

令和5年度

教員のための

# 自己研修の進め方

---

アクション・リサーチの手法を用いて



岩手県立総合教育センター

# 目次

はじめに ～研修の大切さ～	1
I 自己研修の考え方	2
II アクション・リサーチの手法を取り入れた自己研修	4
III 自己研修の進め方と留意点	6
IV 自己研修を進めるために配慮する事項	9
V 自己研修のポートフォリオ	10
自己研修の進め方	11
VI 自己研修のためのシート	
自己研修のテーマ設定シート	12
Planシート	14
Do&Checkシート①	16
Do&Checkシート②	18
Actionシート	19
〔様式1〕自己研修計画書	20
〔様式2〕自己研修のまとめ	21
テーマ設定について	22
〔様式3〕自己研修シェアリング	23
自己研修を通して学んだこと	24

## はじめに ～研修の大切さ～

現在、情報化、国際化、少子化、高齢化などが急激に進み、「Society5.0時代」の到来、予測困難な時代といった大きな変化が生じています。さらに学校現場では、学ぶ意欲や規範意識の低下、いじめや不登校などの問題等が顕在化し、学校教育や学校教員はこれらの変化に伴う課題への対応に迫られています。

学校教育の充実、児童生徒の教育に直接携わっている教員の資質能力に負うところが極めて大きく、教員は、絶えず新しい専門的知識や指導技術等を身に付けていく必要があります。そのためには、教員は児童生徒にとっての重要なロールモデルであることを自覚しつつ児童生徒の主体的な学びを支援する伴走者として変化を前向きに受け止め、探究心を持ちつつ自律的に学ぶ主体的な姿勢が必要です。また、教員はこれから求められる資質能力の姿を明らかにした教員等育成指標を踏まえつつ、自らの学びのニーズに動機づけられ、職務遂行に必要な資質能力を定義しながら学びをマネジメントしていくこと、つまり個別最適な学びが求められています。その学びには、適切な目標設定と現状の適切な把握が不可欠であり、この「現場の経験」を含む学びを同僚や同じ研修者どうしで共有し、理解を深める機会を持つことで、教師が創造的で魅力ある仕事であることが再認識され、誇りを持ち働くことができます。

教員研修のねらいは、児童生徒の人間としての望ましい成長・発達を促すことを担う教員としての資質の向上にあります。それは、教育の目的が、人格の完成を目指し、平和的な国家及び社会の形成者として、心身ともに健康な国民を育成することにあるからです。国や社会の動きを的確に捉え、家庭・地域と連携・協働しながら様々な課題に取り組むことにより、児童生徒の確かな成長に寄与できる資質と能力を育成していくことが大切です。

### 関係法規

#### ○教育基本法

(教員)

第9条 法律に定める学校の教員は、自己の崇高な使命を深く自覚し、絶えず研究と修養に励み、その職責の遂行に努めなければならない。

2 前項の教員については、その使命と職責の重要性にかんがみ、その身分は尊重され、待遇の適正が期せられるとともに、養成と研修の充実が図られなければならない。

#### ○教育公務員特例法

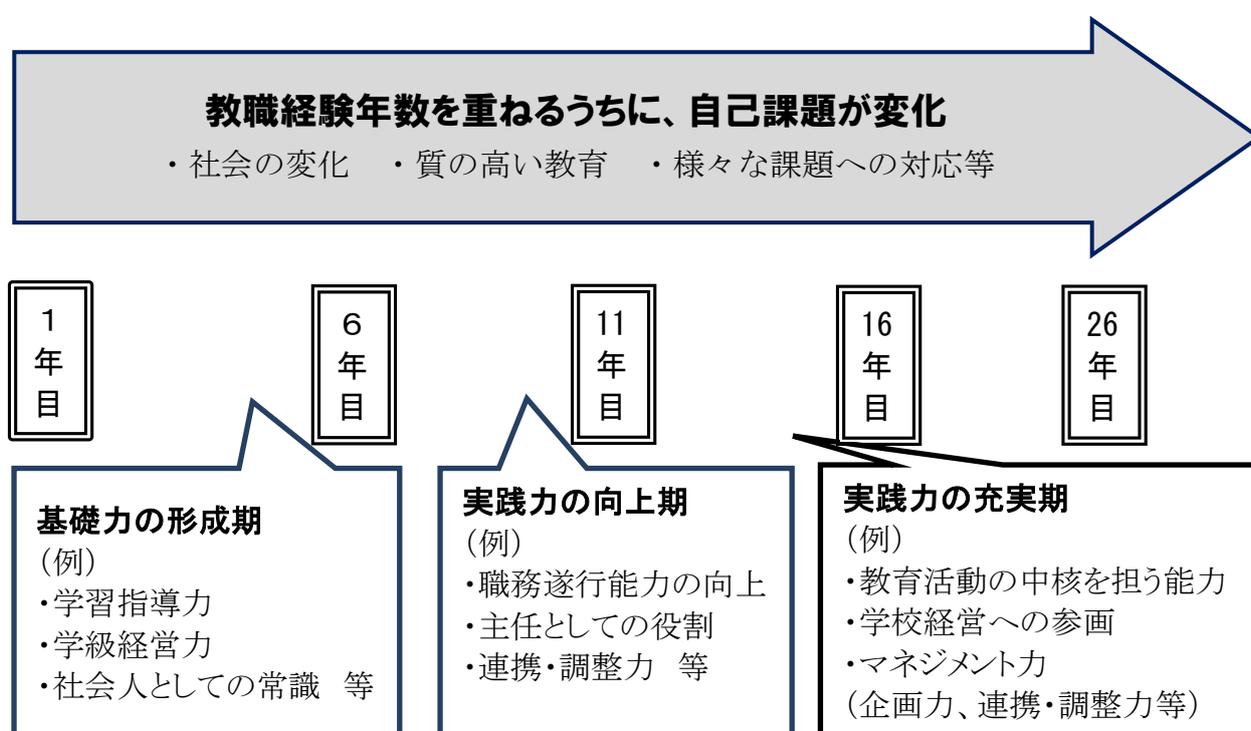
(研修)

