

## フォーサイト手帳 活用勉強会～手帳導入編～

### 【手帳が書けない生徒への指導について】

Q1. こまめに利用できている生徒と、そうではない生徒の差が大きいです。活用が進まない生徒にはどのような声掛けやアプローチをするといいのでしょうか？ …2P

Q2. 全く書かない、やる気のない生徒が多くて困っています。 …3P

### 【生徒のモチベーションについて】

Q3. 1 年間利用してややマンネリ化している。また年度初めはきちんと書く生徒が多いのですが、それが継続していきません。 …4P

Q4. 生徒の気持ちを盛り上げるために、手帳を有効的に使っている生徒を表彰するなどの取り組みを考えてはいるが、他にも何か生徒の気持ちを盛り上げるような取り組みがあれば教えていただきたいです。 …5P

### 【先生方の指導について】

Q5. 毎日のチェックに時間がかかりすぎています。他校ではどのくらいチェックしているのでしょうか？ …6P

Q6. 担任の先生方の負担感が、どうすれば前向きな気持ちに変わるのでしょうか？フォーサイト手帳を使うことによる効果はどうやって確認できますか？ …7P

### 【応用的な活用について】

Q7. 手帳が役立ったという、小さな成功体験をもっとさせたいです。また手帳の有効な使い方をどのようにアドバイスすればよいのでしょうか？成果の出る手帳の使い方をアドバイスしたいと思っています。 …8P

Q8. 俗にいうよくできる生徒への次へのステップアップの方法はありますか？よくできる生徒だと、書くこと自体が面倒になっている生徒もいます。そういった場合はどうするのがいいのでしょうか？ …9P

### 【3 年生からの導入について】

Q9. 3 年生から導入したけれども、3 年生にもなるとスタートの時点でかなり出来る出来ないの差が大きい。どのように指導したらいいのか？ …10P

### 【ICT との兼ね合いについて】

Q10. タブレットを入れていますが、どのように使い分け、併用していくのがよいのでしょうか？フォーサイトアプリも気になっています。 …10P

## 【手帳が書けない生徒への指導について】

Q1. こまめに利用できている生徒と、そうではない生徒の差が大きいです。  
活用が進まない生徒にはどのような声掛けやアプローチをするといいのでしょうか？

A1. やり始め、乗ってこない生徒、白紙が続く生徒、いろいろ出てくると思いますし、実際目を見るとイライラすると思います。先生も人間ですから仕方ありません。

対処法としてアドバイスできることは、まず、「フォーサイト手帳の利用」は「強制ではない」し「決まったお手本があるわけではない」。敢えて言えば、ほんとに自分と向き合い、アクションを考え、PDCA を回している生徒には「もうフォーサイト手帳は使う必要がないね。卒業だね。」と言ってあげていいものだと思います。なぜなら、フォーサイト手帳は生徒の成長を支援する道具だからです。必要のない人が無理に使うことはありません。

その上で、書くこと、考えることが苦手な生徒には、一つでいいから、考えて書く場所を相談して決めてあげてください。「自分のために使うものだから、思いつかないのに無理に使っているふりをするものじゃないんだよ」「でも先生は〇〇君がもっといるんなことができるようになって欲しいから、そのためには使って欲しいな」「書いてくれたら、先生も〇〇君がなににかんばっているかわかるから応援もできるし、なにか、いいアドバイスもできるかも知れない。一緒に「作戦」を考えてみない？」「でも先生は神様じゃないから〇〇君が考えていることや頑張っていること、頑張ろうとしていることはわからないこともあると思う。できたら書いて教えて欲しいな」というお話から始めて頂ければと思います。

フォーサイト手帳はそもそも、今回の学習指導要領で言われる、「主体的に学習に取り組む態度」をレベルアップさせるためのもの、ひと昔前の言葉でいえば「非認知能力」を育てるためのものでありたいと思い、開発した道具です。

