



英語学習者の「主体的に学習に取り組む態度」を見取るための「振り返り」に関する縦断的調査：3年間の実践の総括的内省

増見，敦

(Citation)

研究紀要：神戸大学附属中等 論集, 8:17-24

(Issue Date)

2024-03-31

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/0100487685>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/0100487685>



実践報告

英語学習者の「主体的に学習に取り組む態度」を見取るための「振り返り」に関する縦断的調査—3年間の実践の総括的内省—

A Longitudinal Study on Exploring Learners' Proactive Learning Attitudes:
Focusing on Reflection and Curriculum Development

増見 敦

MASUMI Atsushi

This study was conducted for around three years with the goal of understanding proactive learning attitudes in junior high school English learners. It revealed three key findings. Firstly, a reflective curriculum was found valuable for observing proactive attitudes, but assessing them effectively posed challenges. Secondly, integrating intrapersonal assessment and fixed reflective perspectives improved the connection between reflection and English performance, enhancing students' reflective skills and aiding teacher's evaluation. Finally, it is important for teachers to regularly question their own beliefs in teaching and to support students with reflective challenges.

キーワード：振り返り、個人内評価、英語力、自己意識

Key words: Reflection, Intrapersonal assessment, English proficiency, Self-awareness

I はじめに

本稿は英語学習者の「主体的に学習に取り組む態度」を見取るための課題を解決するために、私¹が教師として3年間に渡り縦断的に取り組んだ調査の内容、及び私の内省の報告である。

II 実践の背景

中学校では2021年度に新学習指導要領の実施を迎えた。それまでの28年間、前任校の勤務も含めてすべて高校を担当していた私は、初めて中学1年生を担当することになった。観点別学習状況評価については、小学校そして中学校ではすでに導入されて久しいものではあったが、私にとっては初めての取組に大きな不安を感じていた。中でも学習者の「主体的に学習に取り組む態度」の見取りと評価については悩ましさを感じていた。

主体的に学習に取り組む態度の評価について「『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料(中学校外国語)」(国立教育政策研究所、

2020)では「基本的には『思考・判断・表現』と一体的に評価する」(p.80)とし、その評価規準は「『思考・判断・表現』の評価規準と対の形」(同, p.79)で、語尾を「～しようとしている」と示された。

ここで、私の中にいくつかの問いが浮かび上がった。生徒の「～しようとしている」姿を可視的なものとして捉え、何かの物差しで測ることは可能なのか。適切な評価をするためには、どのような方法をいつ使えば良いのだろうか。こうした問題意識が本調査に取り組む端緒となった。

III リサーチ・サイクル1

サイクル1は中学校での新学習指導要領の実施を迎えた2021年4月から2022年3月にかけて、私の勤務する中等教育学校に入学した1年生3クラス125名を情報提供者として実施した。実施にあたり、まず私は主体的に学習に取り組む態度を見取るための方法を検討した。私は先述の問題意識に立ち、1)生徒が自身の学習状況を把握し分析できること、2)教師が生徒全員の情報を得られること、

3)生徒も教師も普段の授業で活用できること、の3条件を満たす「振り返り」に着目した。

サイクル1では、事前調査として振り返りに関する文献研究を行った後、振り返り指導カリキュラム、生徒の「生きられた経験」(van Manen, 1997)の記述を軸とした振り返りシート、振り返りの達成を判定する評価基準の開発を試み、振り返りの可能性について検討を行った。結果、実践上の時間的負担が課題として残るものの、生徒自身による多様な振り返りの視点を得ることが可能となり、主体的に学習に取り組む態度の見取りに大きく貢献し得る成果を得ることができた(増見, 2022)。

その一方で課題も浮き上がった。1点目は、振り返りが上手く書けるにも関わらず、英語力の向上に結びつかない生徒が一定数いるという事実である。これまで私が取り組ませてきた振り返りのプロセスが最終的な英語パフォーマンスに結びついていないのではという不安や、生徒の自己調整力を上手く引き出していないのでは、という反省から、振り返らせ方の課題を強く抱くようになった。

