＜特別活動・学級経営＞

児童の自己肯定感を高めるための指導実践

～目標に向かって努力する個の取組と，学級会を主軸とした自治的活動を通して～

大垣市立牧田小学校　教諭　仙田　翼

【概要】

本研究のねらいは，児童１人１人の自己肯定感を高めることである。そのためには，自己の成長を実感したり，周りの人から認められたりすることが必要である。また，学級の中で安心して過ごせ，仲間同士が認め合える関係になることも，自己肯定感を高めるための取組には必要不可欠である。

そこで，本研究では，①理想の自分の姿に向かって行動したり，その過程で「周りの人から認められた」と実感したりする場を位置付けること。②学級会や学級の取組を通して，お互いの多様性を認め合いながら，自治的に問題を解決できる学級集団へと育成することの２つを実践した。

実践を通して，多くの児童が「理想の自分の姿になれた」「努力し続けることができた」「仲間から認められた」などの実感をもち，自己肯定感の向上が見られた。また，学級会で主体的に問題を見出して解決策を話し合い，それを取組として実践していく過程を通して，仲間同士のよさや多様性を認め合い，学級が一丸となって高まり，成長していく様子が見られた。

１　主題設定の理由

（１）　今年度の本校重点目標を受けて

今年度,本校の重点目標は「児童の自己肯定感を高めること」である。

令和３年度末,児童に対する学校評価アンケートを評定尺度法で実施した。その中の「自分にはよいところがある。」という設問において,４段階評価（４：そう思う,３：どちらかといえばそう思う,２：どちらかといえばそう思わない,１：そう思わない）のうち全校児童の平均は 2.9（期待値は3.5）であった。このことから,本校は自己肯定感が低い児童が多くいるという課題がわかり,全職員で自己肯定感を高めることを目標とした教育を実践していくこととなった。

（２）児童の実態から

担任となった５学年の児童は,男子６名,女子８名の単学級である。令和３年度末の学校評価における学級の平均値は,以下の結果だった。

- ●自分にはよいところがあると思う→1.8（2.9）
- ●学校は楽しい→1.9（3.4）
- ●自分の学級は,いじめがなく,みんなが大事にされている→2.6（3.5）

※（　）は学校平均値

この結果から，全校の学級の中でも，特に本学級の児童は自己肯定感が低いことがわかった。また，学級の仲間どうしの関係にも課題があることが見受けられた。

４月,授業を進めていく中で,全体的に挙手が少ないと感じた。どの教科でも挙手をする児童は０～３人で,決まった児童だった。多くの児童が「自分の考えを学級の仲間に伝えること」への抵抗感をもっているといった雰囲気があった。その中でも児童Ａは「２年前,自分の発言を馬鹿にされたことがあったから,絶対に手を挙げたくない。」と話していることが，保護者の話からわかった。

児童１人１人の自己肯定感を高めていくためには,個人への指導だけでなく,安心して過ごせて,仲間同士が認め合える学級の雰囲気が必要不可欠であると考えた。

こうした実態から,個人の自己肯定感を高めていくことをねらうとともに,学級の課題に対して自治的に解決し,互いのよさを認め合える学級集団をつくっていこうと考えた。

２　願う児童・学級の姿

- ・自分の長所やよさを自覚し,何事にも前向きに取り組むことのできる児童
- ・仲間のよさや努力,多様性を認め合い,学級の課題に対して,学級全員が自分事としてとらえ,問題を自治的に解決していくことのできる学級集団

３　研究仮説

仮説①
　理想の自分の姿を明確にもち，目標に向かって行動し続ける過程を，教師が価値付けたり，「仲間から認められた」と実感させたりすることで，自分の長所やよさを自覚し，自己肯定感が高まるであろう。

仮説②
　学級会を通して，学級の問題を主体的に見出し，話し合って解決していく体験を積み重ねることで，仲間のよさや努力，多様性を認め合い，学級の課題に対して，学級全員が自分事としてとらえ，問題を自治的に解決していくことのできる学級集団になるであろう。

