

フォーサイト手帳活用事例集

～保存版～

0. はじめてフォーサイト手帳を使う（先生方の準備）
1. はじめてフォーサイト手帳を使う（中学）
2. はじめてフォーサイト手帳を使う（高校）
3. PDCAサイクルの習得を目指して使用する
4. ICTとフォーサイト手帳を併用していく
5. 学習習慣の改善を目指して使用する
6. 活用事例とサポートツールのご紹介

ICT（タブレット）と手帳 併用事例集

- ①大阪薫英女学院中学校・高等学校 A 先生
－ 自分の手で書いてきた手帳は何よりも宝物になる －
- ②札幌日本大学中学校・高等学校 N 先生
－ ICTと手帳、それぞれの特長・強みを活かして使い分ける －
- ③山脇学園中学校・高等学校 T 先生
－ 紙に書くことで見えることがある －
- ④姫路女学院中学校・高等学校 I 先生
－ 手帳のメリットはすぐに開ける・書ける・見れること －

0.はじめてフォーサイト手帳を使う（先生方の準備）

学年で指導を統一することで、無理なくはじめることができた

事例）福岡市立片江中学校

効果

時間の使い方が格段に変わっていった

- 手帳活用を通じて・**80%**の生徒が**効率的に時間を使える**ようになった
・**75%**の生徒が**勉強時間を増やす**ことができた
- 生徒の声
- ・自分で自分の行動を管理するので**メリハリ**をつけられるようになった
 - ・**自分で時間管理**ができるようになった
 - ・偏って勉強していたことに気づいて、**次の週に改善**したり補ったりすることができる
 - ・**時間を意識して行動**するようになった



片江中学校勉強会
資料ダウンロード

事前準備

導入前に、学年で指導法を統一する機会を設ける

フォーサイトの導入前に、学年の職員で同じ認識を持つため、動画を視聴し、**フォーサイトを使う意味、利点の理解**を図りました。

そして、**全クラスでチェックの仕方、どの部分を見るのかを決め**、まずはそれを1か月実践することにしました。

使い方

まずは毎日記録から、次に計画型に挑戦

まずはスライドとガイダンス動画を使って、生徒へフォーサイトを使う**意味、利点の理解**を進めました。

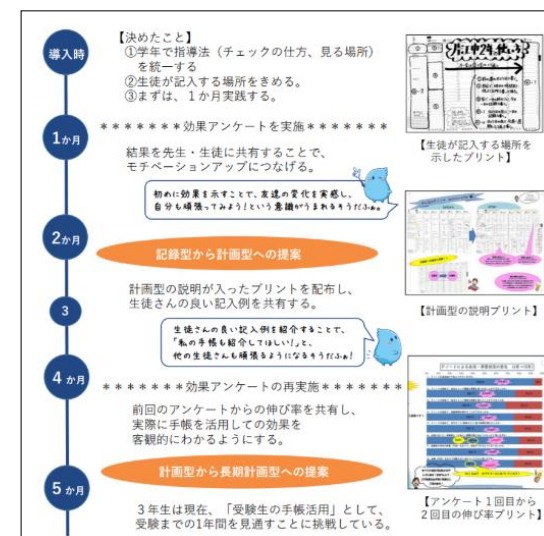
そして、使い方（記入する場所）をプリントで説明し、**1か月毎日記録すること**、からスタートしました。

このタイミングで、一度アンケートを実施し、その結果について**学年の掲示板＋学年職員に提示**し、フィードバックを行いました。

7月からは、いよいよ**記録型から計画型**へ挑戦する、ということで改めてどのように書いたらいいのか、プリントで説明し挑戦していきました。

うまく記入できている生徒の手帳をどんどんマネできるよう、GOODポイント！とフィードバックを記入したものを進路学習通信に掲載し、共有しました。

少しずつステップアップしていくことで、6月の時点では課題だった、日々の時間を計画的に使う習慣をつけること、全員が毎日記入することを見事クリアし活用できるようになってきました。



