



## IB生の学校生活を支える「振り返りの時間」の効用

IBの学習者像には「振り返りができる人（Reflective）」があります。また、各科目の指導の手引きには、次のような趣旨の記述があります。私たちは世界について、そして自分の考えや経験について深く考察し、自分自身の学びと成長を促すために、自分の長所と短所を理解するよう努める、というものです。

本校のIB（DP）は類型選択で実施しており、生徒は高校2年次へ進級する際に「文系」「理系」「IB文系」「IB理系」から1つを選択します。したがって、高校1年次にガイダンスや体験授業を受ける機会はあるものの、選抜試験を実施したり、英語の運用能力を選択条件として課したりはしていません。これは、本校のIB導入の目的が「海外大学に進学したい生徒への支援」と「別の学び方で学んでみたい生徒への選択肢の提供」にあるためです。結果として、本校のIB選択生徒は、学力・IB選択の目的・学び方の個性が多様です。

このように多様な生徒の学びと学校生活を支えるため、本校ではCAS (Creativity, Activity, Service) の時間を時間割に組み込んでいます。高校2年次に3単位、高校3年次に2単位を割り当てています。生徒はこの時間の中で、主に次の活動を行います。

- CASの自主的な活動
- CASアドバイザーとの面談
- 課題研究
- EE (Extended Essay) の指導教官との面談
- 振り返り (リフレクション)

なお、本校の課題研究は学校の特徴の一つで、「世界の水問題」をテーマに、高校生による国際支援活動として実施しています。年2回のメコン川フィールドワークとあわせて進めており、生徒はこの活動をTOK (Theory of Knowledge) ・CAS ・EE ・各科目のIA (Internal Assessment : 内部評価) の題材として活用することができます。本稿では、上記の活動のうち、特に「振り返りの時間」について紹介します。

本校にはMYPがないため、ほとんどの生徒にとってIBは「初めての学び」になります。さらに、部活動との両立、課題量の多さ、良い成績を取るための学習の進め方、大学受験（国内外）の準備など、生徒の悩みは尽きません。こうした悩みを共有し、解決の糸口を探す時間として、木曜5時間目に「振り返りの時間」を設定しています。進行役はディプロマ・プログラム・コーディネーター（DPC）です。

この時間は、教員側があらかじめ内容を作り込むというよりも、生徒のニーズに応じて展開していくことを基本としています。ガイダンスとの違いは、（1）生徒の困りごとから出発し、（2）生徒自身が解決策を見つけようとする点にあります。以下、これまでに見られた事例をいくつか紹介します。

### 1. 議論の仕方のルール策定

IBの授業では議論を中心とした学習が多くなります。しかし、多くの生徒にとって議論は初めての経験であり、うまく進まないことがあります。そこで生徒側から「議論のルールを作りたい」という要望が出てきます。

「相手の意見を否定しない」といった基本的な姿勢は共有されていても、たとえば「特定の2人だけで議論が進まないようにする」「話題が本題からそれないようにするにはどうすればよいか」といった具体的な工夫が必要になります。さらに、独創的な意見が出たときには「いったんその仮説を信じて深掘りしてみる」など、学

年ごとに独自のルールが生まれています。

## **2. 課題・試験が増えたときの調整（自己管理の支援）**

自己管理スキルが十分でない生徒は、課題が増えてくると、優先順位をつけたり、自分のスケジュールを立てたりすることが難しくなります。そこで「締め切りまで見える化するために、みんなでカレンダーを作る」「一緒に試験勉強をする」「必要に応じて教員に締め切りの再設定を相談する」など、協働的な支援が自然に生まれます。

## **3. 進学希望先の共有（視野の拡大）**

IB開始当初、生徒の頭には「どんな大学があるのか」「どんな受験方法があるのか」「海外進学はどの国が現実的なのか」など、さまざまな疑問が浮かびます。本校のIB生は人数が多くないため、個別面談を重ねながら国・大学・受験方法を絞り込み、受験戦略を立てていきます。

高校2年次の秋頃、多くの生徒が本格的に受験準備を始めると、互いの進路が気になり始めます。この時期には人間関係もできているため、自分の志望先、その志望先を選んだ理由、受験戦略などを共有する場面が増えます。すると、生徒の視野が一気に広がります。

それまで海外大学を考えたことがなかった生徒が、他のIB生の話を聞いて「海外大も面白そうだ」と感じ、進路を再検討し始めることもあります。その過程で、生徒は「学費・生活費」「入学要件」「必要なエッセイの水準」などを、初めて多角的に検討できるようになります。

## **4. 生成AIの使い方（学びを深める利用と、浅くする利用の見極め）**

本校では、生徒の自主学習に生成AIを使用することを認めています。しかし最近、TOKの議論が深まらないという課題がありました。生徒に聞くと、多くの生徒が事例のアイデア出しに生成AIを使っているというのです。

その結果、似通った「当たり障りのない事例」しか出てこなくなり、議論が始まっても、自分の経験や思考から生まれた事例ではないため補足や意見が続きにくくなっていました。そこで振り返りの時間では、「生成AIが学習を助ける場面」と「生成AIが自分の思考を弱めてしまう使い方」を区別しながら、どのように使うのがよいかを話し合いました。

議論の進め方や生成AIの使い方は、教員がガイダンスとして教えることも可能です。しかし、生徒が実際に課題に取り組み、困難に直面した“その時”こそが、学ぶ最良の機会になると考えています。さらに、教員が答えを示すのではなく、生徒自身が「自分の学びのために何を工夫すべきか」を考え、仲間とともに解決策を見つけていく時間には大きな価値があります。

この実践を通して、生徒たちはどの程度「振り返りができる人」へと成長できたでしょうか。