４　研究内容

（１）理想の自分の姿に向かって行動する過程の価値付け・仲間同士の認め合いの方途

（２）学級会と学級の取組を通した，多様性を認め合い，自治的に問題を解決できる学級集団の育成

５　研究実践

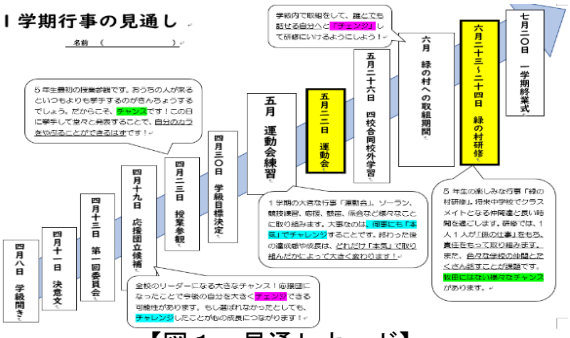
【研究内容１】

理想の自分の姿に向かって行動する過程の価値付け・仲間同士の認め合いの方途

（１）児童のやる気を軌道に乗せる学級開き

　学級開きでは，「チャンス（C）に気付いてチャレンジ(C)し，よりよい自分へとチェンジ(C)してほしい。そして，チェンジするには，チャレンジしたことを，コンティニュー（C）していく（続けていく）ことが必要だ。」という担任からの思いを伝えた。これを『３Ｃ＋１』と示し，各活動や取組で常に意識すること，そして全ての活動の基盤としていくことを児童全員と共有した。

　その後，「１学期見通しカード」を配付した。



【図１　見通しカード】

　見通しカードを見ながら，１学期終業式までに，どのような「チャンス」があるのかを学級全員で確認する。毎日の授業，初めての委員会活動，運動会に向けての様々な活動，宿泊研修の準備など，成長するチャンスはたくさんあることを意識づけた。

（２）理想の自分の姿に向かう取組

　本学級では，１人１人が自分の成長を実感することができるよう，学期ごとに以下の流れで取組を行っている。

１．学期の見通しをもつ【見通しカード】
２．学期終了後の理想の姿をもち，どんな努力をしていくか決める【決意文】
３．決めたことを実践し，自己評価する【自己評価カード】
４．学期間の成長を振り返る【振り返り文】

　決意文は，まず「学期の終わりにどんな姿になっていたいか」を考えるように指導する。理想の姿が決まったら，「どのような努力を続ければその姿になれるのか」を，授業，生活（仲間との関わりや委員会活動），行事の３つの観点から考えて書くように指導する。

　自己評価カードは，学期初め，中盤，終盤，学校行事の前などに活用する。カードには目指す姿に向かって，その日にどのような行動ができたかを具体的に書き，【◎・○・△】の３段階で評価する。これを１０日間程続けて行う。取組期間は，毎日１人１人を励ましたり，価値付けたりするため，担任からのコメントを返していく。

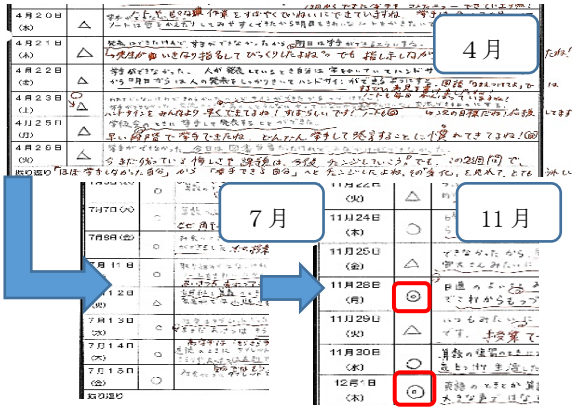
　振り返り文は，学期の終わりに自分の成長を振り返って文章を書く。さらに，「自分の成長したところ・いいところ」「だれかのために役立てたこと」を端的に書くスペースを設定し，自己肯定感や自己有用感がより高まるようにした。