1. はじめてフォーサイト手帳を使う（中学）

指導の方針が明確になり、生徒が自分で考えるようになった

事例）北広島市立広葉中学校

目的

フォーサイト手帳導入のきっかけは意欲喚起

手帳活用の目的・きっかけは**忘れ物対策や計画を立てるのが苦手な生徒への意欲喚起**です。
まずは基本的なところで、手帳で生徒の生活の立て直しを進めることが出来るならばと考えました。
生活ノートはちゃんと書きなさいといった指導にどうしてもなりがちですが、FSは、**予定がこう変わったから修正しなさいと具体的な指導**
が出来るようになりました。

使い方

チェックする回数は減らし、手帳を開かせる回数は増やす

生徒の手帳は、朝読書の時間に、一列だけ確認して終わりです。なぜなら集めてしまうと、その時間生徒は使えなくなってしまうからです。見るところをパッとみて、気づいたときに個別声掛け。これで十分です。帰りの会では明日の予定を書いてもらっています。これで2回最低限開かせることを確保し、後は家で1回開いてもらいます。



変化

生徒の意識が変わり、主体性が向上した

付録のマネジメントナビがかなり役に立っています。**計画を立てるときの指導が大分楽**になりました。これまでは細かくフォローできていなかった部分も今では、ナビを手元において自分で考えるようになり、それを手帳に反映させられる生徒も出てきています。なれてくると自分たちで工夫をするようになってきます。時間割の意識、持ち物・忘れもの対策からはじめ、提出物管理、予定・計画づくりにまでレベルアップし、今このあたりにいます。本校としては、最終的に1年の計画を立てられるようになることを目標に、まずは一ヶ月間の予定がしっかり立てられるようになることを目指して先生方が指導されています。

工夫

記入例を配布するなどの工夫を行う

テスト計画の記入例をいくつか子供たちに提示するなどの工夫もしています。記入でお手本があればそれを写真に撮って学級で紹介をしたりしています。ただ、毎日のチェックは列ごと、班ごとのチェックなどを工夫して行い、できるだけ負担感が起こらないような工夫をしています。そのおかげで**以前よりも丁寧に書き方について指導**できるようになりました。一人一台のタブレットを家庭でも使用できるよう、グーグルアカウントとパスワードのシールをフォーサイトに貼らせて管理しています。

2. はじめてフォーサイト手帳を使う（高校）

3年間を主体的にデザインし、記録と共に成長する

事例）鹿児島県立徳之島高等学校

目的 主体的に学ぶ生徒の育成

手帳を導入したきっかけは生徒たちに主体的に学ぶ姿勢を身につけてほしかったからです。
 将来自分がなになにになりたいか、そのためにどんな力を身につけるべきか、自分をコントロールし、成長させるツールとして気軽に書き込める手帳がいいのではないかと思います。授業ノートとは違い、手帳は一人ひとり書くべき内容が違ってくるので、**手帳に書き出すことで先を見通す力、振り返る力、継続して記録する力を身につけることができます。**
 自分自身を客観視し、日々向上していくことを楽しめる人たちになってほしい、そんな想いで手帳指導を行なっています。

工夫 自分ルールで手帳を「役立つ・必要・便利」なものに

手帳の記録は4色ボールペンを使って、黒「日常の予定」、赤「テストや重要な日」、青「部活動」、緑「趣味」など色で思考の整理をしたり、実行したら線で消して達成感を味わったり色々な工夫を生徒に紹介しています。**手帳は書くことで役立ち、習慣化することで便利なものになっていきます。**
 「主体的に学ぶ生徒を育てる」ためのツールとして生徒自身が手帳の良さに気づき、活用していくためにも自分なりの書き方を見つけさせることが楽しく手帳を書く習慣に繋がっていくと思います。

