

# クラス担任のための Career Guidance

2012 >> VOL.13

【キャリアガイダンス 特別編集】

RECRUIT

ノートづくりで育む

「自分の頭で考えよ」としなない「何ごとでも受け身」……。そんな生徒たちを変えるヒントが、日頃のノートづくりにもあるのではないかと探ってみました。

## 自分で考え、行動できる習慣をつける

ノートは将来の自分のために書く。

「目的」を意識するノートづくり

授業中、ノートをしっかりとっている生徒には、前向きさや積極性が感じられる。しかも、ただ板書を機械的に書き写すのではなく、教師が語った言葉や自分の考えもメモしている生徒がいて、「考えているな」と感じることもあるのではないだろうか。「ノートを書く」という行為には、その人の考えや姿勢が反映されていそう。

実際に、400人以上の大学生や社会人のノートを見比べた『東大合格生のノートはどうして美しいのか?』の著者、太田あやさんによると、難関大学を目指す生徒たちのノートからは、「絶対理解する」といったような種の気迫ともいえるものが感じられたという。

「目的が明確になっていて、やっていることすべてに意味があるんです。何となく書いていくということが一切ないのがとても印象的でした」

例えば、授業のノートでも「この背景は?」「○○との関係性は?」「○○面白い」といった自分の疑問や感情も書き込んでいたり、自分なりにポイントを付加し、資料を添付していたり。「彼らは、ノートは未来の自分のために書くものだと言います。必ず振り返って見るもの。振り返りを通して、自分は何ができて、何ができないのかといった、客観的な視点がしっかり確立され、明確になっています。それが表れて、ノートがとてもわかりやすく美しいのです」

## キッカケは「授業」「面白い授業」でノートが変化する

太田さんが取材した多くの学生は、東大をはじめとした難関大学に合格したような生徒たち。もともと、ノートをとること自体が苦にならず、昔からしっかりと行ってきたのだらうと思いがち。しかし、太田さんは「そうでもないらしい」という。

「なかにはまったく、ノートづくりには興味があつたという学生もいました。しかし、それが変化したキッカケは、「ほとんどの学生が、授業が楽しかったから」と答えています」

中学、高校、浪人時代など、時期はさまざまではあるが、どの学生も「先

生徒に伝えたいノートと向き合う時の3つのポイント

ただ単に、板書されたことを書き写すのがノートの役割ではなく、「未来の自分に向けたノート」を実現させる3つのポイント。

① 目的意識を持つ  
このノートは何のために作成しているのか。その目的を明確にすることによって、常に目的意識を持つことを習慣づける。「未来の自分のため」という大きな目標だけでなく、「○○の課題を克服するため」「関連性を理解するため」など、小さな目標も併せて意識していく。

② 思考を深める  
自分なりに目的意識を持つことによって、考えを深めることを促す。単なる知識の詰め込みではなく、物事の関連性や、その背景などにも考えを至らす。加えて、自分が感じたことや、気づいたこともノートに記すことで、「自分なりに考える」という習慣を身につける。

③ 振り返りをする  
書いただけで満足するのではなく、何度も振り返りをするのが、客観的に自分をとらえることにつながる。また、できるようになったり、理解が深まったという経験は、自分への小さな自信にもつながっていく可能性がある。

容やその成果・課題をノートに記し、常に見返していたという話をよく聞く。太田さんが取材した中でも、「部活と勉強のノートづくりは共通する」と語った学生がいたという。その学生はハンドボール部の出身。試合に勝てないと悩む後輩の練習を見ていて気づいたのが、何も考えずに練習をただこなしているだけだということ。

「部活も、常にどうなりたいか、どうしたらもっと強くなれるか考えて練習しないと強くない。それと同じことを

教科のノートでも行っているんだと言いました。自分がよく間違えるパターンは何なのか、どこが苦手なのかを意識していくことで初めて、成績の上がるノートがとれるのだと言います」

つまり、自分自身の目標を達成していくためのスタイルを、ノートづくりを通して身につけていっているというもい。それは、小さな成功体験の積み重ねにも通じ、「やればできる」という自己効力感を育むことにつながるのではないだろうか。

自分の目標達成スタイルをノートをとることで発見する

例えば、トップアスリートと言われる人たちの多くは、毎日のように練習内

「わかりやすく板書することも大事でしょうが、それだけではなく、先生がいかに解説や物語をつけるか、そういった知的好奇心を刺激する授業も、生徒をノートづくりに向かわせるためにはとても重要なんだと思います」

日常、当たり前のようになると。だからこそ、生徒を変化させる習慣づけの可能性を秘めている。そんなノートの意味を、改めて生徒に問いかけてみてはどうだろうか。

『東大合格生のノートはどうして美しいのか?』  
太田あや著 文藝春秋発行  
東大生のノートに注目!ベストセラーとなった『東大合格生のノートはなぜ美しい?』の第二弾。東大だけでなく、難関大学の学生や著名人などのノートも集め、美しいノートとはどういうものか、なぜこれらの人のノートは美しいのかを分析・解説した本。ノートづくりの大切なことが伝わってくる。