（３）教師からの価値付けによる児童Ａの変容

　昨年度，家庭で「絶対に手を挙げたくない」と話していた児童Ａは，４月の初めに「学級の仲間と積極的に関われるようになりたい」と理想の姿を設定した。学期初めの自己評価では，初めは「ハンドサインができなかった。」「呼びかけができなかった。」と，できなかったことばかりを振り返っていたが，「今日は，誰よりも早くハンドサインをしていたね。」「英語の自由交流で，自

分から仲間に話しかけにいっていたね。」などと教師から毎日コメントを返すようにした。すると，「今日はハンドサインを早くできた。」「いつもあまり話していない仲間と交流できた。」と徐々に自分の行動に自信がもてるようになっていった。３段階評価は「△」が多く，まだ自分の成長を前向きに捉えようとすることができていなかったが，自分の成長の記録や価値付けのコメントが積み重なっていくことで，徐々に自己肯定感は高くなっていくだろうと考えた。

児童Ａの変化は，運動会や宿泊研修で行った取組で徐々に見られ，自分に「○」をつけられるようになっていった。さらに，「１学期振り返り文」を書いたり，２学期新たな理想の姿を設定して努力し続けたりした。２学期終わりの取組では，初めて自分に「◎」をつけ，「帰りの会のよさ見つけで挙手して発表できたので，これからも続けたいです。」と振り返ることができた。



【図２　児童Ａの取組カードの変容】

以下は２学期終わりに書いた「振り返り文」の一部である。

> ２学期の初めに，授業で積極的に発言しようと決めて，毎日意識しました。自己評価期間中は○や◎をたくさんとれたし，その後も続けることができました。
>
> 体育では，作戦会議の時，自分の意見を声に出してしっかりと話せました。今までの自分だったらできなかったけど，できるようになったので体育の授業が毎日楽しみになりました。

この文章から，学期の初めに「理想の姿」を明確にもって努力し，自己評価していく過程を価値付けたことで，児童Ａは自己の成長を実感できたことがわかる。また，実感できたことで，授業や仲間との関わり方に自信がもて，前向きな思考へと変容したことがわかる。

（４）「仲間から認められた」と実感をもてたことによって変容した児童Ｂ

児童Ｂは，４月の初めに「何事にも本気で取り組める人になりたい。」と理想の姿を設定した。翌日からの自己評価期間には，「係の仕事をていねいにできなかった。」「今日，一回も挙手をしなかった。」などと，できなかったことのみを取り上げ，３段階評価では，選択肢にはないはずの「×」をつけることもあった。５月に行った運動会前の取組では，何日も連続で「×」をつけていた。教師から「自分の頑張っていることを素直に書いてごらん。」と声をかけても，「自分は何も頑張れてないし，自分にいいところは一つもない。」と話していた。

学期終わりの自己評価期間が始まったときも，児童Ｂは自分のがんばっていることを素直に認められずにいた。そんな中，児童Ｂと席が近い児童Ｃが自己評価カードに以下のように記入した。

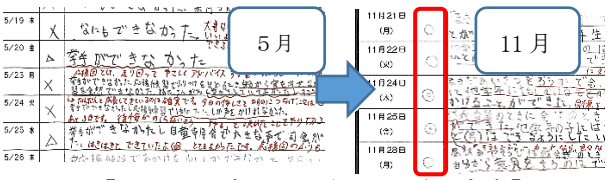
> Ｂさんがいつも，算数のペア交流でノートを指し示しながら説明していてすごいなと思い，私もＢさんのようにノートを指し示しながら説明することができました。

この児童Ｃの言葉を，学級通信を通して朝の会に学級全体に伝えた。すると，その日の帰りの会，児童Ｂは取組表に以下のように記入した。

> 今日，算数でノートを指し示しながら説明することができました。

この日の児童Ｂは自分に「○」をつけることができた。仲間から認められたことをきっかけに，自分が普段取り組んでいることに対して，前向きに評価することができたのである。それ以降「○」と評価する日が少しずつ増えていった。

