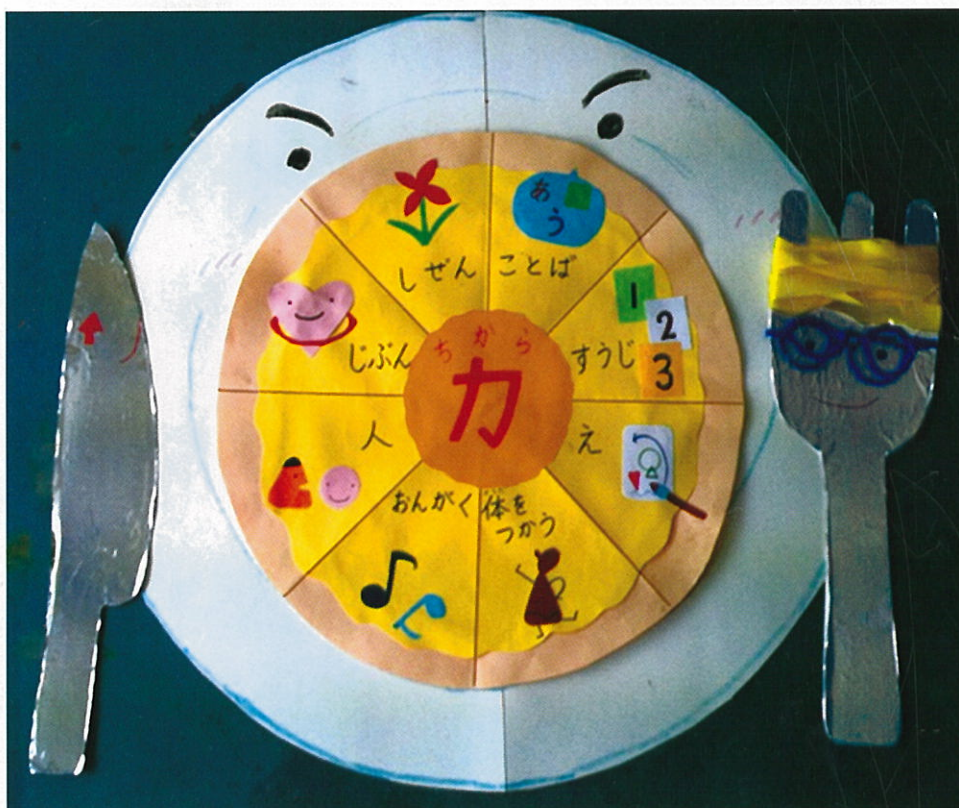


# 「学び方を学ぶ」テキスト (試作版)

## 学びの達人 (ふろしき忍者) になれるコツ

涌井 恵 (国立特別支援教育総合研究所) 著



もくじ  
目次

めざせ！ 学<sup>まな</sup>びの達人<sup>たつじん</sup>（ふるしき忍<sup>にん</sup>者<sup>じゃ</sup>）！！ ..... 1

しょう 1 章 学<sup>まな</sup>び方<sup>かた</sup>のコツ～8+3の頭<sup>あたま</sup>の力<sup>ちから</sup>～

- 1) きみには たくさんの 力<sup>ちから</sup>がある！ ..... 2  
2) いろいろな頭<sup>あたま</sup>の使<sup>つか</sup>い方<sup>かた</sup> ..... 4  
3) やってみよう♪ ..... 6

しょう 2 章 やる気<sup>き</sup>について

- 1) やる気<sup>き</sup>のしくみ ..... 8  
2) やる気<sup>き</sup>のコツ ..... 9  
3) やってみよう♪ ..... 10

しょう 3 章 記憶<sup>きおく</sup>について

- 1) 記憶<sup>きおく</sup>のしくみ① ..... 11  
2) 記憶<sup>きおく</sup>のしくみ② ..... 12  
3) 記憶<sup>きおく</sup>のコツ ..... 12  
4) やってみよう♪ ..... 15

しょう 4 章 注意<sup>ちゅうい</sup>について

- 1) 注意<sup>ちゅうい</sup>のしくみ ..... 18  
2) 注意<sup>ちゅうい</sup>のコツ ..... 20  
3) やってみよう♪ ..... 21

