

記入日 月 日

# 1 (2) (3) 年生になって

名前

## ○ 今の自分について考えてみましょう。

今の自分（自分の好きなこと・もの、得意なこと・もの、がんばっていること等）

自己PR（自分のよいところ）

小学校のキャリア・パスポートの活用等により、新たな気持ちで意欲的に学校生活に向かうことができるように今の自分を振り返る時間を十分に確保するなどの支援をします。

将来の夢

具体的な職業だけでなく「〇〇な大人になりたい」という自己成長をイメージした記入も認めます。

そのために付けたい力

入学当初や前年度のグラフ（4つの力・12項目）を参考に自分に必要な力を考えられるように助言します。

## ○ こんな自分になりたい！

学習面

そのために取り組むこと

生活面

多様な経験を通して、困難や失敗にくじけずに努力し続けることの大切さに気付くことが、生徒の夢や目標の実現につながります。できるだけ具体的な場면을例示しながら記入させます。

家庭・地域

部活動・習い事・資格取得等

そのために取り組むこと

1 (2) (3) 年生

3年間共通のシートです。

記入日 月 日

# 1学期を振り返りましょう

名前

○ なりたい自分になるために取り組んだことを振り返ろう。

4:よくできた 3:できた 2:あまりできなかった 1:ほとんどできなかった

学習面 (4・3・2・1)	今後、挑戦・行動しようと思うこと
生活面 (4・3・2・1)	今後
家庭・地域 (4・3・2・1)	今後
部活動・習い事・資格取得等 (4・3・2・1)	今後、挑戦・行動しようと思うこと

継続したいことや新たに組みたいこと等を具体的に考えることで、自分のよさやさらに伸ばしたい力、努力すべき点を意識できるようにします。

1 (2) (3) 年生

記入日 月 日

# 2学期を振り返りましょう

名前

○ なりたい自分になるために取り組んだことを振り返ろう。

4:よくできた 3:できた 2:あまりできなかった 1:ほとんどできなかった

学習面 (4・3・2・1)	今後、挑戦・行動しようと思うこと
生活面 (4・3・2・1)	今後、挑戦・行動しようと思うこと
家庭・地域 (4・3・2・1)	今後、挑戦・行動しようと思うこと
部活動・習い事・資格取得等 (4・3・2・1)	今後、挑戦・行動しようと思うこと

1年生

記入日 月 日

## 職業調べ

名前

### ○ 調べた職業

キャリア教育の年間指導計画のもと、職業調べに関わって各地域・各学校において実践されている教材を一つ取り上げたシートを設けます。

### ○ 「職業調べ」を終えて学んだこと

生徒自身がどんな自分になりたいのか、そのためにどんな職業を調べたいのかを深く考えることができるように学年始めに記入したキャリア・パスポートを読み返すなど、振り返る時間を確保します。また、その際、一人一人と対話的に関わることで、生徒の思いや願いを受け止め、認めるようにします。

### ○ 「職業調べ」を終えた感想

「職業調べ」をした後や、発表会、資料の掲示等の後に、生徒が将来の夢や目標に対する自分の考えや願いの変容等を振り返る時間を確保します。

### ○ 今の自分の夢や目標（興味、関心のある職業等）

「職業調べ」をした結果、正しい職業観のもと、新たな夢や目標（職業）に向かってどのように取り組んでいけばよいかを考える時間を確保することで、一人一人が目当て等をもつことができるようにします。

### ○ 今の自分の夢や目標に向かって、今後がんばりたいこと

今の夢や目標に向かって、学校生活や家庭、地域等ではがんばりたいことを具体的に考えさせるようにします。

2(3)年生

上級学校調べ  
(オープンハイスクール)

記入日 月 日

名前

○ 調べた学校・科

○ 上級学校調べ・オープンハイスクールから学んだこと

生徒自身がどんな自分になりたいのか、そのためにどの上級学校や学科について詳しく知りたいのかを深く考えることができるように学年始めに記入したキャリア・パスポートを読み返すなど、振り返る時間を確保します。また、その際、一人一人と対話的に関わることで、生徒の思いや願いを受け止め、認めるようにします。

生徒が個別で調べたことや体験したことをまとめる時間を確保します。また、全体でのシェアリングの時間を設けるなど、キャリア教育の年間指導計画や生徒の実態に応じて活動を工夫します。