１学期終わりに書いた「１学期振り返り文」では【自分のいいところ】を，「どんなことにもチャレンジできるところ。何事にも本気で取り組めるところ。」と書いていた。理想の自分の姿になれたことを実感できたのだ。２学期終わりの取組では，８日以上自分に「○」か「◎」をつけることができた。



【図３　児童Ｂの取組カードの変容】

この事例以外にも，年間を通じて学級通信を発行し，児童同士の認め合いを紹介し続けた。学級通信では，極力児童の姿の写真とともに文章を添えるようにしている。自分のがんばる姿を写真で改めて見ることによって，より自分の行動に自信がもてると考えるからである。これ以後も，自分の行動が誰かの手本となったり，励みとなったりしていることを知り，より自己肯定感が高まっていく児童の姿がみられた。

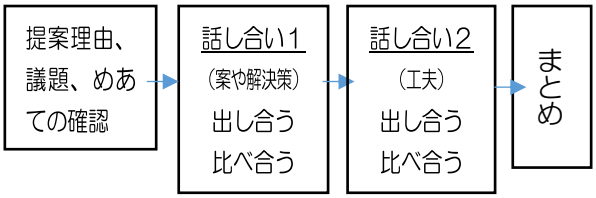
【研究内容２】

学級会と学級の取組を通した，多様性を認め合い，自治的に問題を解決できる学級集団の育成

（１） 学級会の実践

ア　学級会の流れ

本学級では，学級全体で話し合いたいことができた場合，班長会に議題を提案して学級会を開くことにしている。また，学級遊びの決定や，全校行事に関わる取組など，教師から班長会に提案して学級会を開く場合もある。学級会は司会者グループが進行を務め，以下の流れをスタンダードにして話し合いを進めている。



【図４　学級会のスタンダード】

スタンダードをつくることで，話し合いの見通しをもつことができ，自分の意見をどのように伝えていくかを考えながら話し合いに参加することができる。１回目は，自分の意見を出すのをためらっている児童もいたが，回数を重ねるごとに学級全体がスタンダードに慣れていき，全員発表が当たり前の学級会になってきた。教師は，進行中できるだけ発言を控え，話し合いが「めあて」から逸れそうになっているときや，話し合いが行き詰まったときのみ司会者グループに向けて補助するようにした。

「話し合い１」では，議題に対する案や解決策を出し合う。案や解決策は，事前に「学級会ノート」に記入するよう指導し，児童全員があらかじめ考えをもてるようにする。

意見を出し合った後，出た意見について比べ合って精査していく。「話し合い２」では，「話し合い１」で決まった物に対して，どのような工夫ができるかを出し合ったり，より具体的な目標にしたりして，精査していく。例えば，学級遊びについての話し合いの場合，話し合い１で決まった遊びを，より学級全員が楽しめるように工夫したルールを話し合う。学級で行っていく取組について話し合う場合は，「何ができたときに取組達成といえるか」などのことをより具体的に話し合っていく。

【写真１　学級会の様子】

現時点で以下の内容の学級会を行ってきている。

第１回：１学期中に行う学級遊びを決めよう。
第２回：学級目標を決めよう。
第３回：運動会に向けて，５年生はどのように成長していきたいか話し合おう。
第４回：宿泊研修で行う出し物を決めよう。
第５回：宿泊研修に高まった姿でのぞめるよう学級内の課題を解決しよう。
第６回：２学期中に行う学級遊びを決めよう。
第７回：授業を高めるための取組を考えよう。
第８回：学級の人権について考え，これからどのように行動していくかを決めよう。
第９回：２学期がんばった会のレクを決めよう。

イ　学級の問題を，自分事としてとらえて解決していく話し合い

第５回学級会は，児童Ｄによる以下の提案から議題が決定した。

今の学級は，休み時間に仲のいい人同士でしか話せていない。このまま四校合同の宿泊研修に行っても，初めて顔を合わせる他の小学校の仲間と親しくなることができないと思うから，何か取組をしたい。