第21条 教育公務員は、その職責を遂行するために、絶えず研究と修養に努めなければならない。

# I 自己研修の考え方

『令和の日本型教育』を担う教師の在り方」の中に、「新たな教師の学びの姿」として、改めて「学び続ける存在」（中教審答申）であることが示されました。初任者研修講座センター研修においては、アクション・リサーチという手法で、教員としての力量向上を目指していきますが、この1年間は、「学び続ける存在」という意味では出発点にすぎません。

次の【図1】のように、教職年数を重ねるうちに、自己課題は変化していきます。その時々々の状況に応じて職務を遂行できるように、私たちは、教職生活全体を通じて、「学び続ける存在」であることが不可欠です。



【図1】自己課題の変化

次ページの【表1】「岩手県における教員育成の概要 抜粋」（令和5年度 教職員研修の手引 岩手県教育委員会）は、改正された教育公務員特例法に基づき策定された、「校長及び教員としての資質の向上に関する指標」を受けた内容になっています。5年から10年でライフステージを区切ってみると、それぞれの段階で求められるものが変化していることが分かります。

私たち教員は、それぞれのライフステージに応じた能力を身に付けていくことが必要なのです。そのために、毎日の教育活動の中から課題を見付け、解決する実践を繰り返すことによって教員としての力量を向上させていくこと、これが自己研修の考え方です。

【表1】岩手県における教員養成の概要 抜粋

キャリア・ ライフステージ	目指す教員像
採用時	学習指導、児童生徒理解、生徒指導、学級経営など、教育活動に関する基礎的な知識・技能を身に付けている。
基礎力の形成期 【初任者研修】 【2年目研修】 【3年目研修】 1～5年	初任校における学校勤務の経験を通じて、教育活動に関する基礎的な職務遂行能力を身に付けている。
実践力の向上期 【教職経験者 5年研修】 6～10年	複数の学校勤務の経験を通じて、教諭としての基盤を確立し、自らの実践を常に振り返りながら、職務遂行能力を向上させている。
実践力の充実期 【中堅教諭等資 質向上研修】 11～15年	学校運営の中堅として、学校全体を見渡す視野を持ち、若手教員の模範となりながら職務遂行能力を更に高めている。
実践力の発展期 16～25年 【ステージアップ 研修〈前期〉】	中堅としての役割と責任を自覚し、同僚教員の資質向上を支援しながら、校内外に広く目を向け、関係者と連携して学校運営を牽引している。
総合力の発揮期 26年～ 【ステージアップ 研修〈後期〉】	教諭としてのこれまでの実践を基に、総合力を発揮しながら円滑な学校運営に貢献している。 また、教員としてのこれまでの豊富な経験を踏まえ、若手教員へのサポートを行うなど、人材育成に貢献している。

## Ⅱ アクション・リサーチの手法を取り入れた自己研修

### 1 アクション・リサーチとは

日々の教育活動（action）を進めながら行う実践研究（research）です。

何か特別なことを行うのではなく、日々の教育活動の中から、自己の課題を見付け、解決のための手立てを考え、実行し、その結果を振り返る自分サイズの実践研究です。

### 2 アクション・リサーチの特徴

アクション・リサーチの特徴として、以下の点を挙げるすることができます。

- ・自分の力量にあったテーマを設定することができる。
- ・実践の振り返りをすることにより、考えを深めることができる。
- ・手立てや計画を見直し、何度も立ち返ることができる。
- ・上司や同僚の意見を聞くことで新たな発見ができる。

本テキストでは「アクション・リサーチ」の手法を取り入れた自己研修の進め方について述べていきます。

### 3 自己研修（アクション・リサーチの手法）の流れ

本テキストで述べる「自己研修」はすべて「アクション・リサーチ」の手法を含めて「自己研修」と表記します。

自己研修の流れは、PDCA（Plan、Do、Check、Action）のサイクルで行われます。

Planは「自己研修のテーマ設定」から「計画立案」まで、Doは「実践」、Checkは授業や指導の「結果の分析及び考察」、自己研修の過程の「振り返り」および他の教員との「実践交流」、Actionは「改善」を示しています。一連の流れは次ページの【表2】のようになります。

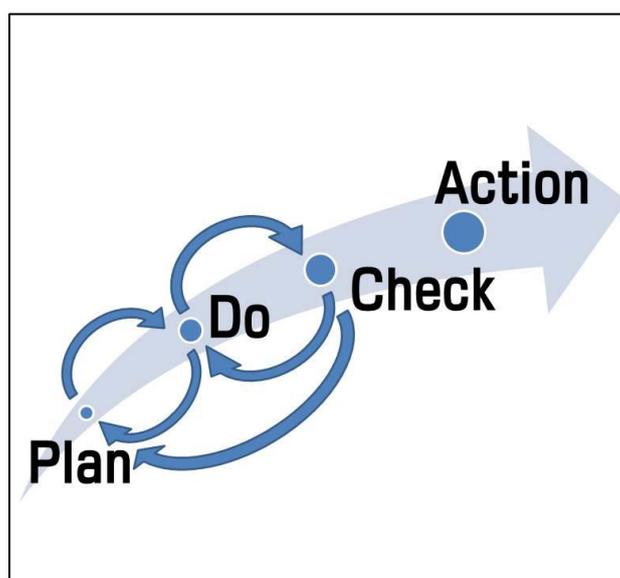
【表 2】 PDCAサイクルと自己研修の流れ

P(Plan)	自己研修のテーマ設定 テーマの明確化 情報収集と予備調査 方法や手立ての立案 児童生徒のゴール像設定 計画立案
D(Do)	実践
C(Check)	結果の分析及び考察 振り返りと実践交流
A(Action)	改善