2点目は、主体的に学習に取り組む態度の見取りに際し、教師に必要な条件として「指導観に向き合う姿勢」というテーマを得たことである。Richards & Lockhart(1996)は指導観が教師の意思決定の基盤になると述べているが、この指摘は、指導観が固定化されると、生徒の学びの見取りも固定化される懸念を示すものと私は捉えた。仮に、ある生徒の主体性が全く見取れないと判断し、その生徒の主体的に学習に取り組む態度の評価をCとした場合、それはその教師の指導観に基づく生徒の見取り、あるいは授業自体にも問題があるのかもしれない。生徒の姿の見取りとその評価が、教師自身の授業実践の評価に跳ね返ってくる怖さ、見取りに対する責任を強く内省した。

IV リサーチ・サイクル2

サイクル2では、振り返りが最終的な英語パフォーマンスと結びつくような振り返らせ方を検討すること、及び生徒に自身の学びの変容をより一層意識させ、その姿を教師が適切に見取ることが

できるような振り返らせ方の立案と検証を課題とし、2022年4月から2023年7月にかけて、サイクル1と同じ情報提供者(2022年度:2年生、2023年度:3年生)を対象に実践を行った。

前半(2022年度)では、生徒の自己意識の変容を見取る手立てとして個人内評価に着目し、各授業での「小さな振り返り」を再検討した。また生徒の視点にも着目し、生徒が自覚する振り返り力(自分の英語学習の到達点と課題を分析して行動できる力と仮に規定)を観察した。後半(2023年4月～7月)では、教師の適切な見取りを支える新たな振り返らせ方の立案を行い、その実践と検証を行った。

4.1 サイクル2前半(2022年度)

個人内評価を援用した小さな振り返りの活用により、単元内で生徒の意識の変容の視覚化が可能となった。加えて、これらの自己意識の変容と英語力(パフォーマンス課題に求められる英語力と定義)の伸びとの関係が比較的高いことが観察され、学習支援のタイミングの早期発見も可能となった。

こうしてサイクル2前半では、振り返らせ方と教師の見取り、そして学習支援を考える上で、個人内評価の強みを感じ取ることができ、振り返らせ方を検討する上で、私にとって大きな材料を得ることができた。これらの実践と検証の詳細については、増見(2023)を参照されたい。

4.2 サイクル2後半(2023年度)

しかしながら、これらの成果は1つの単元内に限定されたものだった。私はこの取組を継続することで、生徒の振り返りの力や英語力に何らかの変化が現れるのだろうか、という問いを抱いた。そこで後半では、以下実践上の問いを2点設定した。

問い1 振り返り力と英語力(GTEC スコア)の伸びとの関係性はどの程度か？

問い2 英語力・振り返り力の向上に結びつく振り返らせ方にどのような方法があるか？

4.2.1 データの収集と分析方法

調査にあたり、1)振り返り記述、2)パフォーマンス

ステストスコア、3)英語学習意識調査の回答(2022年3月、2023年3月・7月実施)、4)1年目と2年目12月実施のGTECスコア(3技能アセスメント版使用)、の4種のデータを収集した。

問い1では、英語学習意識調査から、ア「英語の勉強を自分で振り返ることのできる力(分析して行動できる力)はどの程度ですか?(振り返り力自己評価:5点満点)」、イ「英語学習を振り返ることで、何かできるようになったことがあれば記述してください(自由記述)」、ウ「自分の英語の勉強を振り返ることで英語の力が上がったと思いますか(英語力向上の実感:4点満点)」に着目する。アは「1:とても低い・2:高くはない・3:どちらでもない・4:低くはない・5:とても高い」、イは「1:わからない・2:変わらない・3:上がった・4:よく上がった」の回答を得た。アの平均値・標準偏差の算出、イの分析、1年目と2年目のGTEC平均値の算出、及びアとGTECスコアとの間で相関分析を行う。また、2年目アの得点順に生徒を4層(5点は1名だったため4点と5点をa層、3点をb層、2点をc層、1点をd層)に分類、各層で1年目から2年目のGTECスコアの伸びの平均値とウの平均値を求める。

問い2では新たな取組に対し、パフォーマンステストスコア、英語学習意識調査(2023年3月・7月実施)の上記項目ア・イを用いた分析を行う。データの比較では効果量 d 値を算出し、その大きさの目安として、.20で効果量小、.50で効果量中、.80で効果量大と判断した(竹内・水本, 2014, p.355)。