従って、「学力」と「手帳の利用状況」は、当然、ある程度相関関係は出てきますが、絶対的な相関ではないと思っています。逆に、まだ自信を持てていない生徒にこそ、将来社会で生きていくため、自分の役割を見つけ社会に貢献するために、「段取りを組む力」「自分の能力・スキルを向上させることの大切さ」を理解し、手帳を使って皆様方との対話を通して気付きを得て欲しいと願っています。

という前提で、

- ・一番得意な教科の小テストで「100点」をとる勉強法を一緒に考えてみよう
- ・毎日の授業でよくわからなかった授業には「赤○をつけて」先生に教えて

といったところから始めてはいかがでしょうか。

## Q2. 全く書かない、やる気のない生徒が多くて困っています。

A2. 書くのが苦手というよりかは、そもそもやる気がなく、上記のようなアプローチでも難しい生徒さんもいらっしゃるかと思います。前の質問ではどちらかというと個別での対応策をご紹介しましたので、ここでは強制力を持たせた全体での取り組みをご紹介します。

手帳に慣れるまでの間は、習慣になるまで「とにかく開かせる」のが鍵であると先生方からお聞きしております。意味は二の次で、とにかく毎朝、毎帰りのホームルームで全員手帳を開かせる。手洗いや歯磨きと同じように、毎朝開くのが当たり前、手帳を持ってくるのが当たりの状態をつくっていきます。とある学校さんだと、必ず書いてもらうために、

- ・登校前検温をして、今日の欄に体温を記入

- ・朝担任が確認し、体調不良者に声をかける

ことを全クラスで実施しているそうです。コロナ対策への関心の高さから、ほぼ 100%で提出してくれるそうです。

このように、全員で取り組む時間を設けることが、定着するまでは必要になってくるかと思います。毎日3分だけでも、繰り返し時間を取ることは効果的だったそうです。また全校集会・学年集会は必ず持参し、話の内容をメモし、家でも開いてもらうために、感想や気づきを宿題として出し、翌日確認するようにしている学校もごございます。以下のようなタイミングで声掛けをしてみるのはいかがでしょうか？

1. 朝の SHR で連絡事項を言う前に「フォーサイト手帳を開いて」
2. 授業中に課題を出すときに「フォーサイト手帳にメモをしておいて」
3. 移動教室の時に「フォーサイト手帳も忘れずに持って行って」
4. 集会の前に「持ち物はフォーサイト手帳と筆記用具」
5. 帰りの SHR で連絡事項を言う前に「フォーサイト手帳を開いて」

このような強制的な取り組みをする際には、あわせて褒めていくことも大切だと聞きます。休み時間などの世間話の中で手帳を見ながら、今頑張っていることを聞いてみる。振り返りで書いてくれた内容が、リアルの会話の話題として使えるので声かけがしやすくなり、また頑張ったことを保護者連絡で伝えると喜ばれるそうです。そして今まで持ってこなかった生徒には持ってきてただけでも褒めてあげる。このように強制×褒めの指導で、だんだんと慣らしていくのがよいかと思います。

## 【生徒のモチベーションについて】

Q3.1 年間利用してややマンネリ化している。また年度初めはきちんと書く生徒が多いのですが、それが継続していきません。

A3. マンネリ化しているという学校様の事情を伺うと、たいていは、フォーサイト手帳を使う目的が定まっていなかったり、忘れていくことが多く見受けられます。先生も生徒も、何のために取り組んでいるのかが分からなくなると、面倒くさくなってしまいます。

そのため、先生方で再度目的を確認したうえで、

- ・先生がみんなを管理するために配って、提出してチェックするためではない
- ・みんなに自分と向き合う時間を作って欲しいから
- ・そして、みんなの夢や目標達成のための支援をしたいから採用した

という趣旨のお話をいただけるといいのではと思います。

ただ、目的を伝えてもすぐに生徒が忘れてしまったり、なかなか意図が伝わらなかったり、ということもあるかと思います。その際には、活用の目的や期待を込めた「ニックネーム」をつけてみることも一つの手です。素敵な事例をご紹介します。