具体的な取組については、次のⅢに記します。この自己研修では、「自己研修のテーマ設定」から「改善」までの取組がアクション・リサーチの手法になります。この流れは、仮説検証型の研究とは異なるので、下の【図 2】のように、思ったような指導の結果が出なかったり、計画立案に不備があったりした場合などは、「Plan」に立ち返り、やり直しても構いません。

例えば、学習内容を習得させるための「テーマ設定」をした場合、指導案や文献を読み考察を深めます。

しかし、児童生徒の実態にそぐわない計画を立案してしまい、有効な効果が出ない場合もあります。そのときに、なぜ効果が出なかったのか理由をはっきりさせ、再度「情報収集」や「方法や手立て」を見直し、「計画立案」し、実践することも可能です。



【図 2】 自己研修のイメージ図

このように、自己研修を進めることで、私たち教員の力量をアップさせることができ、さらに児童生徒のために良い学習環境を提供することにつながります。

## Ⅲ 自己研修の進め方と留意点

ここでは、自己研修の進め方について具体的に述べていきますが、表記の都合上、自己研修の流れを1から10まで表記しています。前に述べたように、自己研修は見直しや計画立案をやり直してもよい研修方法です。あくまでも表記上の番号として捉えてください。

さらに、自己研修を深めるためにはポートフォリオの作成を勧めます。一つひとつの過程を記録することで自己研修の振り返りに役立ちます。

### 自己研修に入る前に…現状把握

教職経験の浅い教員にとっては生徒指導や学級経営、学習指導などについての問題点を見いだすことは容易ではありません。12ページにある「自己研修のテーマ設定シート」の項目に記入してテーマを設定してみましょう。

#### 1 自己研修のテーマ設定

教員は日々指導を行っています。(生徒指導、学級経営、学習指導等) それらの指導上の問題点からテーマを設定し洞察を深めていくことが、自己研修を進める上で大切なことです。テーマは、校長及び教員としての資質向上に関する指標(教員等育成指標)に示されたキャリア・ライフステージで求められる資質の向上につながるよう設定します。

#### 2 テーマの明確化

自己研修のテーマを設定した時、物事の本質を見抜かななくてはなりません。自分が今回、設定したテーマにはどのような要因があるのでしょうか。教員としての指導力、児童生徒の現状、周りの児童生徒との関わり方など、テーマに関わる根幹を見つめ直すことをねらいとしています。

#### 3 情報収集と予備調査

学習指導には、参考となる文献や研究に関する書物などが発行されています。文献や書物などを紐解き、児童生徒の実態に合った情報収集が必要になります。また、学習内容に関わる事前テストも予備調査として有効です。

学級経営や生徒指導上の問題を自己研修のテーマとして設定する場合、文献や書物を参考としても構いませんが、児童生徒の実態や環境、要因などの違いによりうまくいかない場合も考えられます。しかし、必要最低限の情報収集や調査に配慮しなければなりません。

## 4 方法や手立ての立案

「方法や手立ての立案」では、実際にどのようにテーマを解決していくかが鍵になります。実際の指導のためにどのような手立てをとるのか、指導の順序も含めて考えましょう。

実際の指導のためにどのような手立てをとるのかについて、14ページの「Planシート」に明記してください。

## 5 児童生徒のゴール像設定

自分が立てた「方法や手立て」を実践するにあたって、児童生徒が具体的にどのようになれば課題が解決されたことになるのかという目標の設定が不可欠です。児童生徒の具体的な変容した姿等を追求しながら解決の手立てを実践していくことが大切だからです。

学習指導では、「〇〇ができるようになった。」という行動目標や「事後テストで〇〇点とれるようになる」という数値目標を設定する、具体的な目標を立てることができると思います。

生徒指導や学級経営では、数値目標の設定が難しい場合がありますが、事前アンケート調査を実施するなどして、できるだけ数値目標を設定し、事後アンケート調査により変容を分析することも有効です。

教員側の一方的な実践で終わることがないように、児童生徒の変容した姿を思い浮かべて目標を設定することが重要です。

## 6 計画立案

自己研修は、「自己研修のテーマ設定」の内容や「方法や手立て」の違いにより期間に長短の差が出ます。たとえば、学習指導についてのテーマを設定した場合、1単位時間で完結する場合があります。また、単元全体を見通して自己研修のテーマを設定した場合、5時間以上の実施期間が必要な場合もあります。

さらに、学級経営や生徒指導についてテーマを設定した場合、指導を複数回繰り返し行ったり、たくさんの「方法や手立て」を講じたりする場合があります。その場合、長期的な計画立案が必要になります。

「計画立案」では、自分自身無理のない「方法や手立ての立案」を心がけ、さらに児童生徒への負担も考慮します。

## 7 実践

指導において、自分の「方法や手立て」の妥当性を見極めることや、立てた計画をやりとげるようにすることはとても大切です。できれば、実践する際に、他の教員に見てもらい、客観的な意見や受けた指導を、次の「結果の分析及び考察」、「振り返りと実践