4.2.2 問い1: 振り返り力と英語力の伸びとの関係

まず、1年目・2年目終了時の振り返り力と英語力を比較した。結果、振り返り力自己評価の平均値では、1年目と比べ2年目は全体的な減少を(表1)、GTECスコアの平均値は全国平均と比べ1年目は+69.8点、2年目は+177.3点(表2)が確認された。

表1

振り返り力自己評価平均値(5点満点)

	Mean	SD
1年目	3.24	0.76
2年目	3.07	0.98

表2

GTEC(3技能)トータルスコア平均値

	1年目	2年目
情報提供者	415.9	522.3
全国	346.1	345.0

私は振り返り力の減少理由を探るため、調査項目イの自由記述を読み込んだ。振り返り力が高い生徒層は「どんな気持ちになったか、その気持ちを抱いた理由は何か、なぜその理由が起きてしまったか、など順番に理由、最終的な要因・課題を見つけられるようになった。」と、振り返りに一定の効果を感じている生徒が多い。一方、振り返り力の低い生徒層では「自分の足りていない所やできた所などは自分で分かるようになってきたが、どのように変えていくかなどの改善策が思いつかなかった」等の記述が現れる。自身の課題の克服や行動に難しさを抱える生徒に対する私の支援が不十分なことに大きな反省を得た。リフレクションでは「メンターによるガイダンスが必要である」(玉井他, 2019, p.78)という前提に立つと、主体的に学習に取り組む態度を見取るための振り返りの成立には教師の適切な支援が不可欠であるという、極めて基本的な条件に改めて気づかされた。

次に、振り返り力と英語力との関係を観察するため、2者の相関係数(r 値)を算出した(表3)。相関係数の解釈について竹内・水本(2014)では「 $r=.10$ 程度で効果量小、 $r=.30$ 程度で効果量中、 $r=.50$ 程度で効果量大」(p.127)とされ、2者の間に1年目は中程度の効果量、2年目に大きな効果量が観察された。2年目に個人内評価に基づく振り返りを継続実施したことが、この結果に寄与したかもしれない。

表3

振り返り力とGTECスコアとの相関係数

($n=120$, $*=p<0.05$, $**=p<0.01$)

	GTEC 1年目	GTEC 2年目
振り返り力(1年目)	0.40**	—
振り返り力(2年目)	—	0.53**

次に、振り返り力から見た英語力の伸び、及び英語力向上の実感を分析した。結果、振り返り力が高

い層ほど、英語力の伸び、及び英語力向上の実感が高くなる傾向を確認した(表4)。

表4

振り返り力から見た GTEC スコアの伸び・英語力向上の実感

振り返り力	GTEC スコア 伸び平均値	英語力向上の実感 (4 点満点平均値)
a 層(n=51)	118.6	3.2
b 層(n=34)	114.6	2.9
c 層(n=26)	73.1	2.7
d 層(n=9)	39.9	2.6

以上より主体的に学習に取り組む態度を見取るための振り返りを成立させるためには、生徒への適切な支援、個人内評価の採用、生徒の振り返り力を高めること、が肝要であると私は理解した。

4.2.3 問い2：英語力・振り返り力向上への方法

問い1の結果を踏まえ、サイクル2後半では振り返らせ方の改善点として、1)意識の変容の見取り易さ、2)生徒の振り返り力向上に結びつくこと、3)最終的な英語パフォーマンスに結びつくこと、4)生徒支援に結びつくこと、の4点を掲げ、個人内評価の視点から大きな振り返り用シート(増見, 2022)の再改訂を試み、その実践と検証を行った。

大きな振り返りではこれまで単元開始時、途中、終了時と別々のシート(1単元につき合計3枚)を用いたため、3時点の変化の見取りに時間を要するという欠点があった。その改善策として、A3サイズ1枚両面4頁の冊子状にまとめた(【資料1】)。

表紙には、該当単元のパフォーマンス課題、学年到達目標を提示した(2023年度のパフォーマンス課題は【資料2】参照)。1頁目は単元開始時の振り返りとして、1)パフォーマンス課題を初めて体験した今の瞬間の気持ち、2)目標(この単元で最もやるべきこと)の設定、3)達成度のグラフ化(「『最もやるべきこと』、『パフォーマンス課題』について『今(1回目)の達成レベル(満点100)』に●をつけよう」の記述を課している。2頁目は単元途中の振り返りとして、1)パフォーマンステスト評価観点(別紙で配布)を確認した今の瞬間の気持ち、2)今の達成度

