

自己調整者ワークシート ～テーマ(学習面): 11/12(土)の模試の対策・結果を振り返って、2学期期末考査につなげよう～

活動1 「1. 自己調整学習者について」を読み、学習面について動機づけと学習方略に関する、現状分析、改善策を記入する。(8分)

活動2 3～4人のグループで話し合い、改善策の意見をもらう。*メタ認知(4分×3人=12分)

	現状分析(模試を振り返って)	高めるための改善案(期末に向けて)	グループワークでの改善策
動機づけ	(自己評価: ◎・○・△): 具体例 例) △: モチベーションが上がらず、中間考査よりも対策しなかった。	例) 目標順位を設定して、目標に向かって対策を設定して実践する。	例) 目標順位を設定して、家族や友達に宣言する。
学習方略	(自己評価: ◎・○・△): 具体例 例) ○: チャートや文法書の問題は一通りやった。	例) わからなかった問題をもう1周解きなおす。	例) 英単語は赤シートで定着させる。

活動3 メタ認知について、現状分析、改善策を記入する。(8分)

活動4 3～4人のグループで話し合い、改善策の意見をもらう。*メタメタ認知(4分×3人=12分)

	現状分析(模試を振り返って)	高めるための改善案(期末に向けて)	グループワークでの改善策
メタ認知	(自己評価: ◎・○・△): 具体例 例) △: 模試に向けてどのくらいどの教科をすればいいかわからなかった。	例) テスト1週間前に課題を終わらせる。課題が終わらなかった場合、学習計画を調整する。また、課題の分野毎に過去問を大問単位で時間設定して定着度を測る。	例) スマホアプリや手帳で勉強時間や課題の進捗状況を毎日チェックする。

活動5 今回の自己調整者としての演習を通じて、考えたこと、学んだことを書こう。(5分)