交流」に役立てましょう。必要に応じて、動画、音声、写真等で記録しておき、分析に生かしましょう。

## 8 結果の分析及び考察

実践後、「児童生徒のゴール像」へどれだけ近づくことができたでしょうか。十分な結果が得られたという場合もあるでしょうが、十分ではなかったという場合も考えられます。

自己研修では、「方法や手立ての立案」に立ち返り、繰り返し行うこともできます。

## 9 振り返りと実践交流

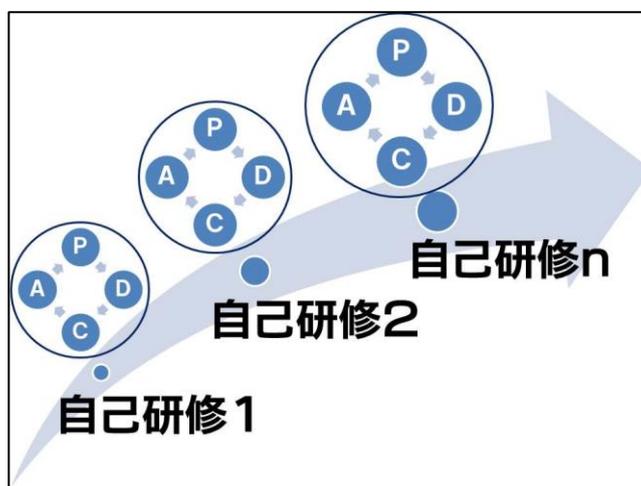
「自己研修のテーマ設定」から「結果の分析及び考察」までの自己研修の一連の流れを振り返り、テーマの設定や手立てが妥当であったのか、テーマの解決に向けた自己の取組の状況はどうであったのか等について文章でまとめましょう。枚数や文字数は指定しませんが、以後の新たなアクション・リサーチにつなげたり、他の研修者と交流したりするためにまとめておきましょう。

交流の場としては、校内や校外での研修会が考えられます。他の先生方に自分自身の取組の様子を紹介し、聞いていただき、意見や新たな指導方法などから、さらに取組の方向性を確認したり見識を深めたりすることができます。

## 10 改善

自己研修の進め方を継続的に改善していくPDCAサイクルは段階を経ながら解決し、振り返りや交流をすることにより、新たな課題や問題点を見いだすことができます。

そこで見いだしたテーマを用いて、さらに自己研修を繰り返し行い、見識を深めることも考えられます。また、【図3】のように自己研修を繰り返し行っていくことが、「学び続ける教員像」の確立へつながっていきます。



【図3】自己研修の全体像

## IV 自己研修を進めるために配慮する事項

### 1 自己研修の目的を確認する

自己研修を始める前、または研修中において、「なぜ、何のために」この研修をしているのかを確認することが大切です。自己研修は自己の資質を向上させ、さらには児童生徒の学習環境を改善していくものです。

自己研修の各段階で目的意識をもち、自ら進んで研修を行いましょよう。

### 2 自分自身のニーズを大切にす

自己研修を進めるに当たっては、現在の課題、学びたい内容、児童生徒に身に付けさせたい力など、自分自身のニーズが出発点になります。児童生徒の様子や自分自身を見つめ直し、今自分に必要なことは何かを明確にして、テーマを設定し自己研修を進めていく必要があります。

自分自身のニーズを出発点に研修を進めていくことは、主体的な研修につながります。単なる思いつきでテーマを設定するのではなく、学習環境を見つめ直したり、情報収集して見識を深めたりしながら、今取り組むべきテーマを明らかにする必要があります。

### 3 児童生徒と共に成長していく視点を大切にす

自己研修では、テーマを設定し解決の手立てを実行しながら、実践を積み重ねていくことで、教員の自己成長につながります。児童生徒は研究の対象者ではなく、共同研究者と考えてください。先生方の指導（自己研修）が学習環境を改善し、児童生徒のために生かされていきます。PDCAサイクルを有効に生かし、教員と児童生徒が共に成長していくという視点を大切にしながら自己研修を進めましょよう。

### 4 周囲の教員や上司との対話を大切にす

自己研修を進めるうえで、うまく進んでいるときも、うまくいかないとき、思うように進まないときにも、一人で判断したり抱え込んだりせず、周囲の先生方に相談していただくことが大切です。同じような経験をしたことがある先生から、的確なアドバイスをいただける場合があります。

計画を実施する場合、周囲の先生方に参観してもらいましょよう。参観したことを基に、対話をし、自己研修の妥当性や「手立て」に対する考えを深め、情報を共有することで互いの専門性の向上につなげていきます。

