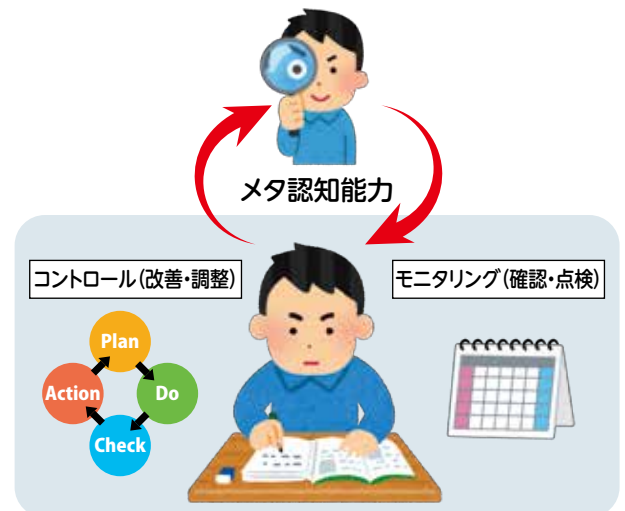
例えば、企業等で根気強く営業活動を行ったら契約が取れた。こういったときに、結果だけでなく何が功を奏したのか、その要因を明確にし営業方略とつなぐことで、再現性が確保され、次も同様の結果を得られるようになります。逆に契約が取れなかった場合、次に向けて改善していかなければなりません。



一段上から自分自身を見る

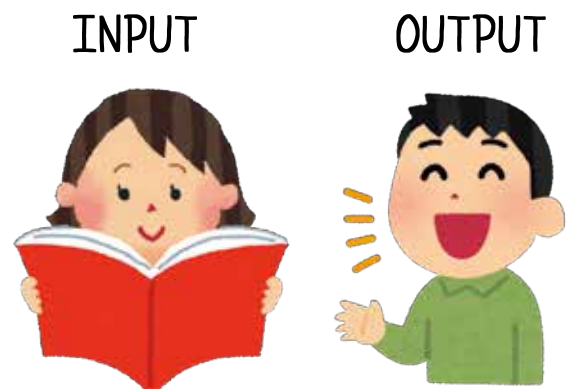
② 「メタ認知」を働かせる

学習も同様で、その日の授業を終えて、「学んだことは何か」「理解できたこと」「習得できなかったこと」、こうした結果について「振り返り」を行い「メタ認知」を働かせることで、調整が行われ、効率的・効果的に学習するコツをつかむことができます。



③ 復習のコツは「再現性」

復習においては、授業で学習したこと(インプット)を、再現(アウトプット)できるかどうかを確認することが大切です。



復習の3つのステップ

Step 1

学習した内容・解き方を説明したり、書いてみたりする。(アウトプット)



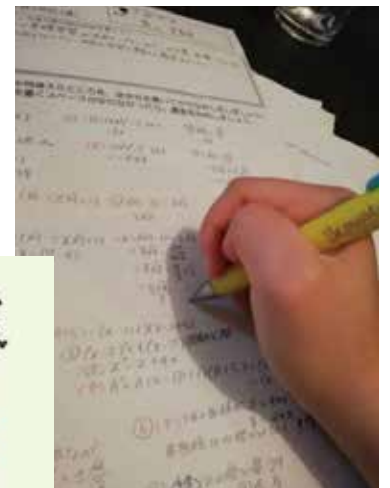
Step 2

インプットした内容を記憶できているか、習得できているかを問題集などで確認する。



Step 3

つまずきを分析する。(誤答レポート)
つまずいたら、なぜそこにつまずいたかを自己分析する。



3 「自学自習」につながる授業－ か ふ や み －

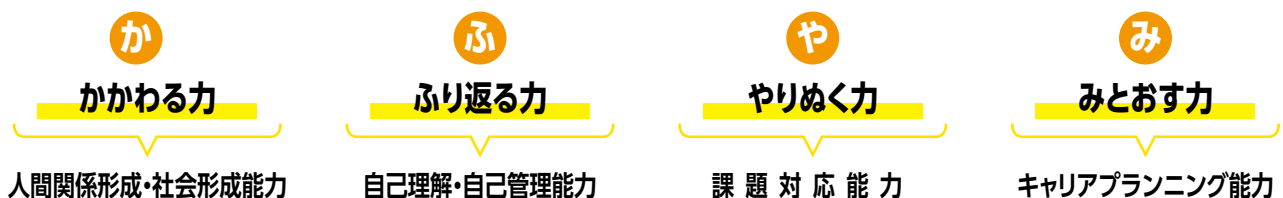
キャリア形成を図り「自立した学習者」を育成するためには、家庭学習と授業をつなぎ、「学び方」を学んでいく必要があります。

授業においては、キャリア教育で身に付けさせたい力「か」かかわる力「ふ」ふり返る力「や」やりぬく力「み」みとおす力を意識し指導しましょう。

家庭学習と授業の連携 深い学びは学習の連続性の中で実現



図表「日本心理調査2021年第29回教育講演会『授業と家庭学習の連動～自立した学習者を育てるために～』資料」をもとに作成



基礎的・汎用的能力「沖縄県キャリア教育の基本方針」より

(1) **か**かわる力 人間関係形成・社会形成能力

聴きあい、伝え合い、よりよい方向へつなげる

子供たちがよりよい方向に向かって、互いにかかわり、協力し合いながら課題を解決していく力を育むことが大切です。そのためにも、授業においては、互いにかかわり合う場を設定しましょう。