上級学校調べ、オープンハイスクールの後、新たな夢や目標に向かってどのように取り組んでいけばよいか、一人一人が目当て等をもつことができるように生徒が将来の夢や目標に対する自分の考えや願いの変容等を振り返る時間を確保します。

○ 今の自分の夢や目標に向かって、今後がんばりたいこと

2 年生

記入日 月 日

## 社会に学ぶ『14歳の挑戦』

名前

### ○ 活動した事業所

生徒自身が自分のよさや可能性を見付けることができるように「社会に学ぶ『14歳の挑戦』」のシートを設けます。

#### ○ うまくいったこと、自信がついたこと

#### ○ うまくできなかったこと、反省点

#### ○ 体験を終えて学んだこと

「社会に学ぶ『14歳の挑戦』」を通して、生徒がどんな自分になりたいのかを深く考えることができるように年度始めに記入したキャリア・パスポートを読み返すなど、振り返る時間を確保します。また、その際、一人一人と対話的に関わることで、生徒の思いや願いを受け止め、認めるようにします。

「社会に学ぶ『14歳の挑戦』」を体験した後や発表会、資料の掲示等の後に、生徒が将来の夢や目標に対する自分の考えや願いの変容等を振り返る時間を確保します。

### ○ 今の自分の夢や目標（働くことの意義、資格等）

「社会に学ぶ『14歳の挑戦』」を体験した結果、正しい勤労観のもと、新たな夢や目標に向かってどのように取り組んでいけばよいかを考える時間を確保することで、一人一人が目当て等をもつことができるようにします。

### ○ 今の自分の夢や目標に向かって、今後、がんばりたいこと

今の夢や目標に向かって、学校生活や家庭、地域等ががんばりたいことを具体的に考えさせるようにします。

1 ( 2 ) ( 3 ) 年生

学校行事

記入日 月 日

名前

### 行事前

○ 目標（自分の役割等）

○ 目標を達成するためにがんばること

学校行事の目標やがんばることを考える時間を確保することで、記入することができるようにします。

### 行事後

○ 目標を達成するために、がんばったこと

○ 心に残っていること

○ 自分が成長したと思うこと

○ 今回の体験・経験を踏まえて、今後生かしていきたいこと

学校行事での体験と実生活とを関連付けて、がんばったことや心に残っていること、成長したと思うことを記入することができるようにします。

○ メッセージ（友達、先生、家の人等から）

地域や学校の実態に応じて温かなメッセージを記入します。

1 (2) (3) 年生

計画：記入日 年 月 日  
振り返り：記入日 年 月 日

## 地域活動への参加

名前

### ○ 自分の住んでいる地域のよいところ・好きなところ等

・小学校での地域活動の体験から、地域のよいところや好きなところ、がんばりたいことを考えるように支援します。

### ○ 地域のためにがんばりたいこと

・地域への愛着や関わりを深めようとする生徒の取組を認め、大いに励ますことで、一人一人が一層意欲的に地域活動に参画していくように支援します。

### ○ 1年間の地域活動の予定と参加の有無、振り返り

月	活動名	参加	振り返り
4	〇〇祭り	○	・町内の人と楽しく会話することができた
7	海岸清掃	×	・雨のため中止となった

・生徒が計画段階で1年間の参加を予定している地域活動の月と活動名を記入する時間を確保します。  
・生徒が振り返りの段階で参加の有無と振り返りを記入する時間を確保します。

### ○ この1年で楽しかった地域の活動や心に残った地域の人々の姿やがんばりや影響を受けた言葉、出来事

上記の表を見ながら、楽しかった活動や心に残った出来事等を思い出し、記入します。次年度に向けた地域貢献への意欲付けとなるよう支援します。

### ○ 地域に貢献したいこと

1 (2) (3) 年生

## 私のライフプラン

計画：記入日 年 月 日  
(見直し：記入日 年 月 日)  
(見直し：記入日 年 月 日)