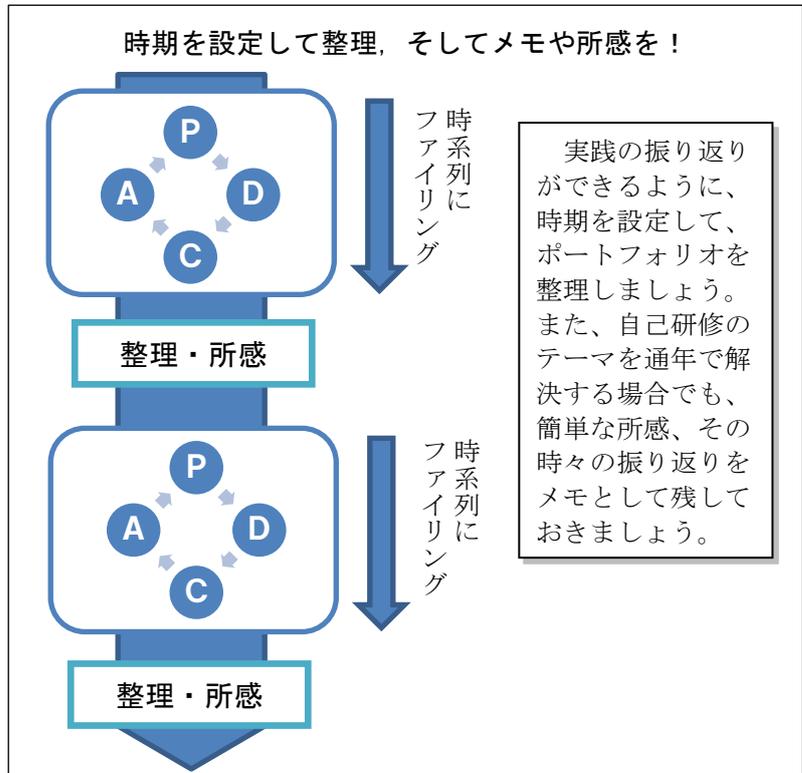
### 5 客観的に振り返る機会を設定す

「振り返り」でまとめた記録を活用しながら、自己研修全体を振り返る機会を設定していくことは重要です。時には、他の先生方からも意見をもらい、客観的に評価することも必要です。自分自身の取組を振り返り、決して独り善がりの指導にならないよう、謙虚に周囲の声に耳を傾け、自己の指導を見つめ直し、児童生徒の学習環境の改善に努めていかなければなりません。

# V 自己研修のポートフォリオ

## 1 自己研修のポートフォリオとは

自己研修のポートフォリオ（以下、ポートフォリオ）とは、自己研修のテーマを解決するために取組を行う中で作成、収集した資料（指導案や実践記録、教材、レポート等）を蓄積、整理したものをいいます。



## 2 ポートフォリオの取組から期待できること

ポートフォリオの取組を行うことにより、以下の点が期待できます。

- ・自己研修の足跡を記録として蓄積することができる。
- ・蓄積、整理することで、自分の実践を振り返り、自己の成長や新たな課題が見え、レポートにまとめることができる。
- ・レポートやポートフォリオを持ち寄り、お互いの教育実践を交流することで自他の成長を確認したり、新たな自己課題やその改善に向けた手立てに気づいたりすることができる。
- ・新たな自己研修テーマの設定、その改善に向けた取組がサイクルとなり、自己研修が継続していく。

## 3 ポートフォリオに綴じ込む資料例

- ・自他の教育実践の成果と課題
- ・指導案
- ・教材研究メモ
- ・学習プリント
- ・文献
- ・授業記録
- ・動画、音声、写真等
- ・研究会記録（他の教員から指摘された内容や改善策等）
- ・児童生徒の作品
- ・研修会資料
- ・実践ごとの所感 等

# 自己研修の進め方

## 自己研修のプロセス

## 確認しておく事項

### 現状把握

- 学習指導や生徒指導、学級経営で、順調に進んでいる点、問題点は何か。

## Plan

### 自己研修の テーマ設定

- 学習指導や生徒指導、学級経営の問題点から、どのようなテーマを設定しますか。
- 自分の理想とする指導と現在の状況を比べ、どのようなテーマを設定しますか。

### テーマの明確化

- 自分の設定したテーマにはどのような原因や要因がありますか。  
(指導力、周りの児童生徒との関わり方や実態など)

### 情報収集 予備調査

- 文献や書物などで、どのような内容を調べ、明らかにしたいですか。
- 質問紙を利用した、児童生徒の意識調査や各種テストで、どのようなことを明らかにしたいですか。

### 方法や手立ての立案

- テーマの目標を達成するためには、どのような指導を行えば効果があると思いますか。

### 児童生徒の ゴール像設定

- テーマの目標達成後の児童生徒の姿がはっきりとイメージできていますか。

### 計画立案

- どのような指導を計画しますか(短期か長期か。どのような内容か。)
- 実施前、実施中、実施後に進めなければならないことは何か。

## Do

### 実践

- 計画を基に、無理なく実施できていますか。
- 実施の様子を他の教員に見てもらい、客観的な意見や指導をいただきましょう。

## Check

### 結果の分析

- 自分の理想とする児童生徒像へどれだけ近づくことができましたか。

### 振り返り 実践交流

- 自己研修のテーマ設定から結果の分析及び考察までを振り返り、効果があったことを簡潔にまとめましょう。
- これまでの実践から、明らかになった点、次に課題と思われる点は何か。
- 振り返りをもとに他の先生方等と交流し、どのような新たな手立てや問題点を得ることができましたか。

## Action

### 改善

- 発見した新たな手立てや問題点から、次の自己研修へどのように取り組むか設定しましょう。

## Ⅵ 自己研修のためのシート

(1) 自己研修の進め方

### 自己研修のテーマ設定シート

■次の4つの項目について考え、書きやすいところから書いてみましょう。

<p>【児童生徒の現状】</p>	<p>【目指したい児童生徒の姿】</p>
<p>【教員（自分）に起因する要素】</p>	<p>【教員として高めたい力量】</p>

■上の4つの項目を参考にして、取り組む「自己研修のテーマ」を書きましょう。

--

(1) 自己研修の進め方

# 自己研修のテーマ設定シート **記入例**

■ 次の4つの項目について考え、書きやすいところから書いてみましょう。

## 【児童生徒の現状】

- ① 指示待ちの児童が多く、積極的な活動が行われない。
- ② ペアやグループでの話し合い活動が活発に行われず、話し合いの前後で変化がない。
- ③ 挙手・発言する児童が固定化している。