●著者紹介: 太田あや(おたあや)フリージャーナリスト。1976年石川県生まれ。日本女子大学文学部卒業、一橋大学大学院言語社会研究科修士課程修了。情報出版社で教育関連の編集を経て、2006年よりフリー。

### 生徒に伝えたいノートと向き合う時の3つのポイント

ただ単に、板書されたことを書き写すのがノートの役割ではなく、「未来の自分に向けたノート」を実現させる3つのポイント。

① 目的意識を持つ  
このノートは何のために作成しているのか。その目的を明確にすることによって、常に目的意識を持つことを習慣づける。「未来の自分のため」という大きな目標だけでなく、「○○の課題を克服するため」「関連性を理解するため」など、小さな目標も併せて意識していく。

② 思考を深める  
自分なりに目的意識を持つことによって、考えを深めることを促す。単なる知識の詰め込みではなく、物事の関連性や、その背景などにも考えを至らす。加えて、自分が感じたことや、気づいたこともノートに記すことで、「自分なりに考える」という習慣を身につける。

③ 振り返りをする  
書いただけで満足するのではなく、何度も振り返りをするのが、客観的に自分をとらえることにつながる。また、できるようになったり、理解が深まったという経験は、自分への小さな自信にもつながっていく可能性がある。

### 例えばこんなノート指導

教科や日常生活の中で行うノート指導の例をご紹介します。

① ヒントを示し試行錯誤させる(授業ノート)  
板書を写すだけが目的ではない、自分なりのノートの意味を考えさせる。「なぜノートをつけるのか?」「どうしてこういつけ方をしているのか?」など、生徒に問いかけていく。それによって、生徒自身が、自分で考え、試行錯誤することを促す。

② 生徒の状況を把握する(面談での資料)  
「ノートは、驚くほどその人自身を表しています」という太田さん。だからこそ、面談の際に、日頃の授業で使用しているノートなども持参してもらおうと、その生徒がどこでつまづき、何に困っているかがわかるキッカケになる可能性も高い。

こんなノートも!  
生活習慣づくりを助ける(生活ノート)  
毎日の勉強・生活時間の記録や、その日の振り返りなどを記していく生活ノート。教師はその内容にコメントを入れて返す。中学校の多くでは実施されているが、福井県など一部の地域では高校でも実施されている。まずはノートをつける、自分を振り返るといった習慣づけに役立つ。

### 太田さんオススメワンポイント・テクニック

テスト勉強に使えるノートづくりのワンポイント・テクニックを、太田さんに教えてもらった。

#### 3つの記号で、自分なりのオリジナル対策ノートを作成!

日頃使用している授業ノートなどに、以下の3つの記号を入れていくことで、テスト勉強がより効率的になる可能性が!

(記号とその意味)  
☆ … テストに出すぞ!と先生が言ったところ  
? … 授業中、あまりうまく理解できなかったところ、よくできなかったこと  
! … 完璧に理解できたと思ったところ

(活用の仕方)  
● 日頃の授業ノートに3つの記号を入れていく。  
● まず最初は、「?」がついたところから復習。何がわからなかったのか、どこでつまづいたのかなど、しっかり弱点を克服していく。  
● 次に、「☆」の部分も復習。  
● 最後は「!」のところも確認。自分では完璧と思っていたことでも、曖昧になっていないか再度確認する。



『東大合格生のノートはどうして美しいのか?』  
太田あや著 文藝春秋発行  
東大生のノートに注目!ベストセラーとなった『東大合格生のノートはなぜ美しい?』の第二弾。東大だけでなく、難関大学の学生や著名人などのノートも集め、美しいノートとはどういうものか、なぜこれらの人のノートは美しいのかを分析・解説した本。ノートづくりの大切なことが伝わってくる。

●著者紹介: 太田あや(おたあや)フリージャーナリスト。1976年石川県生まれ。日本女子大学文学部卒業、一橋大学大学院言語社会研究科修士課程修了。情報出版社で教育関連の編集を経て、2006年よりフリー。

過去問 やり放題、はじまる。

## 大学受験の味方 受験サプリー

大学受験をひかえている高校生に役立つ、無料コンテンツが盛りだくさんです! 無料会員登録をするだけで、すべてのコンテンツをお使いいただけます。



- 受験生にオススメ3つのポイント
- 有名37大学の徹底解説付き過去問を無料でダウンロードできます!
- 実力派講師のセンター対策講義動画を無料公開! 大学別講義も続々公開予定!
- 高い的中率! 無料センター模試! WEBでいつでも受験でき、即採点&判定!

パソコン・スマートフォンから、かんたん無料登録! <http://jyukensapuri.jp/> 受験サプリー 検索