しょう 5 章 まとめ

せんせい 先生または保<sup>ほ</sup>護<sup>ご</sup>者<sup>しや</sup>の方<sup>かた</sup>へ ..... 22

# めざせ！<sup>まな</sup>学びの<sup>たっじん</sup>達人（<sup>にんじゃ</sup>ふろしき忍者）！！

この<sup>ほん</sup>本をよむと、

<sup>じぶん</sup>自分にあつた<sup>まな</sup>学び方<sup>かた</sup>を<sup>くふう</sup>工夫したり、えらんだりできる

<sup>まな</sup>学びの<sup>たっじん</sup>達人になることができます。

そういう<sup>まな</sup>学びの<sup>たっじん</sup>達人のことを、

「<sup>にんじゃ</sup>ふろしき忍者」ともいいます。

ふろしきは、<sup>まる</sup>丸いものも、<sup>しかく</sup>四角いものも、<sup>ほそなが</sup>細長いものも、

<sup>なん</sup>何でも<sup>つつ</sup>包むことができます。

そんなふろしきのように、

「<sup>にんじゃ</sup>ふろしき忍者」はどんな<sup>しつもん</sup>問題でも、

さまざま<sup>ほうほう</sup>な方法で、

たのしく<sup>かいけつ</sup>解決することができます。

どんな<sup>ほうほう</sup>方法があるのか、

<sup>し</sup>知りたいですか。

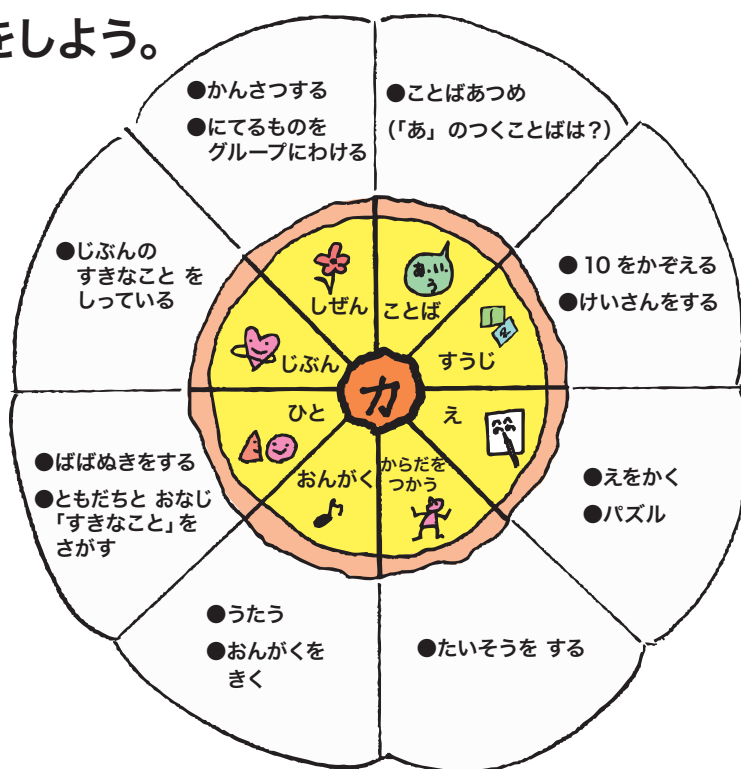
さあ、ページをめくってみましょう♪



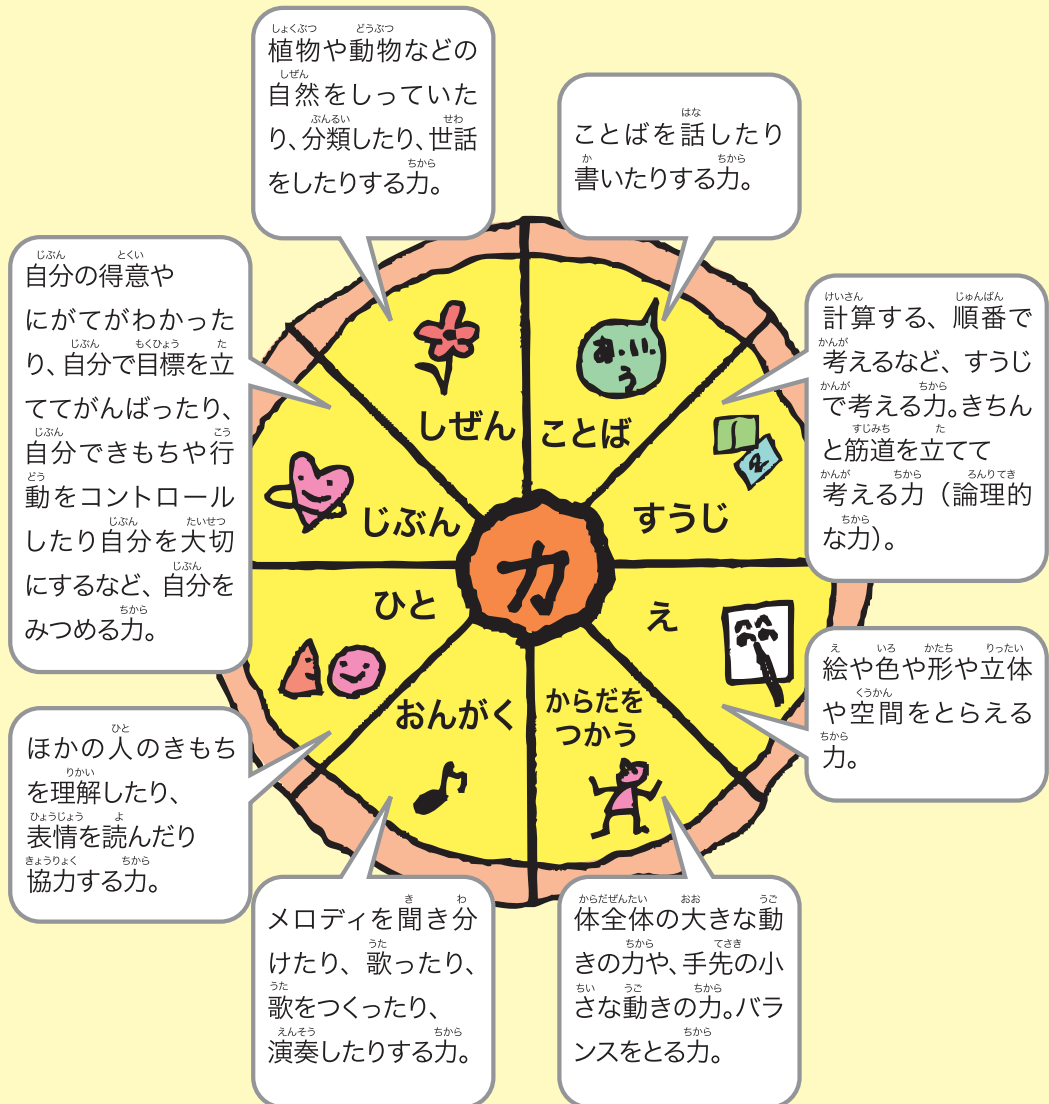
## 1) きみには たくさんの <sup>ちから</sup>力がある！

きみには <sup>ちから</sup>どんな力があるかな？  
 どの子も <sup>こ</sup>みんな、<sup>ちから</sup>力をもっています。  
 なんと、それは <sup>ちから</sup>ひとつだけではないんだ。  
 だれもが 8 + 3 <sup>ちから</sup>の力をもっています。  
<sup>じぶん</sup>自分に<sup>ちから</sup>どんな力があるか、やって、  
 たしかめてみよう。

### 1 マルチピザの8つの力のうち、できたものに ○をしよう。また、<sup>たの</sup>「楽しい」「おもしろい」ものに ○をしよう。



# マルチピザの8つの力とは？



## 2) いろいろな頭の使い方

なに かんが まな  
何かを考えたり、学んだりするときに、  
あたま なか  
きみの頭の中は、どんなことをしているかな？  
ちから  
マルチピザの8つの力のほかに、  
き きおく ちゅうい  
「やる気」「記憶」「注意」(やる・き・ちゅトリオ)の  
ちから たいせつ ちから  
3つの力も 大切なきみの力だよ。