## 【目指したい児童生徒の姿】

- ① 自分で考え、進んで活動をする。
- ② ペアやグループでの話し合い活動が活発で、話し合いにより学習や活動が充実する。
- ③ 自分が思っていることや考えていることを誰もが表現できる。



## 【教員（自分）に起因する要素】

- ① 説明や指示が多く、児童に考えさせたり、判断させたりする場面の設定が少ない。
- ② 話し合い活動の具体的な手立てや、児童の考えを広げる発問が不得手。
- ③ 自分の考えを整理し、自信を持って発言できる児童を育成するための方法がわからない。

## 【教員として高めたい力量】

- ① 児童に考えさせるための発問や授業の展開を考え、実践する力。
- ② 話し合いの目的を明確に示し、必然性のある話し合いを行わせる力。
- ③ 話す内容が整理できる学習シートを開発・改善する力。



■ 上の4つの項目を参考にして、取り組む「自己研修のテーマ」を書きましょう。

自分の思いや考えを整理し、自分の言葉で伝えられるようにするための学習シートの工夫

※優先順位の高い項目に絞って具体的にテーマ設定をすることが大切です。

(1) 自己研修の進め方

# Planシート

■自己研修のテーマ

■テーマの明確化

■情報収集と予備調査

■方法や手立ての立案

■児童生徒のゴール像設定

■計画立案

## (1) 自己研修の進め方

# Planシート

# 記入例

### ■自己研修のテーマ

自分の思いや考えを整理し、自分の言葉で伝えられるようにするための学習シートの工夫

### ■テーマの明確化

- ・自分の思いや考えを自分の言葉で伝えるために必要なことは、話すことに自信を持たせることだろう。
- ・話す内容を整理したり、順序立てたりしながら、自分の話を相手にわかりやすく伝える経験をさせることで徐々に自信を持つことができるようになるだろう。

### ■情報収集と予備調査

- ・事前アンケートを実施
- ・アンケートの結果から見えたこと
  - (1)話すことに不安感を持っている。
  - (2)何をどう話せばいいのかわからない。
  - (3)考えたことを言葉にすることが苦手。
- ・2つの文献「わかりやすい話し方」、「話すことに自信がもてる授業」を授業の実践計画に役立てる。

### ■方法や手立ての立案

- ・自分の考えを伝えようとする態度を積極的に認める。(内容が途中で)
- ・調査した文献をもとに話型を示したり、話すことを予め書かせたりするための学習シートを準備する。
- ・話すことや話し合いの目的を理解させるために、発問や指示を明確にする。

### ■児童生徒のゴール像設定

- ・自分の思いや考えを自分の言葉で話すことができる。
- ・友達の発言を受けて、自分の考えとの相違点に気付いたり、新たな考えを広げたりできる。
- ・今回のゴールは、隣の児童に自分の考えを話せるようになることとする。

### ■計画立案

5月 アンケート(事前)作成  
先輩に見ていただき修正後実施  
アンケート結果分析  
授業計画の作成  
6月 授業実践  
7月 アンケート(事後)作成と実施  
アンケート分析  
ここまでの報告書を作成

8月 分析結果を基にした授業改善  
校内研での発表  
9月 授業計画の作成  
10月 授業実践  
11月 実践の分析とまとめ  
12月 報告書作成と新たなテーマ設定



## Do &amp; Check シート①

テーマ 自分の思いや考えを整理し、自分の言葉で伝えられるようにするための学習シートの工夫

## ■実践記録 (Do)

期日・期間	実践内容や指導内容
5月□日	アンケートの実施（事前）と分析
6月中	授業実践（校内指導教員から指導をいただく）
7月□日	アンケートの実施（事後）と分析
8月□日	校内研での発表に向けた自己研修の振り返り（校内指導教員）

## ■結果の分析及び考察 (Check) (○成果、●課題、◇手立て、?疑問)

5月□日 アンケートの実施（事前）と分析

●話すことに対して自信がない、不安があると回答した児童が予想以上にいた。

●どう話せば相手に伝わるのか分からない児童が多いことが分かった。

?児童の不安や抵抗感を取り除くにはどうすればよいか。

6月△日～ 授業実践

◇不安になる要因を取り除く配慮（途中でもよい、話せるところまででよい）をした上で、文献を参考に、話す内容が整理できる学習シートを使った授業実践を行った。

○発表する際、児童の表情の変化や意欲の高まり、他者意識が感じられるようになった。

○途中まででも話してみようと思って手を挙げる児童が増え、その子が困ったら助けてあげるといった雰囲気がでてきた。

●何をすればよいか分からず、学習が停滞している児童も見られる。

◇発問や指示の言葉を整理し、短く話すようにする。

○発問の整理を行ったことが、児童の聞き返し、迷いの減少にもつながった。

7月□日 アンケートの実施（事後）と分析

○プラス傾向に回答が移る児童がほとんどであった。記述内容からも、話すことに対する自信がついてきている様子を感じられた。

●一方わずかではあるが、マイナス傾向の回答を示した児童も見られた。その児童にとって話し合い活動が負担となっていなかったか検討が必要である。

◇話し合い活動が負担に感じる原因を、参観した先生方のアドバイスや文献、児童の聞き取りなどから分析して改善したい。

◇話し合い活動において、話し手や聞き手がどのように関わればよいか、そのコミュニケーションについて学び、次のステップにつなげたい。





◇参考「自己研修計画書」および「自己研修のまとめ」（様式集）

2年目研修、3年目研修では、この【様式1】【様式2】に自己研修の取組内容をまとめ、センター研修で交流します。

※総合教育センターWeb ページ ホーム>研修

(URL <http://www1.iwate-ed.jp/03kenshu/index.html>)