のグラフ化(1頁目の表に追加)、3)グラフ形状別に学習状況の検証(前回より上昇・平坦・下降別に「やってきたことをアピールしてください!うまくいっている取組は?」、「なぜ変わらないのだろう?取組をどう変えると更に良くなるのだろうか?」、「なぜ下がったのだろうか?取組の何が課題?」を記述)、4)目標の再設定・具体的対処、の記述を課した。3頁目は単元最後の振り返りとして、1)パフォーマンステストを受けた今の瞬間の気持ち、2)今の達成度のグラフ化(1頁目の表に追加)、3)グラフ形状別(ずっと上がった・下がって上がった・ずっと平坦・上がった・下がった・ずっと下がった)に学習状況の検証、4)次の課題設定・具体的対処、の記述を課した。

なお、シートは各振り返り時に教師に提出され、教師による確認後、生徒に返却された。振り返り評価は単元終了時に総括的に行った。

2023年4月から7月にかけて、この1枚シートを使った実践を行い、これまでの大きな振り返り用シート使用群(3枚別シート使用群)と1枚シート使用群を設定し、比較観察した。なお、両群とも小さな振り返りでは、サイクル2前半で開発したシートを継続使用した(【資料3】)。

検証では1つの単元を取り上げた。「話すこと(発表)」のパフォーマンス課題として「与えられたトピックについて即興で意見を述べる」を設定し、帯活動で発話練習を行った。単元前後の英語力の比較として、流暢さ(70 wpm以上で8点満点)、内容(結論を先に示したり、理由を加えたり、立場を明確にして考えを分かり易く伝えている、で7点満点)の2観点の変化に着目した。得られた結果と私の気づきを以下3点報告する。

はじめに、振り返りシートの違いと英語力の変化の関係性を観察した。以下結果である(表5)。

表5

振り返りシートの違いと英語力推移

評価観点 (単元前後)		1枚シート使用 群 (n=78)		3枚別シート使 用群 (n=38)	
		Mean	SD	Mean	SD
流暢さ	前	1.40	1.70	1.50	2.17
	後	3.49	2.71	2.76	2.40
内容	前	1.75	1.39	1.84	1.41
	後	3.10	1.75	2.76	1.28

2群とも流暢さ・内容の点でスコアが上昇している。群別に各観点の効果量を算出したところ、1枚シート使用群の流暢さ・内容共に、大きな効果量(流暢さ： $d=0.92$ 、内容： $d=0.86$)が、3枚別シート使用群の流暢さ・内容共に、中程度の効果量(流暢さ： $d=0.56$ 、内容： $d=0.69$)が確認された。本単元では1枚シートが、3枚別シートよりも英語力の伸びに貢献する結果となった。

2点目に、振り返りシートの違いと振り返り力の変化を観察した。以下、結果である(表6)。

表6

振り返りシートの違いと振り返り力推移

振り返り力 自己評価 (時期)	1枚シート 使用群		3枚別シート 使用群	
	Mean	SD	Mean	SD
3月	3.02	0.69	3.07	0.74
7月	3.46	0.99	3.29	0.98

群別に振り返り力の変化について効果量を算出したところ、1枚シート使用群では、中程度の効果量($d=0.52$)が、3枚別シート使用群では、小程度の効果量($d=0.25$)が確認され、1枚シートが3枚別シートよりも、生徒の振り返り力の伸びに貢献している。意識調査では「自分の弱点の発見が速くなりました」、「グラフを記入することで、視覚的に成長曲線を見ることができ、自分に今何が足りていないのかを冷静に把握することができた。」など、多くの生徒が1枚シートの有効性を記述していた。

3点目は、見取りやすさと生徒の声の拾いやすさの実感である。1冊に大きな振り返りをまとめたことから、単元開始時→途中→終了時と生徒の変容が見取り易くなった。また、グラフ形状別に学習状況の記述を課したことにより、生徒の声がより素直な気持ちを反映したものになったように感じた。例えば「ずっと平坦」型の生徒Aは、「単語の意味や発音はやはり声に出すと無理になる。ただでさえ日本語をしっかり話せないのに英語となると無理。」と達成度が伸びない素直な気持ちを綴った。私は、生徒Aと一緒にシートを見ながら話を聞くと、生徒Aはグラフに記されたそれぞれの時点での気持ちを多く語ってくれた。この語りを受け、私