①「羅針盤」・・・東京の私学の高校の事例です。自分の道標になるものという意味。

②「変身手帳」・・・大阪の私学の高校の事例です。自分の成長を助けてくれるもの。

先生たちで考えてもいいですし、生徒さんと一緒にアイデア出しをしてみるのもいいかもしれません。

逆に絶対に避けていただきたいのが、「スケジュール帳」と呼ぶことです。私どもは「アポ管理（人との約束を守る）」と「スケジュール管理（自分の時間をどう設計するか）」は違うというお話をしますが、一般的にはスケジュール管理と聞くと人は「アポ管理」を連想します。従って、先生方が「これはスケジュール帳です」と説明すると生徒は

- ・時間割を「写す」
- ・風呂に入った時間、食事をした時間を書き込む
- ・なんとなく、今日感じたことを一日の振り返り欄に書く

これで、終わってしまいがちです。練習期間はこれでもいいのですが、残念ながらこういう記述をいくら続けても成長は望めません。自分が今頑張っていることに、フォーサイト手帳がどんな風に役に立つのかを伝え、そのうえで書き続けることでその意味を実感してもらうことが大切であると思います。

Q4. 生徒の気持ちを盛り上げるために、手帳を有効的に使っている生徒を表彰するなどの取り組みを考えてはいるが、他にも何か生徒の気持ちを盛り上げるような取り組みがあれば教えていただきたいです。

A4. 生徒の気持ちがどれだけ盛り上がるかは実際のところ分かりませんが、先生も一緒にフォーサイト手帳に取り組んでみるのは、生徒のやる気を上げるうえで効果的だと思います。とある中学校の先生にお話を伺ったところ、先生も一緒にフォーサイト手帳を使っているクラスとそうではないクラスでは、活用している生徒数にも差が出ているそうです。

例えば、先生も一緒に1ヵ月継続すること1つ決めて「今週のやること」に記入し、できたかどうかを毎日のやることに○△×で記録しているそうです（コツコツ型の使い方）。

「先生もコツコツ型でこんなことを頑張ってるよ！」と話すことで、「私もこんなこと頑張ってる!」「俺もそれやってみようかな」と、クラスがより手帳で頑張ってみよう、という雰囲気になったそうです。もし先生用のフォーサイト手帳がない場合には、お手持ちの手帳で同様の取り組みをされるのでも十分かと思います。

また、生徒の取り組みを評価することも効果的であるとお聞きします。2つ事例を紹介させていただきます。

・チェックする際にABC評価をする

生徒は先生にきちんと評価してほしいと思うものです。そのため手帳の内容をチェックする場合は、ただ見ましたというハンコを押すのではなく、先生自身で決めた観点で、例えばABCという観点で評価を付けます。基本はB、良く考えていたらA、全然書けていなければC。差をつけてあげることは意外と、生徒の気持ちを盛り上げる効果があるそうです。

・クラスの競争意識に火をつける

福岡市にある中学校では、朝の会を担当が対応しますが、副担任の先生が各教室を回って、朝の手帳と向き合う時間の様子を評価し、金色や赤色のシールで生徒が見えるところに一覧表を貼りつけて、集中しているクラスをみんなが褒める取り組みをしているそうです。こうすることで、競争意識の中で、クラス全体でしっかり取り組もうという雰囲気になっていくようです。

上記の事例から、生徒は先生から評価されることを実は求めている、ということが分かるのではないかと思います。

## 【先生方の指導について】

Q5. 毎日のチェックに時間がかかりすぎています。他校ではどのくらいチェックしているのでしょうか？

A5. 特に中学校ではやはり目を通したいというお気持ちが強いと思いますし、その方が効果はあがると思います。しかし、この働き方改革が叫ばれる中、毎日1コマ使ってコメントして返すというのは現実的ではありません。