## (2) 自己研修計画書【様式1】

学校名 \_\_\_\_\_ 学年・内容 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

### 1 自己研修のテーマ

--

### 2 テーマ設定の理由

### 3 テーマ達成のための手立て

### 4 研修のスケジュール

月日	実践の場	実践内容

### 5 結果の分析及び考察の計画

分析及び考察の項目	分析及び考察の方法や材料

※A4片面1枚以内に収めること

(3) 自己研修のまとめ【様式2】

学校名 \_\_\_\_\_ 学年・内容 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

6 実践結果の分析及び考察

7 自己研修の振り返り

(1) テーマ達成に向けた実践内容

(2) 自己研修の取り組み方

8 担当者からのコメント

※【様式1】と合わせて提出する場合、A4片面2枚以内に収めること

## 教職経験者 5 年研修、中堅教諭等資質向上研修における自己研修のテーマ設定について

### 留意点

- ・自己研修のテーマ設定については、岩手県教育委員会の定める「校長及び教員の資質向上に関する指標」や「資質向上のためのセルフチェックシート」の記入状況に基づき、行うことが望ましい。
- ・中堅教諭等資質向上研修の「自己研修シェアリング」では、各自の取組の交流を通して、「実践力の充実期」に求められる役割（学校経営への参画、マネジメント力等）をどう意識し、どのように実践に取り入れてきたのかについてグループ協議を行う。
- ・協議や様式の詳細は、7月の中堅教諭等資質向上研修（センター研修）「共通」の講義で説明するが、先を見据えて計画的に取り組むこと。

### テーマ設定例

#### <教職経験者 5 年研修>

##### ア キャリア・ライフステージ

「実践力の向上期」

##### イ 目指す教師像

「複数の学校勤務の経験を通じて、教諭としての基盤を確立し、自らの実践を常に振り返りながら、職務遂行能力を向上させている。」

##### ウ テーマ例

「児童生徒が学びの実感と更なる学びの意欲を持つことができる学習過程の構想とその実践について」

#### <中堅教諭等資質向上研修>

##### ア キャリア・ライフステージ

「実践力の充実期」

##### イ 目指す教師像

「学校運営の中堅として、学校全体を見渡す視野を持ち、若手教員の模範となりながら職務遂行能力を更に高めている。」

##### ウ テーマ例

「校内外の連携を軸とした不登校生徒への対応～生徒指導主事としての働きかけ～」

◇参考 中堅教諭等資質向上研修「自己研修シェアリング」では、取組内容をこの様式にまとめ、グループ協議を行います。(詳細は7月の「共通」の講義で説明する。)

(4) 自己研修シェアリング〔様式3〕(中堅教諭等資質向上研修)

(事前提出用)

自己研修シェアリング

【様式3】

学校名：

氏名：

<自己研修テーマ>

	記入欄
<b>テーマ設定の理由</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・そのテーマを選んだ理由</li> <li>・この指導よっての効果の見通し</li> </ul>	
<b>手立て</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・具体的な取り組み方法、流れ</li> </ul>	
<b>実践の様子</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・実践してみでの感想、効果</li> </ul>	
<b>実践結果の分析・考察</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の対象と変容の分析、考察</li> <li>・手立ての妥当性</li> </ul>	
<b>結果を受けての改善</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでに行った改善点</li> <li>・これまで受けた助言</li> </ul>	
<b>ミドルリーダーとしての今後の展望</b>	
研修の振り返りやシェアリングを踏まえて、今後力を入れていきたいこと	

※各自で記入欄の幅は調整して使用すること。

## 自己研修を通して学んだこと

令和4年度 総合教育センター 研修講座アンケート  
「今後の教育活動に生かしたいこと」より

自己研修の協議では、同じ学年を受け持つ先生方の実践を聞き、自分の授業改善に役立てる知識や手立てを知ることができました。特に、学級経営の部分で様々なお話を聞き、何を言っても大丈夫と感じる、家族のようなあたたかい学級を作りたいと感じました。できたことはともに喜び、苦手な部分は補い合い、困ったことや大変なことは一緒に乗り越えていけるような子どもたちを育てていきたいです。  
(小学校2年目研修)

自己研修について、3年目のまとめとしてグループ協議があった。他の先生方の実践から、自分にはなかった手立てのあり方や考え方を学ぶことができた。これからもたくさんの先生方の実践から自分の学級経営や授業に取り入れられるように日々学び続けていきたいと思った。また、大切にしたいこととして、「自分の思い、願いをしっかりとつこと」「自分と子どもと一緒に成長していくこと」「周りの先生方との対話を大切にしていくこと」は、これから先も決して忘れず教育活動にあたっていきたいと思った。  
(小学校3年目研修)

自己研修の交流では、普段接点のない他地区・他教科の先生たちとの交流ができ、社会科だけでは思いつかないような方法などを知ることができた。特に、養護教諭の先生方との交流では、教科外の視点から生徒との関わり方・指導の方法を学ぶことができた。(中学校2年目研修)

自己研修では、他の先生方との交流を通して、自分のやり方に課題を見つけることができました。テーマと手立ての流れが繋がっていること、その手立てに対しての分析と考察であることを見直さなくてはいけませんでした。分析に当たっては、データで客観的に言える資料があると十分な考察につながることを学んだので、これからの研修に生かしていきたいです。(中学校2年目研修)