は生徒Aに継続的な支援を行うことができた。

本実践は短期的な取組で1枚シートの長期的な試用に関する検証には至っていない。しかし、1枚シートの開発に採り入れた振り返らせ方の理念・方法は、生徒の「学習に取り組む態度」を育くむための形成的な見取りを、「振り返り」を通して適切に行うことのできる可能性を導くものとする。

V 実践の評価と総合的内省

本調査では英語学習者の主体的に学習に取り組む態度を見取るための課題について、振り返りの実践からその解決を試みた。ここで私は秋田・能智(2007)の示す、活動が当該の問題解決にどれだけ機能したか(有効性)、同様の文脈で他の課題にも適用可能か(実用性)の点から、得られた成果と課題を以下3点にまとめ、3年間の実践を振り返る。

1点目は、主体的に学習に取り組む態度の定点観察及び形成的な見取りを可能にするために、振り返りのカリキュラム化を構築したことは実用性の点で評価できる。一方、全生徒の振り返りシートに目を通すための時間的負担は教師にとって課題であり、その効率性の向上も私にとって検討課題であった。改善策として、大きな振り返りシートを1枚に改訂したことでシートの確認時間は削減できたものの、40人規模の1クラスで15分から20分位はかかる。しかし主体的に学習に取り組む態度の見取りと評価を丁寧に行うのであれば、生徒個々の学びのプロセスを理解する時間はどうしても必要であろう。生徒の学びの姿を、普段の授業で教師が時間をかけず迷わずに見取り、評価できるような妥当性及び信頼性の高い方法を求めるのは未だ難題と感じている。

2点目は、振り返りシートの開発に際して個人内評価の考え方を採用し、振り返りの視点を固定化したことで、1)教師にとって生徒の学びの姿が見取りやすくなったこと、2)生徒の最終的な英語パフォーマンス・振り返り力の向上に結び付く振り返らせ方が得られたこと、3)生徒個別学習支援に貢献できたこと、は有効性の点で評価できる。一方、振り返りの型に生徒が慣れると、振り返りの記述が希

薄になる、あるいは教師の評価を意識したものになる恐れもある。「リフレクションは経験からの学びが第一義である」(増見, 2022)という前提に戻れば、生徒が本当に達成したいと思っている課題は何か、生徒にとって意味ある経験とは何かを問い、言語活動の内容を精選することで、生徒の声(内なる感情)の記述は生きたものになると考える。

3点目は、主体的に学習に取り組む態度を見取るための振り返りを成立させるために必要な教師側の条件として、1)自身の指導観の妥当性を問い続ける姿勢、2)振り返り力に課題を抱える生徒への支援、を得たことは実用性の点で評価できる。指導観の違いにより教師間で生徒の学びの姿の見取りが変わり得ることは主体的に学習に取り組む態度の評価の客観性に関わる課題とも取れる。玉井他(2019)は、指導者が学習者の授業経験の意味を理解する際し、“How is my teaching experienced by the learner?”(この生徒は、私のティーチングをその瞬間にどのように経験しているのだろうか?)と、「我々自身に問うこと」の重要性を指摘している(p. 23)。自身の指導観を問う姿勢を持ち続けることは、非常に苦しいことである。しかし「この生徒に対してこう思うけど、他の理解はないか?」と、自身の授業の中で生徒が置かれた世界を理解しようとする省察的態度を持ち続けることが、生徒の学びの姿の適切な見取りと評価の客観性に貢献するのみならず、「自分の課題は理解できているが行動できない」生徒の支援に結びつくものと考ええる。

本実践は1学年3クラスの規模の学校を母体に、私が全ての生徒の授業を受け持つことができる環境の上に成り立つものであった。しかし大規模校で、1学年の英語授業を複数の教師で担当するなどといった他の文脈で、本実践の成果をどれだけ適用できるかといった実用性には課題が残る。調査を積み重ね、適切な手立てと形成的な評価によって生徒が自身の学びに向き合い、主体的に学習に取り組む態度を涵養できるような振り返りのあり方を探ってゆきたい。

謝辞

本研究は科学研究費助成事業・奨励研究(No.