変化 「徳高タイム」でルーティン化

手帳を書く時間を『徳高タイム』と名付け、全校で無理なく負担なくできるルーティンを作っています。
一日の見通しが立てられるように、朝礼の後に前日の振り返りと今日のやることの記入、終礼では帰宅後の予定の記入を声がけています。
 その結果「最初は面倒くさいと思っていたけど、やるべきことを書いて消して...と繰り返しているうちに勉強もはかどり、成績が上がった」、「記録することで時間の使い方を気にするようになった」と言ってくれる生徒が増えてきました。
 集会や講演会、移動教室でも手帳を持たせるようにしているので、生徒たちにとって手帳はいつも近くにいる友達のような存在になっていると思います。



3.PDCAサイクルの習得を目指して使用する

予定はずれること前提！最低限を決める計画立案

事例）札幌市立あやめ野中学校

目的

学び方を学ぶのに手帳を活用！

全校で、手帳の使い方について説明をしたり、先輩から話してもらったりして取り組んでいます。総合的な学習の時間で「学び方を向上させる」アクティブラーナーへのみちとして、**自分の勉強の仕方を自分なりに考えたり把握したりする時間を年度初め、テスト前、学期はじめ**などで時間を取っています。

テスト計画、長期休暇計画、教科連絡についても基本的にはフォーサイトに書くようにし、使えていない生徒でも、最低限教科のことは書けるというところから少しずつ始めています。



あやめ野中学校
 勉強会資料
 ダウンロード

使い方

手帳のチェックはするが、基本的に手帳は生徒の手元に！

朝と帰りに**学活で日直が「フォーサイトを開いてください」**と声がけをし、朝は前日の記録、帰りには放課後の予定の記入することを促す先生方もいます。

担任が最低週に1回手帳を見ることとしていますが、**基本的に手帳が生徒の手元にあることを優先**しています。

工夫

予定が決まっていなところは、時間を確保しておくだけ

【テスト計画】

- ①ToDoリストを作成 → やったら✓をいれる
- ②リストの中で優先順位をA～Dに設定する
 A：必ず提出する B：絶対にやりたい C：できればやりたい D：余裕があればやりたい
- ③期限（×切）を設定する
 こまでできたら、フォーサイトに③の期限日（×切日）に書きはじめ、
 ペース（ワーク1周目、教科書〇P分 など）配分して進めていくようにしています。

【長期休暇計画】

細かい予定が分からない日については、**予定が決まっているところだけ記入すること、勉強をする時間を四角で確保して、やったら内容を埋めるように**することを勧めています。

異学年交流として、**おすすめのテスト勉強方法を先輩に書いてもらったり、高校受験を控えてこうしておけばよかった、**ということを教室に来て話してもらったりしています。



4 .ICTとフォーサイト手帳を併用していく

タブレットと手帳の使い分けでPDCAサイクルを定着させる

事例) 駒場学園高等学校

使い方

タブレットでデータを蓄積し、手帳で振り返りを行う

タブレットは、連絡事項の伝達やデータとして蓄積することには便利な道具です。一方、発想したり創造的な思考を広げていくのは紙の方が自由度は高く手帳の方が圧倒的に向いていると思います。
また、**書いたり描いたりした「思考の跡」をたどれる点が、タブレットにはない隠れた機能**だと思います。主に「ふりかえり」とこれに基づくPDCAサイクルを定着させる指導を重点的にを行っています。