この提案を受けて，話し合い１では，①「授業のスクランブル交流でだれとでも話せるようにする」②「毎日よさ見つけカードを書く」などの案が決まった。また，他にも「業間休みの後，遊んでから帰ってくるときにチャイムに間に合わない人がいるから，宿泊研修までに時間を守れるようにしたい。」と，議題とは離れているが，新しい課題も挙がった。これに対し，③「時間を守るように行動する」という案が決まった。

話し合い２では，①について「男女関係なく３人

以上の人と交流できたら○」,②について「１日３枚違う人に書き,そのうち１枚は違う学年に書ければ○」,③について,「全ての授業で,机の上に必要なものが準備された状態で,チャイムと同時に授業開始のあいさつができれば○」と,「話し合い１」で決定したことを,より具体的な目標へと話し合った。

児童１人が気付いた学級の課題を学級全体へと広げ，全員が学級の問題を自分事としてとらえて話し合いに参加することができた。そして，学級の実態に合わせて，最も適切な取組の内容を吟味し，学級の課題が解決できるよう自治的に決定することができた。

ウ　多様性を認め合い，合意形成を図っていく話し合い

第９回学級会は,「２学期がんばった会」で行うレクについて話し合った。

「話し合い１」では，いくつかの遊びを精査していく際に次のような意見が出た。

> 児童Ｄ：「宝探しゲームに反対です。わけは，前に宝探しゲームをしたときに，１つも見つけられなくて楽しめなかったからです。」

児童Ｄは以前宝探しゲームを行った際，周りの児童がどんどん宝を見つけていくことに焦り，あと数個しか宝が残っていないという状況になったとき，探すのをあきらめて途中でゲームをやめてしまったことがあった。

話し合い１では，結局「宝探しゲーム」に賛成票が多く入り，行われることが決定した。「話し合い２」では,「宝探しゲーム」をどのように工夫して行えばよいかを話し合う際，次のような意見が出た。

> 児童Ｅ：「Ｄさんのように楽しめない人がでないよう，宝は１人３つまでなどと，数を決めればいいと思います。」

この児童Ｅの意見からさらに議論は深まり,「学級みんなで探すのではなく，チーム対抗にして，一緒に探す人数を少なくすれば，見つけることができると思う」,「宝の地図を作って，まだ１つも見つけられていない人にヒントを出せばいい」などと工夫のある意見が出た。児童Ｄは，これらの意見に対して納得し，賛成票を入れていた。決定した遊びに対して，反対意見をもっていた仲間の気持ちも大切にし,「どうすれば学級全員が楽しめるか」と模索して合意形成を図ることができた。また，これ以外の学級会でも，仲間同士の多様性や様々な意見を受け入れながら話し合いをする場面がみられた。

エ　学級会を通して変容した児童Ｆ

児童Ｆは，４月に「だれかに，自分の意見や考えを伝えるのが少し怖い。」と話していた。普段授業ではほとんど挙手をすることができていなかったが，２学期初めに「授業で挙手できる自分」と理想の姿を設定した。その後行った第６回学級会では初めて挙手をすることができた。学級会の場が児童Ｆにとっては，自分の意見を伝えやすい場だったのだ。以下は，児童Ｆの「２学期振り返り文」の一部である。

> ぼくは，１学期より発表ができるようになりました。２学期の最初の学級会で発表したら，みんなが「いいと思います。」と反応してくれたり，賛成したりしてくれて自信がもてました。第９回学級会では，１０回以上きょ手をすることができました。ぼくは，これまであまりしゃべることが得意ではなかったけど，少しずつそのなやみが解決してきました。

学級会は，普段生活を共にする仲間たちに向かって，自分の考えを発信したり，その仲間達から自分の考えについての意見をもらったりする貴重な場となる。児童Ｆは学級会を通してこれらの経験を重ね，自信へとつながったのである。