23H05057)の助成を受けたものである。

注

¹ 本稿執筆者の内省のプロセスを表現するために、「私」という一人称を用いる。

引用文献

- 秋田喜代美・能智正博(2007). 『事例から学ぶはじめての質的研究法 教育・学習編』東京図書.
- 竹内理・水本篤(2014). 『外国語教育研究ハンドブック—研究手法のより良い理解のために(改訂版)』松柏社.
- 玉井健・渡辺敦子・浅岡千利世(2019). 『リフレクティブ・プラクティス入門』ひつじ書房.
- 増見敦(2022). 「『主体的に学習に取り組む態度』の見取りと評価—英語科言語活動の『振り返り』指導の経過と課題—」『研究紀要 神戸大学附属中等論集』, 第6号, 21-26
- 増見敦(2023). 「中学校英語言語活動における『振り返らせ方』の実践的研究」『研究紀要 神戸大学附属中等論集』, 第7号, 1-6
- 文部科学省国立教育政策研究所(2020). 『「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料(中学校外国語)』
- Richards, J.C. & Lockhart, C. (1996). Exploring teachers' beliefs. In J.C. Richards, & C. Lockhart, *Reflective Teaching in Second Language Classrooms* (pp. 29-51). Cambridge: Cambridge University Press.
- van Manen, M. (1997). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy* (2nd ed.). The Althouse Press.

【資料2】

2023年度第3学年パフォーマンス課題一覧 ※検定教科書 NEW CROWN English Series(三省堂)を使用

Lesson 1	①1分間を使い与えられたトピックについて自分の意見を述べる(目標:70 WPM)(個人→JTE) ②教科書の指定された箇所の音読(発音[アクセント・連結・抑揚]・区切り)+応答(個人→ALT)
Lesson 2	「日本文化(衣食住)・クールな日本語」紹介(個人→ALT)
Lesson 3	TWO 40 second's Questions ①〔後置修飾(現在分詞)〕(個人→JTE) ②〔後置修飾(過去分詞)〕(個人→ALT)
Lesson 4	Okinawa Research and Report(研修旅行を踏まえたレポート作成) 1. My Impression(60 words以上) 2. My Question(40 words以上) 3. My Experience(70 words以上) 4. Analysis and Answer(130 words以上)の全4パート
Lesson 5	①ハツオン Mission: "I have a dream"「レシテーション」(個人→ALT) ②40 second's Questions〔関係代名詞〕(個人→JTE)
Lesson 6	①〔Sura-sura Writing〕 5分間を使い与えられたトピックについて自分の意見を記述する(目標:60 words/5 mins)(個人→JTE) ②〔3人ディスカッション〕ALTから与えられたトピックについて3人でディスカッションを行う(3人→ALT)
Lesson 7	①ディベートに必要な「要約と反論」(個人→ALT) ②40 second's Questions〔間接疑問〕(個人→JTE)

【資料3】

Lesson 1 で使用した小さな振り返りシートの例(A4両面印刷)

(表面)

Speaking Practice Report

3-()#()Name()

このカードは単元終了後に提出します

【チェック項目】①録音を聞く ②発話語数の記録 ③発話の強みと弱みのリフレクション ④今日のレベルのグラフ化

【Word Counter】◎3年生スピーキング語数目標 70 wpm(Words Per Minute)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140
141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160

【Reflection】

	Date	今日の語数	今日のプラスポイント「強み」 良かったと思うこと(発音、リズム、テンポ、内容、その他)	次回への改善ポイント「弱み」 良くなかった点、改善したい点
DAY1	/	words		
DAY2	/	words		
DAY3	/	words		
DAY4	/	words		
DAY5	/	words		

(裏面)

DAY6	/	words		
DAY7	/	words		
DAY8	/	words		
DAY9	/	words		
DAY10	/	words		
DAY11	/	words		
DAY12	/	words		
DAY13	/	words		

【Self-Check Graph】

「パフォーマンステスト(自分の意見を述べる) 満点レベル(100)」まで、今日のあたりですか(縦軸:達成度)。●をつけよう。

100																			
80																			
60																			
40																			
20																			
0																			
	DAY1	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	DAY6	DAY7	DAY8	DAY9	DAY10	DAY11	DAY12	DAY13						