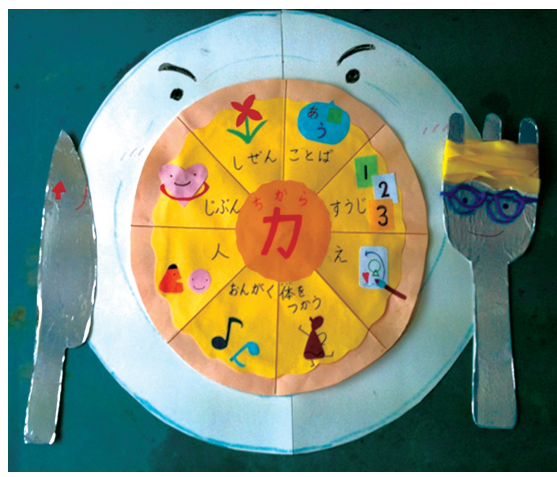


写真1 マルチピザの8つの力とやる・き・ちゅトリオ  
(お皿はやる気、フォークは記憶 (おぼえる) ナイフは注意)

### マルチピザの8つの力

なに かんが まな ちから なか つか ちから  
何かを考えたり、学ぶときに、8つの力の中で、使う力も  
あれば、使わない力もある。けれど、いろんな力をたくさん  
つか ほう つか ちから  
使った方が、わかりやすく、おぼえやすくなる。

### やる・き・ちゅトリオの力

あたま つか つか ちから ちから  
頭を使うときには、いつも使っている力。マルチピザの力を  
つか ちから  
うまく使えるように、ささえてくれている力。

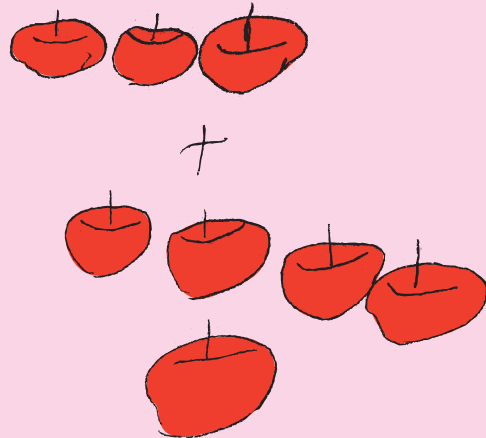
べんきょう 勉強が わからなくなったら、いま じぶん 自分は  
 ちから つか どの力を使っているか、  
 ちから 8+3の力に あてはめて みよう。  
 べんきょう まな かた 勉強や 学び方のコツが  
 わかって くるよ。なるべく たくさんの  
 ちから いろいろな力をつかった方が、  
 よく わかるようにな るんだ。

### たとえば…

さんすう もんだい  
 <算数の問題>  
 りんごが3個あります。  
 かあ  
 お母さんが りんごを  
 こ か  
 5個、また 買って  
 ぜんぶ  
 きました。全部で  
 なんこ  
 何個になりましたか？

①  $3 + 5 = 8$

②  $8 + 3 = 11$



### ★ポイント★

「すうじ(数字)」の力だけでなく、「え(絵)」にかいてみたり、  
 からだ さんすう うご ひと  
 「体」をつかって算数ブロックを動かしてみたり、「人」に  
 じぶん はな  
 自分がわかるところと わからないところを話したり、いろ  
 ちから つか かんが  
 いろなマルチピザの力を使って考えよう。

### 3) やってみよう♪

#### 1 「ひと」や「じぶん」の力をつかってみよう。

～自分も相手も大切にしたい気持ちのつたえ方～

きょう 今日、しずかちゃんはカゼ気味です。あまり体の調子がよくないので、なかやす 中休みは教室にしようと思っていました。

でも、たけしくんが「おにごっこしようぜ」と手（て）をひっぱりました。しずかちゃんは、本（ほん）当（とう）は おにごっこをやりたくありません。

しずかちゃんは 何（なん）とて ことわったら いいでしょうか？

（ア）「いたい。手（て）をひっぱらないでよ。あんたなんかと遊（あそ）ばないから。」

（イ）いやだな～と思いながら、いっしょについていく。

（ウ）「ちょっと待（ま）って。おにごっこに さそって くれたんだね。私（わたし）、今日（きょう）カゼ気味で調子悪いの。手（て）もいたかった。今日（きょう）は、教室（きょうしつ）にいたいんだ。ちがう子（こ）と おにごっこしてくれるかな。それとも・・・教室（きょうしつ）で いっしょに 自由帳（じゆうちよう）に絵（え）を書（か）くのはどう？」

#### ★うまく伝えるポイント★

み …… 見（み）たことを話（は）す

かん …… 感（かん）じたことを話（は）す

て …… 自（じ）分（ぶん）がしてほ（ほ）しいことを提（てい）案（あん）する

いい …… 「いいよ（YES）」といわ（い）れた場（ば）合（あい）のセリフを考（かん）える

な …… 「ダメ（NO）」といわ（い）れた場（ば）合（あい）のセリフを考（かん）える



① しずかちゃん役（やく）とたけしくん役（やく）をきめて、劇（げき）をやってみよう。

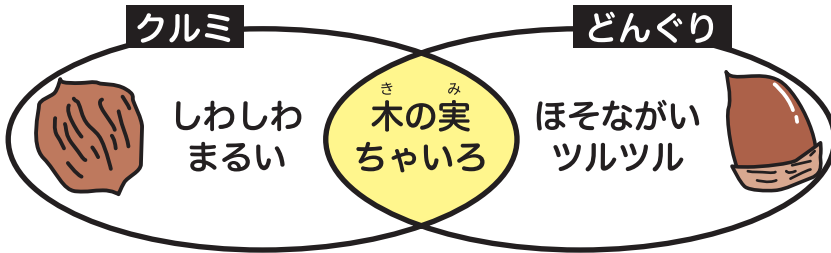
② （ア）～（ウ）のどれが、自（じ）分（ぶん）も相（あ）手（て）も大（たい）切（せつ）にしたい（ほ）うかな？

③ どんな力（ちから）をつかったかな？ マルチピザに当（あ）てはめてみよう。

## 2 「ことば」の力をつかって考えてみよう。

- ① 下にあるベン図をつかって、クルミとどんぐりをくらべてみよう。
- ② どんな力をつかったかな？ マルチピザに当てはめてみよう。

### ベン図：くらべる



この他にもいろいろあります。自分のやりたいことに合わせてつかってみよう。

|                                                   |                                                                       |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <p><b>エックス</b> <b>Xチャート: わける、分類する</b></p>         | <p><b>魚の骨図: 意見や予想の理由をかんがえる。</b></p>                                   |
| <p><b>じゅうじす</b> <b>十字図: わける。物や人同士の関係もわかる。</b></p> | <p><b>じかんひょう</b> <b>時間表: 時間の流れにそってまとめる。</b></p> <p><b>あさがおの成長</b></p> |