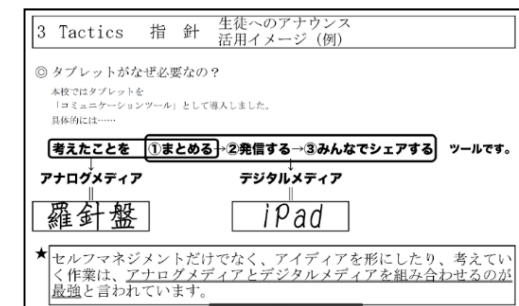


駒場学園高等学校
勉強会資料
ダウンロード

意義

最初に手帳とタブレットを併用する意義を伝えた

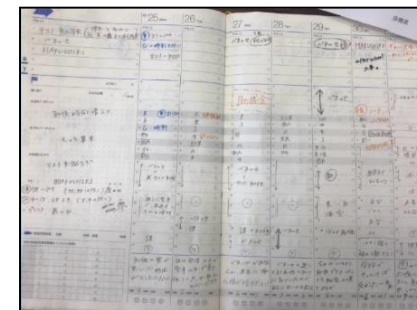
手帳とタブレット両方使える人になってほしいから両方使いなさいと伝えるようにしています。タブレットは基本的にデータで一覧性もないため、振り返りができる方は紙です。データはスクロールとか面倒くさくて、見ないです。でも手帳は自分の字なので汚くても何でも見てしまいますよね。**自分で書いたものはやっぱり大事**になるみたいです。なので、その両方の意義を伝えるようにしていますが、苦労もします。苦労もしますがそういった教員側の苦労とは別に生徒たちはやっていると思います。



変化

現在では自然と生徒が使い分けられるようになった

「タブレットにはさまざまなアプリがあって何でもできるから、今さら手帳は必要ないのでは？」という議論があるかと思いますが、本校でも手帳を導入した当初、このような意見も少なからず出ました。理屈では手帳不要と言えばその通りですが、実際は違いました。多くの生徒がよく書き、書いたページを振り返っています。
これは何より担任を始めとした現場の先生方の指導の賜物ですが、**タブレットではどうしても得られない手帳の良さがある**からだと思います。
生徒は、使用頻度や書き込みの多さ少なさには差がありますが、タブレットと手帳を自然と使い分けています。生徒への指導の前の段階で、手帳の意義への理解が得られれば定着もあつという間だと思っています。
現場の先生方の理解を得ることが成否を握るかと思っています。



5. 学習習慣の改善を目指して使用する

生徒同士での確認、フィードバックで意識が変わっていった

事例) 京都市立嵯峨中学校

効果

書くことで期待できる複数の効果

- 主体的な学習：主体性・自主性が大きく向上し、自ら学習する姿勢が身に付いている。
- 学習習慣：学習習慣が身に付き、学習時間が大きく増加している。
- 時間管理：時間を大切にしようとする意識が大きく向上している。
- 見通し力：先のことを見通して行動しようとする意識が大きく向上し、計画力が高まっている。
- 自己肯定感：「振り返り」の繰り返しによって成長実感を持ち、自己肯定感が高まっている。

指導方針

導入前に、全校で指導方針を決定

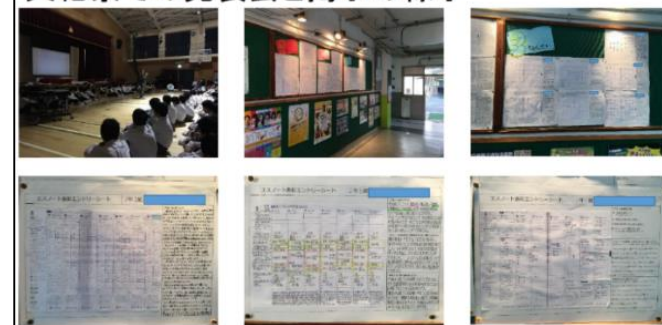
- 全校のテーマとして「準備する力」を身に付ける。
- そのために、定期テストの準備、課題提出の確実な対応につなげ各学年の重点テーマを設定しました。
- 1 学年：「生活習慣」「学習習慣」の確立に重点化
- 2 学年：「弱点克服」「得意科目の伸長」などに取り組む
- 3 学年：「進路」指導と高校での探究始動への誘導

使い方

「準備する力」は1回では身につかない。

- 「計画」する力は「準備」する力がまず必要になります。
- その「準備する力」は1回教えて身につくものではなく、「練習」や身近な人の「アドバイス」を日々受けることで身につくものです。
- これを身に付けるために、下記の方法を実践しました。
- 月曜日の朝のSHR時に1週間の予定を日直が確認する
- 各人で1週間を見通したうえで今週やるべきことを考える
- 「今週のやること」の欄に記入
- 金曜日の終礼で生徒同士がお互いの手帳を確認。スタンプの捺印
- 結果、学力低位層の意識が向上。
- 教員も協力して「宿題」を「調べ学習（予習）」に重点を置くものに
- 結果、生活実態調査で「予習時間」が伸びた。