他教科の先生との実践交流ができたことが大きな収穫となりました。とくにも、今回は初めて養護教諭の先生との意見交流ができたことが新鮮で、生徒と保護者への継続的な働きかけであったり、掲示物や資料提示の効果について改めて考えさせられました。また、自己研修を通して、多くの先生が感じられていたように、自身での振り返りとともに、他の先生からの助言や意見をいただくような、客観的な振り返りを、今後も適宜取り入れていかなければいけないと感じました。  
(中学校3年目研修)

今回の研修では特に自己研修の交流が勉強になりました。日々の授業のゴールを逆向き設定で考えるという発想が、無駄のない教材研究に繋がると感じました。また、他教科の先生方から「これを取り入れたら」「こうすると数学との横断的なものになりますよね」など、助言頂けて本当に良かったです。今回助言頂いたことを勤務校の数学科に話し、横断的な授業になるよう実践したいと思えます。(高等学校2年目研修)

第58回岩手県教育研究発表会「教員の人材育成分科会」説明者の感想より

情報収集と児童の実態把握の重要性について、適切な実態把握が有効な手立てに結び付くことを実感しました。前、後ろの学年でどんなことを学習するのか明確にして、目の前の子どもたちの到達度を分析し手立てを考えていきたいと思えます。

児童の実態に合わせ情報を取捨選択することについて、様々な文献や先輩から多くのアドバイスを全て生かそうとするのではなく、自分なりにそれらを取捨選択していきました。そこにすぐ難しさを感じましたが、ポートフォリオが取捨選択の過程となっています。後で見返したり、分類整理を常にしやすい状態にしたりしていくことが大事だと学びました。

PDCAのAの部分の重要性について、本学級で実践した後、他の学級でも実践してもらいました。そこで補助の仕方や仲間との関わり方について新たな課題も見られました。そういった課題を一つずつ解決していくことが、結果的には子どもたちの力の向上につながるものだと考えます。

学校規模に応じた自己研修の在り方について、本校では学級数、教員数が多いため、多くのアドバイスをいただく機会に恵まれました。しかし、今後は規模の小さい学校に赴任していくことも考えられます。自己研修では自分自身でしっかりと力を高めていくことが重要と考えますので、自己研修の方法をしっかりと理解し、学び続ける姿勢を常に大切にして職務にあたっていきたいと思えます。  
小学校 教諭

自己研修を進めるのはとても大変でした。体育祭、新人戦、文化祭と様々な行事が続きました。初めて担任をもたせていただき、学級経営や生徒指導がうまくいかず、教材研究や教材開発に十分な時間を確保することができない日々もありました。

また、一つの単元が終わる毎に生徒の実態を見とって私なりに「こういう手立てをとったらいいのではないか。」と考えて実践を進めましたが、手立てがなかなか実態に合っていないことも多く、思うように生徒の力を伸ばすことができないと悩む日々もありました。

しかし、生徒のワークシートを見ると何も書いていなかった生徒が、1行書けるようになっていたり、一つの資料しか読み取ることのできなかつた生徒が、二つ読み取ることができるようになっていたりとしげつですが確実に生徒たちは成長していました。「先生できたよ。」と報告しに来る時の生徒の笑顔が私にとっては大きな喜びでした。

これは同じ社会科の先生はもちろん教科や学年の枠を越えて多くの先生たちに、私自身ご指導を頂き授業改善を図ることができたからではないかと考えています。

また、このように自己研修の機会をいただくことで、こういう生徒を育てたいという「思い」や「願い」をしっかりとをもって生徒と向き合うことができました。自己研修で学んだPDCAサイクルの重要性を意識して今後も生徒たちと共に成長していきたいと思ひます。

中学校 教諭

クラス経営を深く考えるということで、生徒とじっくりと向き合うよい機会を得たのだと思っております。初めての担任であり全体の流れを把握するだけで精一杯であり試行錯誤を繰り返している日々であります。

そのような中ではありますが、目の前にいる生徒一人一人にとって望ましい将来とは何であるのか、何を欲しているのか、何がその生徒にとって必要なのかということを考え、そしてその生徒の個性を含めた能力を伸ばしてあげるためには私は何をどうすべきなのかを常に考えて自己研修を行ってまいりました。悩んだり行き詰まりを感じたりした時こそクラスに行き生徒と雑談をしてきました。そのように生徒と関わりをもつことで様々なアイデアも浮かんだように思ひます。

今後もホームルームが生徒にとって居心地がよいものとなるように、また生徒がめざす進路の礎となっていくように担任としてこれからも心を砕いていきたいと思ひます。

高等学校 教諭

この実践を通して私自身学んだことが二点あります。

一点目は児童の実態や視点に立って手立てをきちんと考える大切さです。私は排尿＝トイレでするものという先入観があったように、児童がつまづいている点に気づかず、かけ離れた手立てを組んでしまいました。児童自身の実態や気持ちなどを考え、何をすべきかが分かるための支援をしていかなければならないと強く感じました。

二点目は、教員の称賛が課題達成の要素になるということです。排尿が成功した際大きく称賛され共感されたことで「これはマルなのだな。」と何をすべきかがわかり「やった」とか「うれしい」という気持ちを児童がもつことができたと考えます。

今回の自己研修において、PDCAサイクルを繰り返すそのつど児童の変容に立ち返り、うまくいかない状況と支援を見つめ直すことが有効な支援に結びつくのだと改めて考えることができました。これからの指導支援にいかしていきたいと思ひます。

特別支援学校 教諭

教員のための  
自己研修の進め方

～アクション・リサーチの手法を用いて～

令和5年4月

発行 岩手県立総合教育センター  
花巻市北湯口2-82-1  
〒025-0395 TEL 0198-27-2711  
発行者 岩手県立総合教育センター  
研修推進委員会