☆「ことば」だけではなく、「え」や「すうじ」などの他の力と、くみあわせても、つかえるよ。

## 1) やる<sup>き</sup>気のしくみ

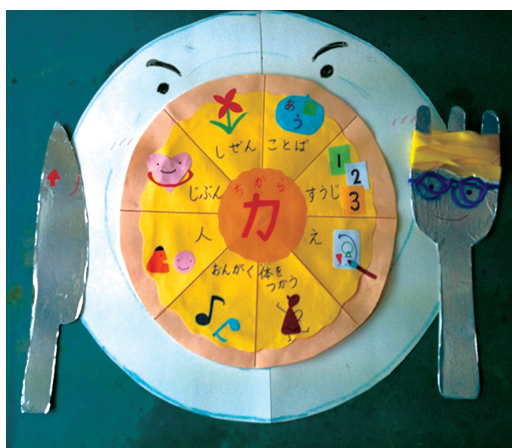
写真<sup>しゃしん</sup>にあるお皿<sup>さら</sup>は、「やる<sup>き</sup>気」さんだよ。

どんなにすばらしいマルチピザ<sup>ちから</sup>の力を

持<sup>も</sup>っていても、やる<sup>き</sup>気がないと、

力<sup>ちから</sup>を出<sup>だ</sup>すことができない。

きみは、どんなときにやる<sup>き</sup>気がわいてくるかな？



1. すきなこと、楽<sup>たの</sup>しいことは、どんどんやる<sup>き</sup>気<sup>き</sup>が  
で<sup>で</sup>出<sup>つづ</sup>て続けられる。

2. ほめられたり、「できた!」ことは、  
もっとやりたくなる。

3. 「いら<sup>あたま</sup>いら頭」と「くよ<sup>あたま</sup>くよ頭」では、  
い<sup>どお</sup>つも通<sup>まな</sup>りに学<sup>まな</sup>べない。

## 2) やる<sup>き</sup>気のコツ

①すきなことと勉強<sup>べんきょう</sup>を結びつけると やる<sup>き</sup>気がアップするよ。

→たとえば算数<sup>さんすう</sup>の文章題<sup>ぶんしょうだい</sup>がわかりにくいときは、  
好きなキャラクターのお話<sup>はな</sup>しにかえてみよう。

②勉強<sup>べんきょう</sup>したことは、どんな風<sup>ふう</sup>に生活<sup>せいかつ</sup>や将来<sup>しょうらい</sup>に役立<sup>やくだ</sup>つか  
考<sup>かんが</sup>えると、やる<sup>き</sup>気がアップするよ。

③自分<sup>じぶん</sup>が一番<sup>いちばん</sup>よくできた!と思う<sup>おも</sup>テストや作品<sup>さくひん</sup>は、写真<sup>しゃしん</sup>に  
とって かざろう。

④いらいら頭<sup>あたま</sup>や くよくよ頭<sup>あたま</sup>の時<sup>とき</sup>には、心<sup>こころ</sup>のリラックス法<sup>ほう</sup>  
をやってみよう。

⑤こまったときに たすけてくれる 自分<sup>じぶん</sup>だけのヒーローを  
決<sup>き</sup>めておこう。

こまったときは そのヒーローと 心<sup>こころ</sup>の中<sup>なか</sup>で お話<sup>はな</sup>しよう。  
→すきなテレビのヒーローでも、自分<sup>じぶん</sup>で考<sup>かんが</sup>えた動物<sup>どうぶつ</sup>でも  
なんでもいいよ。

⑥がんばっていることを ほめてくれたり、  
「きみならできる!」と はげましてくれるサポーターを  
決<sup>き</sup>めておこう。

→お父<sup>とう</sup>さん、お母<sup>かあ</sup>さんや先生<sup>せんせい</sup>、友達<sup>ともだち</sup>など。

### 3) やってみよう♪

- ① <sup>す</sup>好きなことを20<sup>こ</sup>個リストアップしてみよう。
- ② いやなことが あったとき、きみはどんな<sup>ふう</sup>風に<sup>きぶん</sup>気分をかえている？  
<sup>じぶん</sup>自分の<sup>こころ</sup>心が<sup>お</sup>落ち<sup>つ</sup>着く<sup>ほうほう</sup>方法や<sup>ばしょ</sup>場所などをリストアップしてみよう。  
 →たとえば、マンガを<sup>よ</sup>読む。<sup>おも</sup>思い<sup>な</sup>っきり泣くとか。
- ③ <sup>こぎゅう</sup>ヨガの<sup>れんしゅう</sup>呼吸を練習してみよう。

#### <sup>こころ</sup>心の<sup>ほう</sup>リラックス法=<sup>こぎゅう</sup>ヨガの呼吸

1. <sup>て</sup>手のひらを<sup>てかがみ</sup>手鏡と<sup>おも</sup>思って、<sup>かがみ</sup>鏡をくもらせるように<sup>おと</sup>音を出しながら、<sup>いき</sup>息をはく。  
 「ハア〜〜〜〜〜ッ」
2. <sup>くち</sup>口をとじて、<sup>はな</sup>鼻から<sup>おと</sup>音を出しながら<sup>だ</sup>息をはく。<sup>いき</sup>  
 「フウ〜〜〜〜〜ッ」
3. できれば、<sup>いき</sup>息をすうときも、<sup>おな</sup>同じように<sup>おと</sup>音をたててやってみよう。
4. <sup>おと</sup>音を出しながら、「はく→すう」を1〜2分<sup>ふんおこな</sup>行おう。  
 ※なれてきたら、<sup>おと</sup>音を<sup>ちい</sup>小さくしてやってみてね。

- ④ がんばったことや、できるようになったことを お祝いする  
 パーティーを クラスや おうちの人と しよう♪  
 がんばれるように手伝ってくれた人に感謝しよう。