文化祭での発表会と掲示の様子



6.活用事例とサポートツールのご紹介

フォーサイト手帳サポートページ

フォーサイト手帳ご導入校様限定ページです。下記コンテンツを随時更新中です！

- ◆定期配信のサポートメール
- ◆タイプ別活用方法
- ◆過去開催分勉強会の見逃し配信
- ◆ガイダンス動画・教員研修動画



<https://foresight-planner.jp/member/>

パスワード「2 2 4 3 1 0」
※ブックマークで保存しておくと便利です。

セルフマネジメントナビ

セルフマネジメントナビとは…

- ・PDCAサイクルを身につけるためのワークノート
- ・15分の講座が13回分
- ・LHRや総学、総探でも使える

講座例) 「自分を成長させるゴールとは？」
「計画の立て方」
「時間の使い方」
「振り返りはなぜ大切？」等



ガイダンスDVD

目的共有・動機付け・手帳の使い方、全て叶える！
「生徒に見せるだけでスタートアップできるDVD・動画」です



- ①【ガイダンス動画】
手帳の目的や使い方を学びます
- ②【動機付け特化動画】
継続するコツや、大切さを学び
やる気を高めます

効果見える化レポート

生徒の活用状況を数値で把握！

時間を意識するようになりましたか？
「自分が成長したという実感がありますか？」等、生徒用のアンケート。貴校の結果をデータにしてお送りいたします。



サポートメール
一覧はこちら



サポートメール一覧からは
資料のダウンロードも可能です！



タイプ別の活用方法も
ご覧いただけます！



タイプ別活用方法
はこちら

自分の手で書いてきた手帳は何よりも宝物になる

大阪薫英女学院中学校・高等学校（大阪府） A 先生

ICT（タブレット）の使用目的と用途

生徒はタブレットに組み込んだ複数のアプリを授業だけでなく、休み時間や放課後に自分のペースで学習しています。

例えば英語のリスニング学習をしたり、次回の模試で出題範囲に同期した学習教材を学んだり、各自が手元で視聴覚資料を見て学習に活かしたりしています。

英語の授業における使用例では、画面上にその日の学習テーマとコンテンツを明示し、単語を画面上にフラッシュカードのようにテンポよく表示させながら発音をさせたり、英語によるプレゼンテーションを生徒どうしで互いにタブレットで簡単に録画し、それをもとに自分自身の振り返りをしてから、より良いプレゼンができるよう繰り返させる。といったように、ICTならではの切り口で授業が展開され、興味を持たせる学習方法を実践して生徒に学習を「好き」になってもらう工夫をしています。

フォーサイト手帳の使用目的と用途

学習計画立案とそのチェック、日々の学習や学校生活での相談などの記入を生徒にさせています。
複数の教師でそれをチェックしてさまざまなアドバイスを書いて返したり、学習や学校生活の悩みに寄り添ったコメントを伝えたりしています。

画面の文字よりも自由に、気楽に書き込めるので、自分が書いた文字や色からその時の自分の気持ちや意識を読み返した時に思い起こさせるので、より鮮明に目標達成への意欲が湧いてくると考えています。

自分で立てた目標を自らの字で書きつけ、それに対して日々の積み上げていく行動を書き加える。
この工程を重ねて作り上げた手帳は、受験を控えた生徒にとっては何にも代えがたい貴重な財産であり、自信につながります。
受験前はもちろんのこと、将来においてもこの手帳は自分の軌跡になり宝物になります。
これが、今の時代でも紙の手帳を使用するメリットだと思います。