名前

### ○ 自分自身が歩む人生について計画を立てよう。

仕事や社会活動（学校、職業、役職、地域活動、ボランティア等）と家庭や趣味（恋愛、結婚、子供、マイホーム、スポーツ、旅行、資格等）に分けて考えよう。

年齢	仕事や社会活動	家庭や趣味
現在		<ul style="list-style-type: none"><li>・学年を問わず、「私のライフプラン」を計画することができます。生徒自身がこれまでのキャリア・パスポートを振り返り、将来の自分について考えます。</li><li>・考えられないときは空欄でも構いません。1年生の時に記入し、2年・3年の時に見直し、加除修正することも可能です。</li></ul>
15歳～ (中学卒業後)		
18歳～		
22歳～		<p>それぞれの年齢の節目では、15歳～は中学卒業後の進路、18歳～は高校卒業後の進路、22歳～は大学卒業後の進路又は就職先での活動、30歳～では仕事の安定期や結婚・子育てを考えた活動、40歳～は生活安定期での活動、50歳～は仕事での役職や最終目標・退職も見据えた活動や生活等を考えます。50歳～は何歳まで考えても自由とします。</p>
30歳～		
40歳～		
50歳～		

### ○ 上のライフプランを実現するために、今の自分へのアドバイスや励ましの言葉等を書こう。

生徒が将来の夢や目標を叶えるために、今の自分が何を努力すればよいのかを考える時間を確保します。

1 (2) (3) 年生

3年間共通のシートです。

記入日 月 日

# 1年間のまとめ

名前

## ○ この1年間で、どんな力が身に付いたかを振り返ってみよう。

4:いつもしていた 3:時々していた 2:あまりしていなかった 1:ほとんどしていなかった

人間関係形成能力	①	友達や家の人の意見を聞くとき、その人の考えや気持ちを受け止めようとしたか。	4・3・2・1
	②	相手が理解しやすいように工夫しながら、自分の考えや気持ちを伝えようとしたか。	4・3・2・1
	③	自分から役割や仕事を見付けたり、分担したりしながら、周囲と力を合わせて行動しようとしたか。	4・3・2・1
自己理解能力	④	自分の興味や関心、長所や短所等について、把握しようとしたか。	4・3・2・1
	⑤	気持ちが沈んでいるときや、あまりやる気が起きない物事に対するときでも、自分がすべきことには取り組もうとしたか。	4・3・2・1
	⑥	不得意なことや苦手なことでも、自ら進んで取り組もうとしたか。	4・3・2・1
課題対応能力	⑦	分からないことやもっと知りたいことがあるとき、自分から進んで資料や情報を収集したり、誰かに質問をしたりしましたか。	4・3・2・1
	⑧	何か問題が起きたとき、次に同じような問題が起こらないようにするために、何をすればよいか考えましたか。	4・3・2・1
	⑨	何かをするとき、見通しをもって計画的に進めたり、そのやり方等について改善を図ったりしましたか。	4・3・2・1
キャリアプランニング能力	⑩	学ぶことや働くことの意義について考えたり、今学校で学んでいることと自分の将来とのつながりを考えたりしましたか。	4・3・2・1
	⑪	自分の将来について具体的な目標を立て、その実現のための方法について考えましたか。	4・3・2・1
	⑫	自分の将来の目標に向かって努力したり、生活や勉強の仕方を工夫したりしましたか。	4・3・2・1



## ○ 自分が成長したと思うことを具体的な場면을思い起こしながら書こう。

上のグラフで高い評価になった項目に着目させ、その力が身に付いたと思う具体的な場면을思い起こし、自分が影響を受けた人の言葉や活動の姿等を基に記入するように助言します。

○ なりたい自分になるために取り組んだことを振り返ろう。

学習面	なりたい自分にどのくらい近付けたか _____ % / 100%	
生活面	なりたい自分にどの程度近付けたかを自己評価しながら、自分の成長を実感したり、なりたい自分について深く考えたりできるようにします。 ・次年度の成長や意欲につなげることができるよう、じっくり考えさせることが大切です。	_____ % / 100%
家庭や地域	なりたい自分にどのくらい近付けたか _____ % / 100%	
部活動・習い事・資格取得等	なりたい自分にどのくらい近付けたか _____ % / 100%	

○ 学年、学校、地域のために貢献できたことを書こう。

こんな自分になりたい！（来年の目標）

- ・不安なことがあれば書いてもよいと伝えることで、生徒理解につなげることもできます。一方で、1年間の自分の成長を見つめる時間を確保することで、卒業後の更なる成長や新しい進路先における意欲につなげるようにします。
- ・進路・将来の夢・職業・大切にしたいこと・挑戦したいこと等、様々な角度からの記入を認め、中学2（3）年生（進学・就職）に向かって希望をもつことができるようにします。

○ 先生や保護者からのメッセージ

一人一人が進級に向けて前進できるように  
温かな励ましのメッセージを記入します。