# しょう 3 章

## きおく 記憶について

### きおく 1) 記憶のしくみ①



しゃしん くん  
写真にあるフォークは、「おぼえる」君だよ。  
ちから  
どんなにすばらしいマルチピザの力を  
も  
持っても、おぼえること（記憶）が

ちから だ  
できないと、力を出すことができない。記憶にはいろいろ  
しゅるい きおく  
種類がある。記憶のしくみを みてみよう。

#### たんききおく (ア) 短期記憶

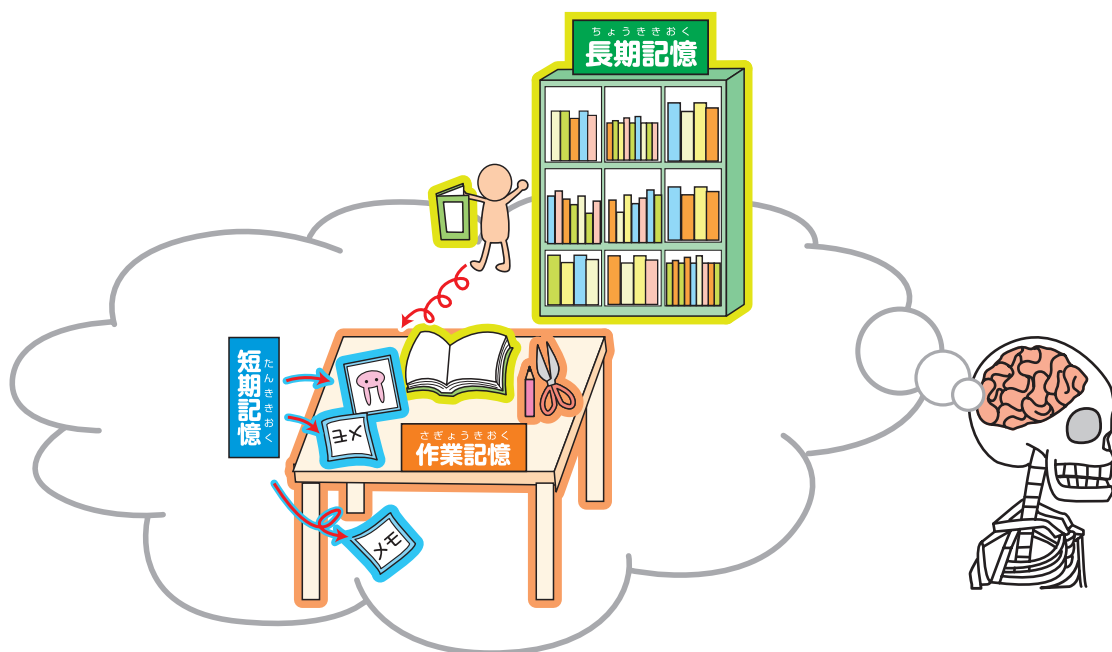
のう なか びよう あいだ  
脳の中のメモ。ちょっと（1, 2 秒）の間だけ おぼえている記憶。

#### ちようききおく (イ) 長期記憶

のうほんだな きおく おも で  
脳の本棚にしまわれた記憶や思い出。

#### さぎようきおく (ウ) 作業記憶

のう さぎようだい さぎよう さぎようだい なに  
脳の作業台で 作業しているときに、作業台に何があるかや、ど  
んな作業をしたかを おぼえている記憶。

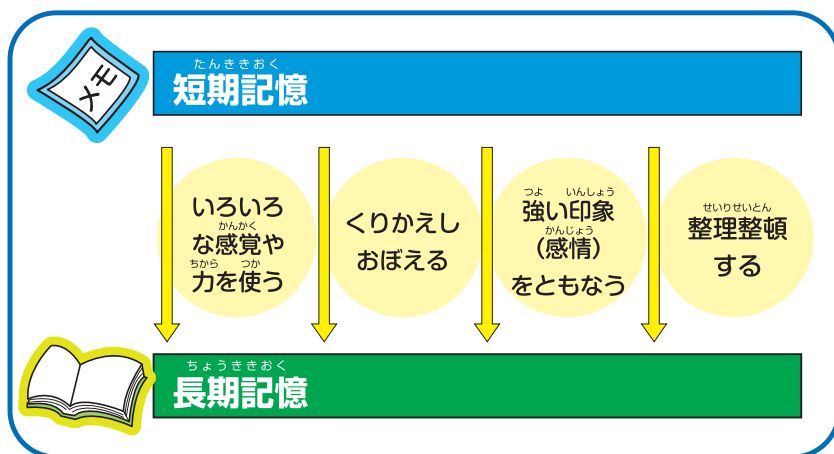


## 2) 記憶のしくみ②

たんききおく

短期記憶で おぼえていられるのは、 だいたい **3～7つ** まで。

ずっと <sup>おぼ</sup>覚えている <sup>ちようききおく</sup>長期記憶になるものには、 <sup>つぎ</sup>次のような <sup>とくちょう</sup>特徴がある。



## 3) 記憶のコツ

### (1) おぼえる時のコツ

- (ア) マルチピザの 8つの力を いっぱい使おう。
- (イ) 「くりかえし」の天才になろう
- (ウ) おぼえることを **好きなこと**と 結びつけて 考えよう
- (エ) おぼえることを **3～7のまとまり**にして おぼえよう。
- (オ) おぼえることを **整理整頓**して みよう。



- ①まず、**全体**を大まかにつかむ。
- ②一番**大切なこと**はどれか見つける。
- ③**同じ物、似ている物**はまとめたり、**順番**に並べてみる。