ICTと手帳、それぞれの特長・強みを活かして使い分ける

札幌日本大学中学校・高等学校（北海道） N 先生

ICT（タブレット）と手帳の使用目的

▼ICT（タブレット）の目的

H Pで紹介している通り、ICTは進んでいる方かもしれません。

教科書、ノート、プレゼンテーション、授業も I C Tを活用した方がスムーズです。クラッシーで学習時間を入力し、様々なことを見える化出来るという利便性もICTの方が優れていると思います。

▼フォーサイト手帳の目的

以前別の手帳を使っており、ICT稼働の為にストップしていましたが、昨年、やはり手帳だということになり、フォーサイト手帳を知り活用することになりました。

ICT（タブレット）と手帳の使い分け

手帳が優れているところは「計画を立てる」「先々の見通しを考える」この力は手帳の方が優れている。利便性も手帳の方が上だと思います。ぱらぱらと簡単に見ることができる、手軽さ、使い勝手、先生とコミュニケーションをとるのも手帳の方が便利です。

ICTはカーナビを使って目的地に行くイメージ、手帳は目的地まで自分で調べて自分で計画を立てて進むイメージ。どちらが道をしっかり覚えるか？（実力が付くか？）間違いなく手帳の方だと自分は思います。

中学生はICTも手帳もどちらも活用する上で大変さは変わらないですが、中1、中2は手帳の方が優れていると感じますし、手帳は高校生的の方が重宝すると感じています。特に目的（進学・勉強等）を持った生徒にとっては手帳の方がいいと思います。

紙に書くことで見えることがある

山脇学園中学校・高等学校（東京都） T 先生

ICT（タブレット）の使用目的と用途

ICT教育に力をいれていくことは、文科省からも推進されていますし、社会にでてからも必要な力を培えることができます。そのため、学校としても総力をあげて取り組んでいます。令和2年度から教員にiPadが支給され、令和3年度から生徒にもiPadが支給されました。授業内でもロイロノートやGoogleClassroomなどを中心に活用しています。

▼生徒の活用状況

はじめに使用上の注意事項やルールを伝え、使い方を説明して使用しています。デジタル教科書やデジタル問題集を利用している教科もありますし、必要なものの写真をとって持ち運びしているので便利ようです。

フォーサイト手帳の使用目的と用途

一方で、紙ベースでの取り組みもなくすことはできないことであり、すぐに見ることが出来る、自分の手で書くことで見えてくることもあるなどのメリットもあります。そのため、スケジュール管理については手帳を活用させています。時折回収したり、クラスによっては手帳をiPadで写真にとってデータを転送させたりし、担任が確認をしています。

▼生徒の活用状況

手帳は今まで通り活用しています。授業中のノートをとることや手帳でスケジュール管理を行うことを通じて、今後も手を動かして書き込むことも大切にしていきたいと考えています。

手帳のメリットはすぐに開ける・書ける・見れること

姫路女学院中学校・高等学校（兵庫県） I 先生

ICT（タブレット）の使用目的と用途

タブレットは学習教材として活用することに限定、手帳は連絡事項の記入など主に自己管理に使用しています。タブレットと手帳はほぼ完全に分けています。学習教材はタブレット（iPad）に入れているClassiを使用することになっています。Classiについては目的に応じて制限を加えたり解除したりしながら、生徒に活用させています。

▼タブレットの主な使い方

- ・校内グループを使っの連絡事項等配信
- ・学習等取り組みを記録するポートフォリオ
- ・学習動画を使っの自学自習
- ・調べ学習に使用（インターネットの活用）
- ・リベラルアーツの授業での活用（タブレットに問題、感想などのシートが届く。）

フォーサイト手帳の使用目的と用途

手帳は毎日の連絡事項や予定の書き込みに使用しています。タブレットとは違い、1週間をまとめて見ることができます。これは予定を新たに組むときに一目で状況が分かるので便利です。

▼フォーサイト手帳の主な使い方

- ・日々の連絡事項の記録
- ・予定の書き込み

▼手帳のメリット

- ・すぐに開いてメモができる　まとめる→書くという作業が早くできる
- ・1週間がまとめてあるので前後の内容を確認しやすい