

先生が決めた活動を、自分で時間配分を考えながら自分のペースで進めるフォームです。

氏名 _____ 学年・クラス _____ 教科 _____ 日付 _____

見通す

教科・領域

単元名

今日の課題

自分の目標

今日の計画（先生が決めた活動）

分

学習活動・やること

時間(分)

実行する

確認タイムに以下を確認しましょう。

確認タイム チェックリスト

- 課題の解決に向けて順調に進んでいるか
- 目標の達成に向けて順調に進んでいるか
- 時間配分は予定通りか
- 学習に向かう気持ちは前向きか

実行中のメモ（気づき・疑問）

振り返る

目標の達成度

1

2

3

4

5

1 = できなかった 5 = よくできた

成果・うまくいったこと / その理由

課題・うまくいかなかったこと / その理由

次に活かすこと

実際にどのように書くか、参考にしてみましょう。

氏名 _____ 学年・クラス _____ 教科 _____ 日付 _____

これは記入例です。実際に書くときの参考にしてください。

見通す

教科・領域

算数科

単元名

小数のかけ算

今日の課題

小数×小数の計算の仕方を考える

自分の目標

小数点の位置に気をつけて計算できるようになる

今日の計画（先生が決めた活動）

学習活動・やること	時間(分)
教科書 p.42 の例題を読む	5
練習問題 を解く	10
確認タイム	0
練習問題 を解く	12
まちがい直し・たしかめ	8

実行する

確認タイムに以下を確認しましょう。

確認タイム チェックリスト

- 課題の解決に向けて順調に進んでいるか
- 目標の達成に向けて順調に進んでいるか
- 時間配分は予定通りか
- 学習に向かう気持ちは前向きか

実行中のメモ（気づき・疑問）

- ・小数点を一度わすれてまちがえた
- ・かける数の小数点の数だけずらすとわかった
- ・時間が少し足りなかった

振り返る

目標の達成度

1 2 3 4 5

1 = できなかった 5 = よくできた

成果・うまくいったこと / その理由

小数点の位置を正しくできた。途中で確認したから。

課題・うまくいかなかったこと / その理由

時間が足りず が解けなかった。 に時間をかけすぎた。

次に活かすこと

かんたんな問題は時間を短くして配分する

Be/Do/Regulate の3ゴールを意識し、時間配分とToDoも記録するフォームです。

氏名 _____ 学年・クラス _____ 教科 _____ 日付 _____

見通す

教科・領域

単元名

今日の課題

Be ゴール

Do ゴール

Reg ゴール

目標（上から1つ選んで ・記述）

今日の計画（先生が決めた活動）

分

学習活動・やること

時間(分)

実行する

確認タイムに以下を確認しましょう。

確認タイム チェックリスト

- 課題の解決に向けて順調に進んでいるか
- 目標の達成に向けて順調に進んでいるか
- 時間配分は予定通りか
- 学習に向かう気持ちは前向きか

実行中のメモ（気づき・疑問）

振り返る

目標の達成度

1

2

3

4

5

1 = できなかった 5 = よくできた

成果・うまくいったこと / その理由

課題・うまくいかなかったこと / その理由

次に活かすこと

次の授業ですること (ToDoメモ)

実際にどのように書くか、参考にしてみましょう。

氏名 _____ 学年・クラス _____ 教科 _____ 日付 _____

これは記入例です。実際に書くときの参考にしてください。

見通す

教科・領域

社会科

単元名

わたしたちの市

今日の課題

市の特色を地図と資料から読み取る

Be ゴール

Do ゴール

Reg ゴール

目標（上から1つ選んで ・記述）

（Beゴール）市の特色を3つ、理由を

つけて自分の言葉で説明できるようになる

今日の計画（先生が決めた活動）

学習活動・やること	時間(分)
地図を見て気づきを書く	8
資料集 p.10 を読む	10
確認タイム	0
特色を3つ整理する	12
ノートにまとめる	10

実行する

確認タイムに以下を確認しましょう。

確認タイム チェックリスト

- 課題の解決に向けて順調に進んでいるか
- 目標の達成に向けて順調に進んでいるか
- 時間配分は予定通りか
- 学習に向かう気持ちは前向きか

実行中のメモ（気づき・疑問）

- ・川が多いことに気づいた
- ・工場は海ぞいに集まっている
- ・記号「果樹園」の意味を凡例で確認

振り返る

目標の達成度

1 2 3 4 5

1 = できなかった 5 = よくできた

成果・うまくいったこと/その理由

特色を3つ書けた。地図に印をつけて整理したから。

課題・うまくいかなかったこと/その理由

理由づけが浅かった。資料を読む時間が短かった。

次に活かすこと

資料を読む時間を長めにとる。

次の授業ですること (ToDoメモ)

市の産業について資料集 p.12 を読んでくる

課題を分解・分析し、Be/Do/Regの3目標を立て、時間配分まで自分で計画するフォームです。

氏名 _____ 学年・クラス _____ 教科 _____ 日付 _____

見通す

教科・領域

単元名

今日の課題

課題を分解すると

わかっていること

わからないこと

Be ゴール

Do ゴール

Reg ゴール

今日の計画（先生が決めた活動）

分

学習活動・やること

時間(分)

実行する

確認タイムに以下を確認しましょう。

確認タイム チェックリスト

- 課題解決に向けて順調か
- 目標達成に向けて進んでいるか
- 時間配分は予定通りか
- 気持ちは前向きか

実行中のメモ（気づき・疑問）

振り返る

目標の達成度

1 2 3 4 5

1 = できなかった 5 = よくできた

成果・うまくいったこと

その理由

課題・うまくいかなかったこと

その理由

次に活かすこと・学び方の変化

次の授業ですること（ToDoメモ）

実際にどのように書くか、参考にしてみましょう。

氏名 _____ 学年・クラス _____ 教科 _____ 日付 _____

これは記入例です。実際に書くときの参考にしてください。

見通す

教科・領域

理科

単元名

電気のはたらき

今日の課題

乾電池のつなぎ方とモーターの回り方を調べる

課題を分解すると

直列つなぎで回す へい列つなぎで回す

回り方のちがいを比べる

わかっていること

電池で回る

わからないこと

速さは変わる？

Be ゴール

直列の方が速く回ると説明で

きる

Do ゴール

回路を組んで結果を表に記録

する

Reg ゴール

回らなければ配線を見直す

今日の計画（先生が決めた活動）

学習活動・やること	時間(分)
直列回路を組む	8
回り方を記録	6
確認タイム	0
へい列回路を組む	8
比べて表に整理	7

実行する

確認タイムに以下を確認しましょう。

確認タイム チェックリスト

- 課題解決に向けて順調か
- 目標達成に向けて進んでいるか
- 時間配分は予定通りか
- 気持ちは前向きか

実行中のメモ（気づき・疑問）

- ・直列は明らかに速い
- ・へい列は直列より遅い
- ・配線が外れて一度やり直した

振り返る

目標の達成度

1 2 3 4 5

1 = できなかった 5 = よくできた

成果・うまくいったこと

直列が速いと結果から説明できた

その理由

表に整理して比べられたから

課題・うまくいかなかったこと

配線ミスで時間をロスした

その理由

つなぐ前に回路図を確認しなかった

次に活かすこと・学び方の変化

つなぐ前に回路図で確認する習慣をつける

次の授業ですること（ToDoメモ）

豆電球でも同じか予想を立ててくる