### (2) 頭の中で考えたり、計算したりするときのコツ

- (ア) 大事なことは**メモ**に書き、見ながら考える。
- (イ) やることの順番を**チェックリスト**に書く／書いてもらう



### (3) 体の動きをおぼえる時のコツ

#### たとえば…

うんどうかい  
〈運動会のダンスをおぼえたいとき〉

① ダンスの見本（ビデオなど）をはじめてから  
おわ 終わるまで、ざっと見る。

② 一番よく出てくるステップ、または  
いちばん 一番だいじなステップを みつける

(ア) マルチピザの8つの力をつかっておぼえてみよう。

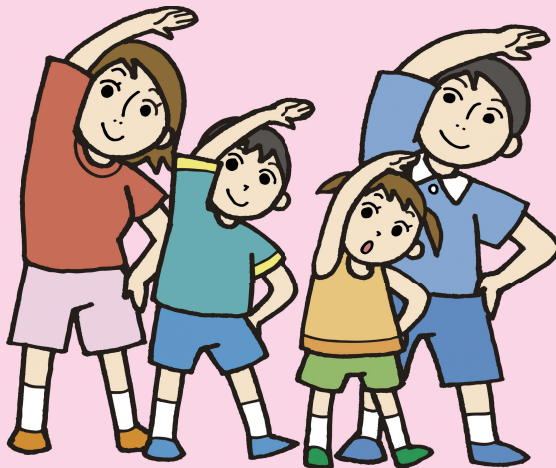
→ そのステップは色にたとえると何色？

→ 音楽とあわせて一緒におどってみよう

→ 友達と一緒におどってみよう

→ 動作毎に写真にして並べてみよう

→ 動作毎に数字をつけてみよう（1のポーズ、2のポーズ）

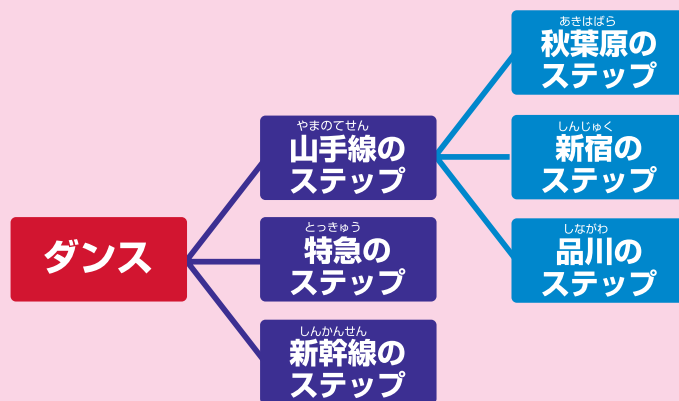


### ③ 同じステップ、似ているステップはまとめて命名したり、順番におどっていく。

(ア) 自分の好きなものと関連づけて、そのステップを命名してみよう。

→ 「山手線ステップ」 「恐竜のステップ」  
「A K B 4 8 のステップ」 など

(イ) 3つくらいの まとまりにして おぼえよう。



3つの まとまりで おぼえる イメージ

### ④ くりかえし練習する。

\* 家の人にみてもらって、「ファイト!」と応援してもらったり、「がんばってね」とほめてもらい、がんばるパワーを もらおう!

\* がんばり表をつくって、自分をほめよう!

【→ 「やる気」と関係】

## 4) やってみよう♪

### 1 マルチピザの力をつかって、 漢字をおぼえよう。



「ことば」・・・ おぼえたい漢字をつかって、  
短歌や詩や文をつくる。

「すうじ」・・・ 部首や形のまとまりの画数ごとに数を出し、  
画数のたし算を作る。

(例: 「林」 = 木偏の3画 + 木の3画で合計6画)

「え」・・・ おぼえたい漢字を色をつかって部首などの  
まとまりに色を分けて書く。

漢字が持つ意味の絵を添えるなど。

「からだ」・・・ 漢字をおしりで空に書いてみる  
(しり文字遊び)。砂の上に漢字を書いてみる。

ねん土で漢字を作ってみる。

「音楽」・・・ おぼえたい漢字の書き順を歌で歌う  
(例 「キラキラ星」 のかえ歌で。♪ 木偏にもう  
一つ木、これで林になりますよ～)

「ひと」・・・ 何人かで一緒に漢字を人間プラモデルで  
作ってみる。

「じぶん」・・・ 自分で漢字をつくってみる。

好きな漢字をえらんで調べる。

「しぜん」・・・ 似ている漢字を分類する。おぼえたい漢字を  
自然や動物と結びつけて 作文する

(例: 「ぼくは、カブトムシを買うことにした」)。

## 2 「ゴロあわせの雲」をつかってみよう。

- ① まず、下の「ゴロあわせの雲」の図の左側に、おぼえたいことばや漢字を書く。
- ② 雲の真ん中には、気づいたことや うかんだイメージを書く。
- ③ 雲の右側には、自分で考えたゴロあわせやダジャレを書く。

おぼ  
覚えたいことば

き  
気づいたことや  
イメージ

ごろ あ  
語呂合わせや  
ダジャレ

れい  
例1

|                                                            |                                                  |                                              |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <p>ちから<br/>力</p> <p>くん<br/>訓: ちから</p> <p>おん<br/>音: リョク</p> | <p>ちから<br/>“力”</p> <p>カタカナの<br/>か<br/>「力」と同じ</p> | <p>ちから<br/>カタカナの「カ」</p> <p>ちからも<br/>は力持ち</p> |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------|

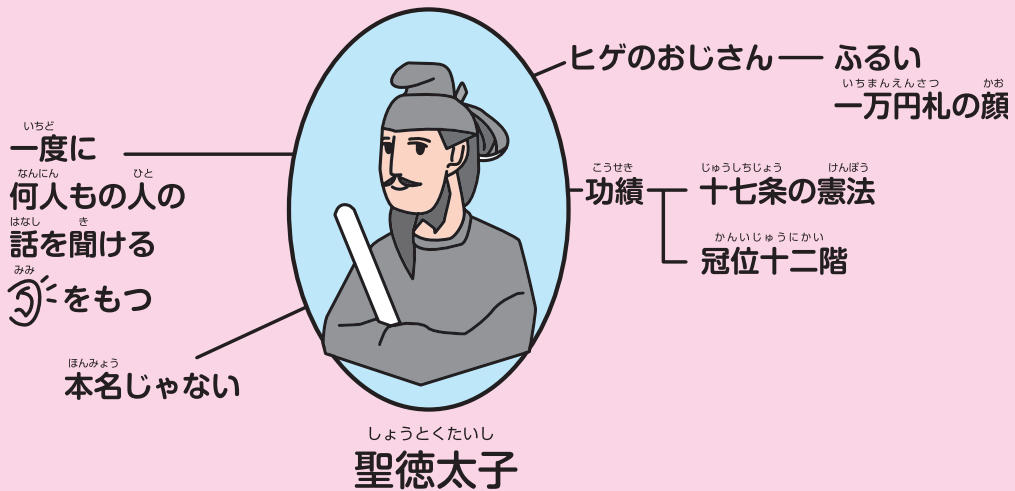
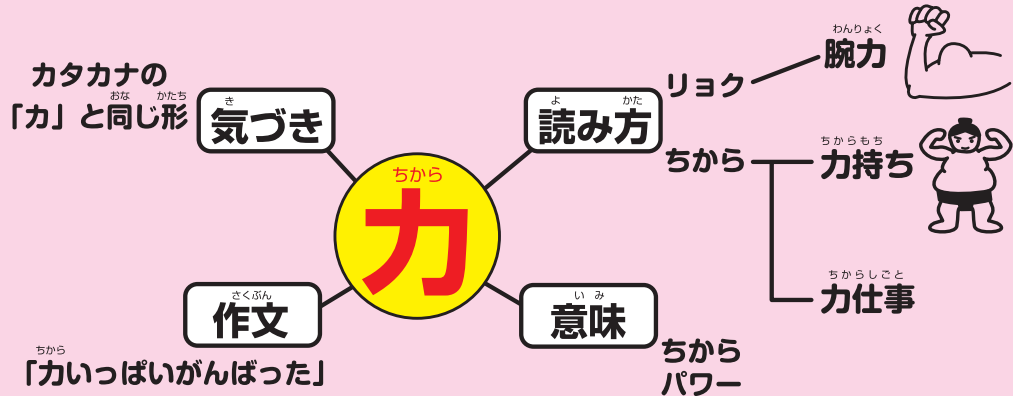
れい  
例2

|                                                            |                                                                                     |                                              |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| <p>ちから<br/>力</p> <p>くん<br/>訓: ちから</p> <p>おん<br/>音: リョク</p> |  | <p>うでの力<br/>(ちから)は</p> <p>腕力<br/>(ワンリョク)</p> |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|

