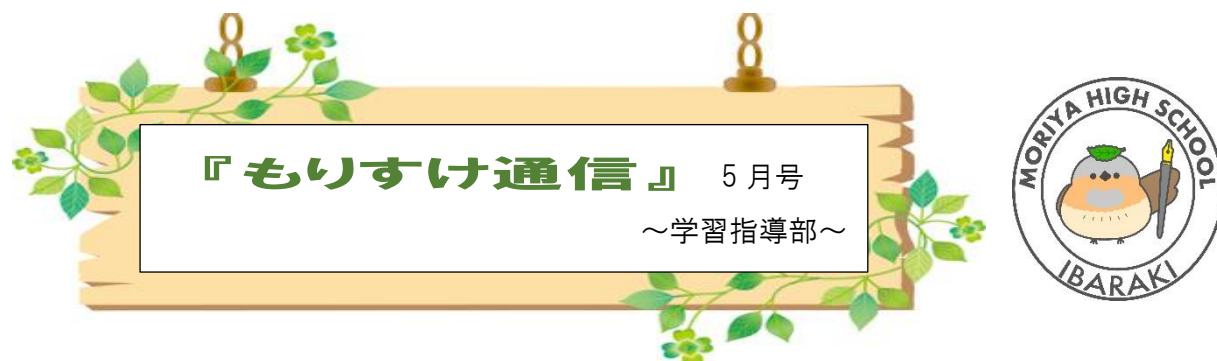




新緑のさわやかな季節になりました。ゴールデンウィークも終わり、新しい環境にも慣れてきた頃と思います。

さて、今月は第1回定期考査があります。特に3年生は自分の進路実現にかかわる大事な考査になりますね。1、2年生にあってはスタートダッシュを決めたいところです。計画的に学習していきましょう

チェック1：『もりすけ』の活用

『もりすけ』はうまく活用できていますか？昨年度よりも「もりすけ」を教室や廊下で見かけることが多いような気がしています。活用ガイダンスでも話しましたが、手帳活用がみなさんの高校生活の充実へと繋がります。日々の記録や振り返りを通して多くのことを学んでください。

P.144/145 「考査メモ」

日程やテスト範囲をきちんと記入します。さらに「考査に向けての決意」および「目標点」を書きます。記入が済んだら、その目標に向かって学習計画を立て、勉強に取り組みましょう。
考査終了後は「得点」を記録し、振り返ることを忘れずに。

P.156 「面談シート」

4月に担任の先生と実施した面談の内容は記録してありますか。この記録が次回の面談へと繋がります。どんな小さなことでもいいので書いておきましょう。

P.158 「模試の記録」

4月に実施した基礎力診断テストや実力診断テストの結果を書き込んでおきましょう。特にGTZの分析もしてみてください。次回の模試に向けての課題が見えてくるはずです。

P.163 「資格取得・検定試験の記録」

今月の英検を皮切りにぞくぞくと検定が実施されます。合否に関わらず、自身の挑戦の記録を残していきましょう。

チェック2：『振り返り』って大切なの？

- 『振り返り（リフレクション）』という言葉聞いたことがあると思います。毎日の授業で、もりすけの紙面で、他にも聞いたことがあるのではないのでしょうか。では、『振り返り』とは何なのでしょう？

「振り返り」とは自らの言動や傾向を客観的に捉えて、次に向けた改善点の洗い出しを行い、その改善点を実行することである。

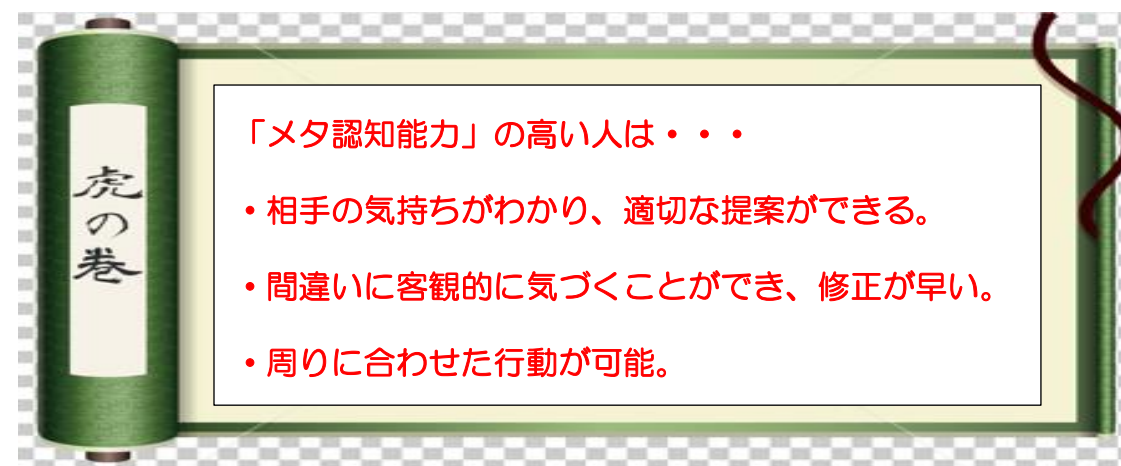
- 『反省』という言葉がありますが、「振り返り」と「反省」の違いは？

「反省」とはすでに起きてしまったことに対して、「なぜそれが起きてしまったのか？」「責任はどこにあったのか」など結果や要因またはその結果に対する責任に注目しています。つまり「過去の自分の言動についてよく考えること」と言えます。一方で、「振り返り」は焦点が結果や要因ではなく、それらを踏まえて具体的な次のステップを決めることにあります。「未来の自分の言動に向かっている」と言えます。

- 『振り返り』によって育成される能力の一つに「メタ認知能力」というものがあります。今、社会人に求められる能力として大変注目されています。では、『メタ認知能力』とは何なのでしょう？

「メタ認知」とは現在自分自身が行っている行動や思考そのものを認知の対象として、自分自身を客観的に認識する能力を言います。理解するのが難しい言葉ですので、具体例を紹介したいと思います。
例えば、料理をするときに、こういう順番ですれば効率が良い、と考えたり、人前で話すときに、話すスピードが速すぎないか、ジェスチャーを入れたほうが効果的か、具体例を入れるとわかりやすいか、と考えたりする場面でメタ認知が使われます。

つまり、メタ認知能力が身についていると、自分自身の思考や行動を正しく理解することができます。みなさんも「振り返り」を通して「メタ認知能力」を身につけよう。



「メタ認知能力」の高い人は・・・

- ・相手の気持ちがわかり、適切な提案ができる。
- ・間違いに客観的に気づくことができ、修正が早い。
- ・周りに合わせた行動が可能。