かかわり合う場

(2) **ふ**り返る力 自己理解・自己管理能力

メタ認知力を高め、学習方略を立てる

子供たちが自らの学習を客観的に分析し自己調整していく力を高めるためにも、授業においては「振り返り」の時間を確保しましょう。



ふり返りの時間確保

(3) **や**りぬく力 課題対応能力

あきらめずに粘り強くやり通す

子供たちが自ら課題を発見し、問題を解決したり、作品を作成するなどの過程において、改善策や対応策を考えながら、あきらめずに最後まで粘り強くやりぬく力を育てましょう。



努力の継続

(4) **み**とおす力 キャリアプランニング能力

目的意識をもって

「キャリア・パスポート」に書いた自分の目標やなりたい自分を実現するために、目的意識を持って見通しを持ちながら学習していく姿勢を育てることが大切です。

そのためにも、単元を通した課題や本時の「めあて」を設定し、見通しを持って学習できる力を育てましょう。

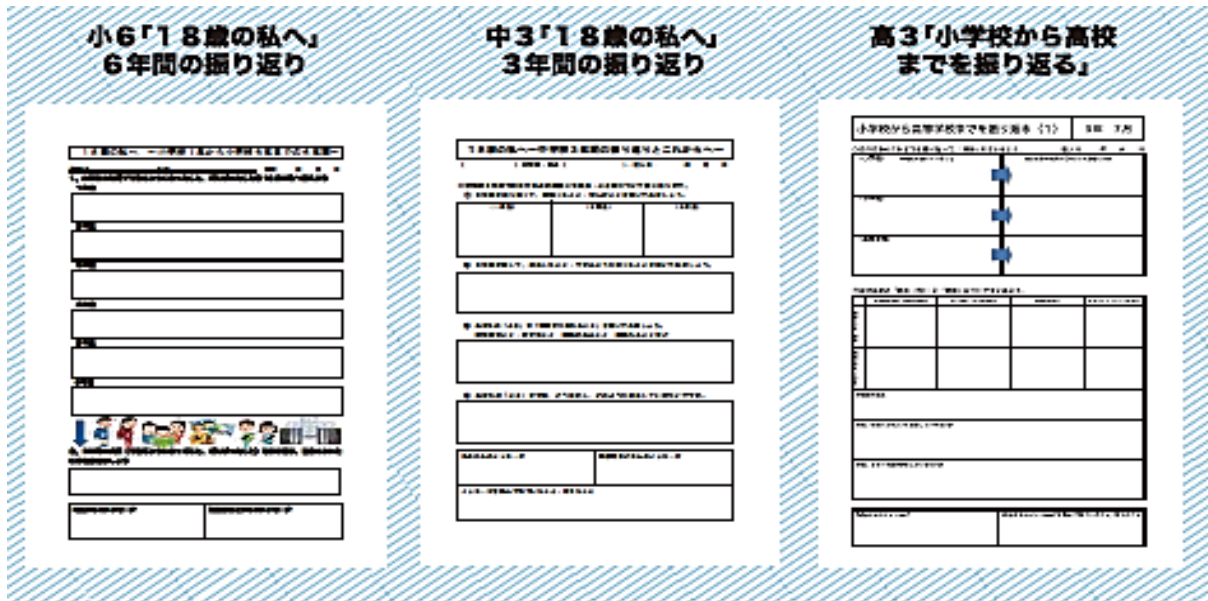


めあての設定

V 「キャリア・パスポート」と「自学自習」をつなぐ

「キャリア・パスポート」と「自学自習」について

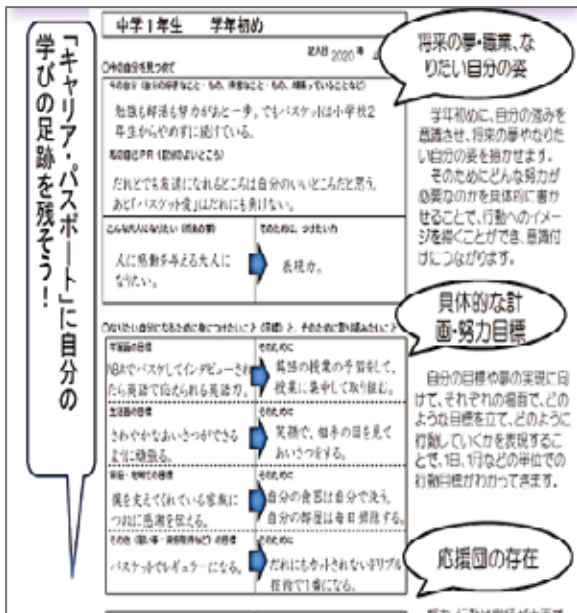
「キャリア・パスポート」とは、児童生徒が小学校から高等学校まで、「なりたい自分」「夢の実現」に向かって、具体的な目標を設定し、そのために、自分自身が努力したことや、成長の足跡を記録していくものです。



「キャリア・パスポート」をもとに、自学自習の計画を立てることで、何のために、何を目的に学習するのが明確になります。自学自習力は、「なりたい自分」「夢の実現」に向けた支援につながっていきます。

※24ページの「キャリア・パスポート」につなげる自学自習の実践を紹介しています。ご参照ください。

「キャリア・パスポート」



「自学自習の計画」

This image shows a 'Self-Study Plan' table for a middle school student. The table tracks study time for various subjects and includes a total time column and a comment column.

日	課外以外の学習の時間							合計に含めない	コメント
	英語	数学	国語	理科	社会	その他	総計		
月	0	90	25	0	10		125		漢字を覚える
火	15	0	0	0	0		25	125	英語の勉強をする
水	0	30	0	0	0		30		英語の勉強をする
木	0	0	0	0	15		15	135	英語の勉強をする