くも れい  
ゴロあわせの雲の例

### 3 「ウェブマップ」でおぼえることを整理してみよう。

- ① 真ん中の○におぼえたい漢字や言葉をかく。
- ② まわりに、思いついた言葉や絵を書き足していく。



### 4 どのやり方が、一番自分にあっていたかな？

- ☐ マルチピザ → ( ) の力
- ☐ ゴロあわせの雲
- ☐ ウェブマップ

## ちゅうい 1) 注意のしくみ



しゃしん  
写真にあるナイフは、

「ちゅうい」ちゃんだよ。

どんなにすばらしいマルチピザの<sup>ちから</sup>力を  
も<sup>ちゅうい</sup>持っても、<sup>しゅうちゅう</sup>注意や<sup>ちから</sup>集中が<sup>だ</sup>できないと、<sup>ちゅうい</sup>力を出す  
ことができない。<sup>ちゅうい</sup>注意のしくみをみてみよう。

ちゅうい しゅうちゅう  
注意・集中には、

「まわりに<sup>ちゅうい</sup>注意を<sup>む</sup>向ける<sup>ちから</sup>力」と「<sup>じぶん</sup>自分に<sup>ちゅうい</sup>注意を<sup>む</sup>向ける<sup>ちから</sup>力」

の2つがある。

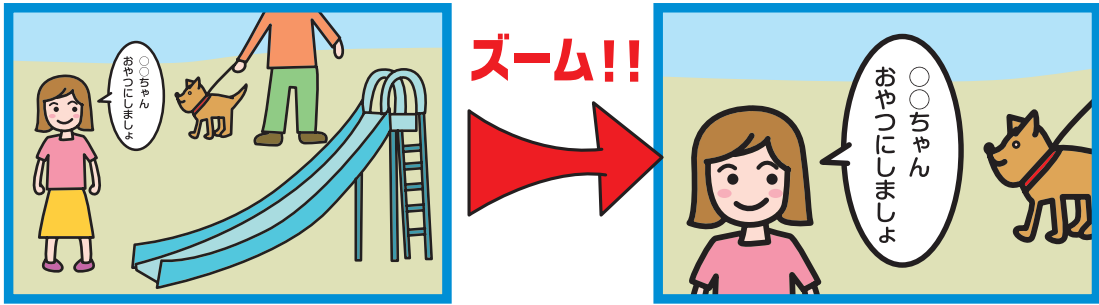
ねぶそく<sup>りょうほう</sup>寝不足だと、この<sup>ちから</sup>両方の力が<sup>よわ</sup>弱まってしまうんだ。

はやねはやお<sup>よる</sup>早寝早起きして、夜はよくねむろうね！

### (1) まわりに<sup>ちゅうい</sup>注意を<sup>む</sup>向ける<sup>ちから</sup>力

- ①「<sup>ちゅうい</sup>注意」の<sup>ちから</sup>力は、<sup>ちゅうもく</sup>注目すべき<sup>ところ</sup>ことに<sup>こころ</sup>心をむけて、  
<sup>かんけい</sup>関係のないことはシャットアウトするはたらきを  
もっている。

「<sup>はたら</sup>心のズームレンズとマイク」のような働きを  
してくれている。



②心のズームレンズとマイクは一度にひとつの

ことしか焦点を合わせられない。つまり、  
一度にたくさんのことはできないということ。

→ 一つずつ順番にやっていこう

③人は、退屈なことには注意・集中がむかないもの。

④注意・集中できる時間はだいたい10分間。

⑤脳には、休けいが必要。

注意したものを理解し、消化する時間が必要。

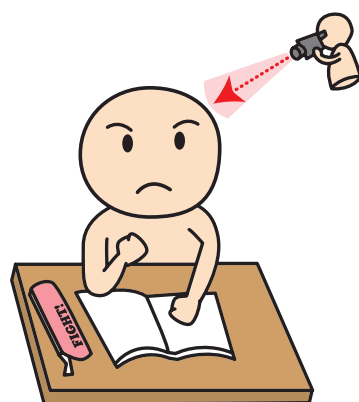
新しく学んだことと今まで知っていることが  
結びつけられると記憶が強まり、

よくわかるようになる。



## (2) じぶん ちゅうい ちから 自分に注意をむける力

- ① じぶん ちゅうい ちから 自分に注意をむける力は、  
じぶん こうどう じぶん 自分の行動を自分で  
チェックして うっかり  
ミスをつせいでくれるんだ。



- ② なに とき 何かする時、 あたま なか きみの頭の中では、  
じぶん ちゅうい む ちから 自分に注意を向ける力をつかって、  
こころ けいかくひよう た なに とき 心の計画表が立てられている。何かをする時や  
はなし とき 話す時は、 やってみるまえ  
こうしたらどうなるかな  
あたま なか と頭の中でいろいろ  
かんがえているんだ。



## 2) ちゅうい 注意のコツ

- ① しゅうちゅう かんきょうづく よけい 集中できる環境作り→余計なものはしまう。  
じゅうよう しるし めだ ② 重要なことばやポイントに、印をつけて目立たせる。  
いちど さぎょう ちゅうい ③ 一度にひとつの作業（注意）になるように  
かだい わ 課題を分ける。  
→ いそ ④ ”急がばまわれ” いちど ちゅうい 一度に2つのことに注意をむける  
いちど ほう はや ことはできない。一度にひとつずつやった方が早い。

④ <sup>たいくつ</sup>退屈<sup>くふう</sup>しない工夫<sup>くふう</sup>をする。

(例：好きなことと結びつける)