オ　話し合いの本質へと導く教師の補助的発言

第８回学級会では，学級内で行う人権に関する取組を決めていく際,「授業準備をした状態で授業を始めることが，最近また出来ていない人が増えているから，取組にしたい。」という意見が出た。これについて賛成票が多く入り，決定した。

しかし，賛成意見の中には「人権」に関することが触れられておらず，ただ，日常の課題を取り上げていただけだった。これについて教師から「授業の準備をしていないと，だれの，どんな権利をうばってしまうことになるのかな。」と問いかけた。これにより，児童からは「準備していない人をみんなが待つことで，待っている人の学ぶ権利をうばうことになっている。」と意見が出た。「授業準備をすることは，学級みんなの学ぶ権利を守り合うことにつながるのだ。」と，学級全体で共有する

ことができた。児童だけで話し合いを進めることは重要だが，話し合うべきことの本質からずれたり，めあてから逸れたりしてしまっては，話し合いの意味がない。話し合いの方向を修正したり，児童の思考を本質へと導いたりすることも必要である。

（２）学級全体の努力や成長を実感できる学級の取組

学級会で決まったことは，必ず次の日から取組表を掲示し，目に見える形で実践するようにしている。

【写真２　取組表】

教師から提案した取組ではなく，自分たちで話し合って決めた取組であるため，そこには主体性が生まれる。めあてが達成できずに「△」となった日には，学級代表を中心に「自分たちで決めたのだから，やり切ろう。」という呼びかけがされていた。

また，学級の取組では，できる限り取組の終わりには「達成できた」という実感をもたせることが必要だ。学級全体が成長したことを目に見える形で実感することで，１人１人が学級の成長を喜んだり，自分の学級を誇りに思えたりすることで，よりよい仲間関係をつくることができる。

このような学級全体が一丸となる取組を年間数回行っていくことで，目標を達成できた喜びや，学級全体が成長したことを実感することができた。

６　成果と課題

これは，令和３年度末と，令和４年度１２月の学校評価アンケート平均値の比較結果である。課題に挙げた項目において，よい変化が見られた。

４：そう思う　３：どちらかといえばそう思う
２：どちらかといえばそう思わない
１：そう思わない
●自分にはよいところがある　1.8→**3.2**
●学校は楽しい　1.9→**3.1**
●自分の学級は，いじめがなく，みんなが大事にされている　2.6→**3.5**

研究１の成果と課題

○１人１人が「今，自分は○○を目指して△△をがんばっている。」と，それぞれの目標に向かって努力することができるようになった。２学期の「振り返り文」【自分のよいところ・成長したところ】の欄には，１００％の児童が自分のよさや成長したことを書くことができた。

△２学期末学校アンケート「自分にはよいところがある」の設問において，４人の児童が「２：どちらかといえばそう思わない」と消極的な回答をしていた。この児童達の「自己評価カード」や「振り返り文」には，自分のよいところが書けている。しかし，まだアンケートでは自信をもって回答することができないようである。３学期以降も継続して理想の姿に向かって努力する過程を価値付け，徐々に自己肯定感を高めていきたい。また，教師からだけでなく，学級の仲間同士の認め合いについて，学級通信を活用して広げていき，少しずつ自信をもてるようにしていきたい。

研究２の成果と課題

○学級会を行っていくことで，学級のよいところや課題を児童同士で出し合い，課題を解決するための取組を精査し，自治的に問題解決できる学級となった。また，話し合いが深まる過程で，児童同士が仲間のよさや多様性を認め合いながら，合意形成を図ることができた。

△学級会では，たくさん発言できる児童と，そうでない児童の差が大きい。学級会ノートに事前にコメントを書いたり，他の授業で発言できたときに価値付けたりして，自信をもたせたい。また，今後は，学級会でもICTを取り入れ，挙手して発言することが苦手な児童への手立てを打っていきたい。

７　参考文献や資料

○文部科学省「小学校学習指導要領解説（特別活動）編」平成２９年７月

○国立教育政策研究所「みんなで，よりよい学級・学校生活をつくる特別活動」平成３０年１２月