朝の読書の時間を使って、列ごとに週一回確認して、ABCで評価しフィードバックをしている学校がございます。他にも、掃除当番の生徒の手帳を掃除の監督をしながら行っている先生もいますし、私は給食指導の時間を使うのもいいかと思います。中には、体育の時間に教室にでかけ、全員の分を一気に見るという方もいるでしょう。

掃除の時間や給食の時間をおススメするのは「対話ができる」からです。見た瞬間に、「○これどういうこと？」「△さん、きれいにまとめているね。先生見やすいわ」「お、□□くんは『今週やること』も使っているんだ、カッコいい！」など、コミュニケーションを交えて、フィードバックができます。給食の時間は全員が揃っていますので、ABC評価した結果、もし、Aの子がいたら、みんなに紹介してあげるとか、いなくても、しっかり考えている子が多かったから先生はうれしいといった一言を伝えるだけで生徒のモチベーションは上がると思います。そんな基本指導をしつつ、気になる生徒がいたら、個別にどう？と声掛けして頂ければと思います。

Q6. 担任の先生方の負担感が、どうすれば前向きな気持ちに変わるのでしょうか？フォーサイト手帳を使うことによる効果はどうやって確認できますか？

A6. 先生方の負担感を減らす方法としては、上記のように無理のない仕組みを作ることがいいと思います。「前向きな気持ちに変わる」ことについては、やはり学年全体で導入しても、担任の先生全員が前向きな気持ちでスタートしたかと言ったらそうではないことの方が多いと聞いています。もともと導入に反対していた先生がいらっしやったり、面倒くさいことが始まったと内心思っている先生がいらっしやったり。直接の解決策になるかは分かりませんが、先生方のモチベーションを上げることに成功した高校様の取り組みをご紹介します。

東京都の私立高校の事例です。数名ほど何とか手帳を活用しようと頑張ってくださいている担任の先生方に声をかけて、取り組みについて発表していただく「実践報告会」というものを学年で実施したそうです。「いかに習慣化するか？」という共通テーマで、クラスでの具体的な取り組みについて発表いただくというものです。積極的に活用している生徒を、クラスみんなの前で褒めるという取り組みは有効であるという話をしていますが、同じことは先生方にもいえるそうです。机を並べていた同僚の先生がいつの間にか手帳の活用で実践報告しているというのは刺激になったそうです。

また「フォーサイト手帳を使うことによる効果はどうやって確認できるか？」ということについては、弊社で無料サポートとして「効果見える化レポート」というものを実施しております。

「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、マークシート形式の生徒用アンケートです。こちらはクラスごとに集計して結果を出すことができ、それぞれの結果をデータにしてお送りしております。アンケートはWEB か紙かをお選びいただけます。

クラスごとに結果を出すことで、学年でルールを決めていても、やはり結果に違いが見えます。結果を見て終わり、ではなく、是非この結果を受けて、上記のような取り組み勉強会を実施していただくと、何気ない工夫などが発見でき、2 学期からのさらなる活用にもつながるかと思います。効果見える化レポートの詳細や活用については、6 月に夏休みの手帳活用と合わせて勉強会を実施予定ですので、是非お申込みいただければと思います。

## 【応用的な活用について】

Q7. 手帳が役立ったという、小さな成功体験をもっとさせたいです。また手帳の有効な使い方をどのようにアドバイスすればよいでしょうか？成果の出る手帳の使い方をアドバイスしたいと思っています。

A7. とある高校では、「マイチャレンジ」として8つのテーマで、全校生徒がそれぞれ自分のチャレンジ目標を設定して取り組むプロジェクトを実施しているそうです。マンダラート（大リーグの大谷選手の高校時代の事例が有名ですね）を用いて中心に自分のゴールを書き、それを達成するための8つの分野の目標を考えさせるとともに、これまでの実績を書きます。テーマは「生徒会・委員会」「部活動・サークル活動」「プロジェクト実行委員会」「自分の個性・強み」「ボランティア活動」「学習」「資格・検定・表彰」「探究活動」の8つです。これらの「目標」が全て達成されて「実績」となったら、進路決定できるというシステムにしているそうです。そして、目標の中で「これを成し遂げれば、他の全てに大きなインパクトを与えるものはなにか？」と言うものを選び出し「マイチャレンジ」として設定します。