⑤ 「10分間<sup>ぶんかん</sup>—ちょっと休憩<sup>きゅうけい</sup>」のサイクル<sup>つく</sup>を作る。

⑥ よく寝<sup>ね</sup>て、生活リズム<sup>せいかつ</sup>を整える<sup>ととの</sup>。

⑦ 幽体離脱<sup>ゆうたいりだつ</sup>カメラで時々<sup>ときどき</sup>自分の作業<sup>さぎよう</sup>をチェック<sup>つく</sup>する。

→作業チェックリストなどを作る<sup>つく</sup>といいよ。

⑧ “ストップ、考えよう！ (STOP & THINK)”

→やる前<sup>まえ</sup>にちょっと立ち止<sup>た</sup>まって考える<sup>かんが</sup>。

「これをやるのに一番<sup>いちばん</sup>いい方法<sup>ほうほう</sup>はどれだろう？」

「これは本当に今<sup>いま</sup>すぐやらなければいけない

ことかな？」

⑨ 手順<sup>てじゆん</sup>や気<sup>き</sup>をつけておく<sup>かんが</sup>ことを考えて、メモしておく。

⑩ スケジュール<sup>てじゆんひよう</sup>や手順表<sup>ようい</sup>を用意し、

やりおえたことに印<sup>しるし</sup>をつけていく。

### 3) やってみよう♪

1 今日<sup>きょう</sup>の授業<sup>じゅぎょう</sup>の大切なこと<sup>じゅぎょう</sup>に印<sup>しるし</sup>をつけよう。3つまで。

2 算数<sup>さんすう</sup>の問題<sup>もんだい</sup>を解<sup>と</sup>くときの手順表<sup>てじゆんひよう</sup>をつくってみよう。

3 いつ宿題<sup>しゅくだい</sup>をすると、いちばん集中<sup>しゅうちゅう</sup>できるか、

かんがえてみよう。

しょう  
5 章

まとめ

1

じぶん 自分がよくつかった学び方<sup>まな かた なに</sup>は何でしたか?どんな工夫<sup>くふう</sup>をしましたか?

2

じぶん 自分がよくできた、やった!と思うテストや作品<sup>おも さくひん</sup>の写<sup>しゃ</sup>真<sup>しん</sup>をここに貼ろう!

★おうちの人<sup>ひと</sup>からのメッセージ★

-----

★ ✕ 毛 ★

Handwriting practice lines consisting of 20 sets of three horizontal lines (top solid, middle dashed, bottom solid).

# 先生または保護者の方へ

この本の使い方やお子さんへのガイドの仕方については、別冊をご覧ください。

## 参考文献など

### <書籍>

- 1) アームストロング, T. 吉田新一郎 (訳) 2002 『「マルチ能力」が育む子どもの生きる力』, 小学館 (Armstrong, T. 2000 Multiple Intelligences in the Classroom. 2nd Ed. Virginia: ASCD publications.)
- 2) ファーマン, B. 佐俣友佳子 (訳) 2008 「フィンランド式キッズスキル」ダイヤモンド社.
- 3) ギャザコール, S. & アロウェイ, T. 湯澤正通・湯澤美紀 (訳) 2009 「ワーキングメモリと学習指導—教師のための実践ガイド—」 (Gathercole, S. E., & Alloway, T. P. 2008 Working Memory and Learning. London: Sage Publication Ltd.)
- 4) ジャネイ, R. & スネル, M. E. 高野 久美子・涌井 恵 (監訳) 2011 「子どものソーシャルスキルとピアサポート—教師のためのインクルージョン・ガイドブック」金剛出版 (Janney, R. & Snell, M.E. 2006 Social Relationships and Peer Support. 2nd Ed. Baltimore: Paul H. Bookes Publishing Co.)
- 5) 関西大学初等部 2012 「関大初等部式思考力育成法」さくら社
- 6) 平木典子 2009 「子どもための自分の気持ちが<言える>技術」PHP 研究所
- 7) 岩堀美雪 2009 「ポートフォリオで「できる自分」になる!」サンマーク出版
- 8) Levine, Mel., Swartz, C. W., & Wakely, M. B. 1997 The Mind That I s Mine: A Program to Help Young Leraners Learn about Learning (Teacher Manual). Chapel Hill: ALL KINDS OF MINDS.
- 9) 水野麻子 2008 『らくがきが驚きの効果を生む「ピクチャー・ノート」勉強法』リヨン社
- 10) メディナ, J. 小野木明恵 (訳) 2009 「脳の力を 100%活用するブレイン・ルール」NHK 出版
- 11) 宮本益知 (監修) 2010 「はるえ先生とドクター M の苦手攻略大作戦 (6 冊セット)」教育出版
- 12) 鈴木教夫 2004 やってみようアサーション⑥ 月刊学校教育相談 9 月号 ほんの森出版

### <ウェブサイト他>

- 1) CAST(2011)Universal Design for Learning Guidelines version2.0.  
Wakefield, MA:Author. < <http://www.udlcenter.org/aboutudl/udlguidelines> > 2012 年 3 月 19 日アクセス
- 2) Intel Corporation, 効果的なプロジェクトの設計: グラフィック・オーガナイザー.  
< <http://educate.intel.com/jp/ProjectDesign/InstructionalStrategies/GraphicOrganizers/> >  
2012 年 3 月 15 日アクセス.
- 3) Maryland Public Television and Johns Hopkins University Center for Technology in Education  
2003-2012, Graphic Organizers.  
< <http://www.thinkport.org/technology/template.tp> > 2012 年 3 月 15 日アクセス
- 4) NHK テストの花道 NHK 教育テレビ

平成 21-23 年度文部科学省科学研究費補助金 (若手研究 (B)) 「発達障害児の在籍する通常学級における協同学習のユニバーサルデザイン化に関する研究」

(研究代表者: 涌井恵, 課題番号: 21730730)

研究成果物Ⅱ

## 「学び方を学ぶ」テキスト<試作版>

—学びの達人(ふるしき忍者)になれるコツ—

2012年3月30日 初版

著者 涌井 恵(わくい めぐみ)

発行 独立行政法人国立特別支援教育総合研究所

〒239-8585 神奈川県横須賀市野比5丁目1番1号

e-mail wakui [ アットマーク ] nise.go.jp ([ アットマーク ] を@にして送信して下さい)

Copyright © 2012 涌井恵 All Rights Reserved. ※無断転載を禁ず



