



# 自己成長するための学び方スキル ～“学び”の冒険の主人公はアナタ!!～

「学び方」が身に付けば、一生モノ！ここでは学び方のスキル(視点やヒント)を紹介します。実際に授業・家庭学習(冒険)をする中で色々と試しながら、最終的には自分に合う学び方を見つけていきましょう。学びの冒険の主人公はアナタです！めざせ伝説の学習者！！

☆学び方スキルは一人一人合うものが違います。また、課題のレベルや状況によっても変わるので、自分で判断し、カスタマイズさせて使い分けることが大切です。

## 思考を深めるスキル

自己  
他者



習得・活用・探究サイクルで思考と行動を行き来させ、思考を深める視点や考え方を持つことで、知識が確かになったり、視野が広がったり、理解が深まったり、新たな価値を生み出したりします。

### 【例】

- ・情報活用能力も発揮しながら情報収集する
- ・教科等で働かせた見方・考え方(比較、分解⇔統合、多面的・多角的、五感、分類、関連付け、構造化等)で整理・分析する(必要に応じてシンキングツールも活用)
- ・自分の考えを持つ(本質的、クリティカルに評価)
- ・学びを誰かに説明する、教える
- ・学んだことを要約する、レポートにまとめる
- ・学んだことを使ってみる、応用・応用問題に取り組む …等

## 主体的に学習するスキル

自己



自分事として粘り強く取り組む中で、思考や行動を客観的に把握(メタ認知)し、状況に応じて調整します。この繰り返しが学びを習慣化させ、効果も上げ、自分の人生を自分で切り拓く力になります。

### 【例】

- ・目標(好きな事、得意な事、やるべき事)を持つ
- ・計画(学習過程・時間・方法・内容等)を立てる
- ・毎日行えるレベルで行い習慣化(いきなり難易度を上げすぎない、定着まで繰り返す) ・リラックスの方法を知りうまく休む(睡眠)
- ・モチベーションの上げ方を知る(まず行動→やる気は後から)
- ・集中する時間帯、方法、環境等を調整して学習
- ・緩急をつける(間隔を空けて学習、トピックを変えながら学習等)
- ・失敗⇔学びと認識し次に繋げる(すぐ諦めない) …等

## 他者と協働するスキル

他者



他者との協働・対話等により、学びが広がったり継続しやすくなったり(学びの支え)、共通理解が見出せたり解決につながったり新たなものを創造できたりします。

### 【例】

- ・わからないところは聞く、助けてもらう(クラスメイト、大人)
- ・困ったときに助け合う ・はげまし合う ・アドバイスし合う
- ・話し合う(言語能力、コミュニケーション能力を発揮)
- ・傾聴・敬意の姿勢を持つ ・議論する ・評価し合う
- ・お互いの得意を生かして一緒に作成する(協働)
- ・情報を協力して集める ・新たな価値やアイデアを見出す
- ・多様な意見を合意に導く(合意形成、対立を乗り越える) …等

3つのスキルを使ってみて、それらが発揮できたかを振り返ったり自己評価したりしながら学習し、少しずつスキルアップさせていきましょう。うまくいったこと・いかなかったことを3つのスキルに整理して分析することで、成長につながっていきます。

初心者  
習得・定着



失敗は次につながるための「学び」!

一人前!  
わかる・獲得



昨日の自分より成長

熟達者  
使えるレベル



伝説の学習者へ!!  
人生は続く!

学び方スキルを知っている

学び方スキルを  
どこか使ってみる

学び方スキルを一通り  
使ってみる

学び方スキルを  
バランスよく使ってみる

どんな時にどんな  
学び方スキルを  
使えばよいかわかってくる

振り返り等から  
自分に合う  
学び方が  
わかってくる

手引きがなくても  
学び方スキルを  
発揮しながら  
学習できる

学び方スキルを  
それぞれ説明でき、  
人にも教える  
ことができる

学び方スキルを  
状況に応じて  
バランスよく  
使える

感覚的に自分  
なりの学び方  
スキルを  
発揮できる  
「生き方」も豊かに!