そして、「マイチャレンジ」として設定したものを、フォーサイト手帳の「今週のやること」に書き、コツコツ型（能力アップの使い方）の使い方で、毎日の「やることの欄」にできたかどうかをチェックしていきます。

このようにチャレンジの視点を与えて手帳に取り組ませることで、「こんなことも出来るようになった」、「次はこんな挑戦をしてみよう」と、自分の成長や成功を実感しやすくなっていくかと思います。



Q8. 属言うよくできる生徒への次へのステップアップの方法はありますか？よくできる生徒だと、書くこと自体が面倒になっている生徒もいます。そういった場合はどうするのがいいのでしょうか？

A8. 会の中でもご紹介した通り、生徒には3つの成長ステップがあります。言ったことができない「依存型」のセルフ・チェックの段階、言われたことはやる「自律型」のセルフ・コントロールの段階、そして言われなくてもやる「自立型」のセルフ・リーダーシップの段階。この成長イメージを持ったうえで、かつこの成長イメージを生徒にも伝えたいうえで、この生徒は次どの段階かな？ということ意識して指導をされると良いかと思います。

またセルフ・コントロールやセルフ・リーダーシップの段階にいる生徒に対して、いつまでも「忘れ物や宿題をメモする」というセルフ・チェック型の取り組みを強制してしまうと、逆に自尊感情を傷つけてしまい、取り組まなくなってしまう。そのためそういった生徒さんは、セルフ・チェックの段階は”卒業”して、「セルフ・チェックは十分できているから、忘れ物はもうメモしなくてもいいよ。そしたら次は〇〇に挑戦してみようか？」といった声掛けをしてあげるのがいいかと思います。セルフ・コントロール、セルフ・リーダーシップのそれぞれのステップでの活用について、いくつかご紹介させていただきます。

#### セルフ・コントロール

- ・時間割の横に○△×を記載し、授業中に理解できなかったところは復習する
- ・宿題や小テストをメモするだけではなく、それをいつ準備するのか？予め時間を確保する  
今言われている学びの調整力を鍛えるための使い方、とイメージしていただければいいか  
と思います。

#### セルフ・リーダーシップ

- ・自分の希望進路実現に向けて、自分でやるべきことを考えて **ToDo** リストを作成し、「シッカリ型」で取り組む
- ・第2領域（緊急ではないけれど重要なこと、将来的にやっておくといいこと）に「コツコツ型」で取り組む

### 【3年生からの導入について】

Q9. 3年生から導入したけれども、3年生にもなるとスタートの時点でかなり出来る出来ないの差が大きい。どのように指導したらいいのか？

A9. 3年生は1年生と違い、基本を習慣化するというステップは飛ばさざるをえないので、受験に向けての使い方をしていただいて、集中するのがよいかと思います。受験生に特に求められるのがコツコツ型（能力アップの使い方）、テキパキ型（目標達成のために作戦を考える使い方）です。夏休みまでは特にコツコツ型を重視、夏休み明けからはテキパキ型に集中していく流れがよいかと思います。

### 【ICT との兼ね合いについて】

Q10. タブレットを入れていますが、どのように使い分け、併用していくのがよいでしょうか？フォーサイトアプリも気になっています。

A10. ICT との併用の取り組みについては、是非駒場学園様の取り組みをご覧ください。併用に至るまでの背景や取り組みについて詳しく書いていただいております。

<https://school-fal.com/uploads/files/tool/komabagakuen.pdf>

また現在フォーサイトアプリのトライアルを実施中です。トライアルのご希望や、ご相談等ございましたらフォーサイト手帳までお気軽にご連絡ください。