

# 研修における、効果的な振り返りの手法の開発 ～研修の振り返りを促進するための動画作成～

専門支援課 研 修 班  
実務研修員 大石 知宏

## はじめに

私はこの1年間、静岡県総合教育センター（以下「センター」という。）の専門支援課研修班の実務研修員として、研修を運営、企画する立場から数多くの研修に参加をさせていただいた。その各研修には、その日の研修内容を振り返る時間が必ず設定されていた。私のこれまでの経験では、所属校での研修会にせよ、私的に参加した研修会にせよ、振り返りの時間がないものがほとんどであったと記憶している。この1年間の経験は、なぜ、振り返りをするのか、また、振り返ることの意義とは何なのかを考える契機になった。また、センターでの私自身の研修における業務の一つは、iPad やビデオなどの情報機器を使用した研修の記録であったため、各研修の様子や各研修員の表情が写るその大量の画像を、参加された研修員のために何か有効活用できないものか、探究したいとも考えるようになった。

## 1 主題設定の理由

センターでは、魅力的な研修が毎回開催されているが、ただ単にそれらの研修の参加をするだけでは、研修を意義あるものにするにはできない。研修と経験という言葉は決して同義ではないが、Kolb（コルブ）の経験学習理論によれば、経験 自己省察 持論化 実践というサイクルをまわすことで、学習経験を効果的に身につけることができるとされている。このサイクルを研修に置き換えて考えると、研修内容を振り返り、そこから得た知見を持論化し、さらに新たな実践や行動の改善につなげてこそ、研修が本当に実のある経験となるのではないかと私は考えた。

そのために、研修内容の習得を促し研修効果を高めるため、研修の中にその日などの講義、演習での経験を振り返る質の高い自己省察の時間を設けることは必須であり、研修における効果的な振り返りの手法の開発をすることは、センターの魅力的な研修をより魅力的に、より有意義にすることにつながると考えた。その手法とは、画像の活用によって、よりよい自己省察を促すことであり、その自己省察の時間はおそらく、研修員の達成感や、研修への満足感につながる重要な役割を果たすであろうとも考えた。

## 2 研究の目的

前述の1を踏まえ、本研究では研修における、効果的な振り返りの手法の開発を目的とした。さらに、その振り返りの時間の手法の一つとして、センターに蓄積する画像を利用しての動画視聴を提案することとする。

### 3 動画を採用した理由

研修の振り返りにおいて、研修の感想自由記述や研修で配付されたプリントを1人で黙読することなどと比較して、研修の振り返りに動画を使用する利点の大きな割合を占めるのは、映像を見ることによって、記憶が蘇り感情が動かされやすいことだと考えられる。そのため短時間での理解を高め、研修講義の復習を促しやすいともいえる。したがって、研修員が動画の視聴をすることによって、研修の振り返りを促進することができるならば、動画作成がセンターにおける研修に貢献でき、それによって研修員が研修成果を各学校現場に、より一層還元できるのではないかと考えた。また、今後の学校現場において研修員が学び続ける意欲が引き続き湧くような、また研修内容の持論化につながるような動画を作成したいとも考えた。

そして、近年、学校現場における積極的なICTの活用もいわれている。私が作成した動画を研修員が視聴することで、研修員の教育効果をねらうICTの活用に対する興味・関心も高めたいとも考えた。

さらに、動画を作成することによって、今後私が学校現場において、例えばホームルーム担任時に各学校行事の振り返りを生徒に促す時や、部活動指導のモチベーションアップにつながるような振り返りを促す時に役立ち、私自身の生徒への指導力の向上にもつながると考えている。

以上のことから、研修を振り返る手法の一つとして、動画視聴を採用することにした。

### 4 研究の手順

はじめに、研修の振り返りについての先行文献研究の分析をする。次に、研修の振り返りに必要な動画作成や、その工夫などをまとめる。その後、動画視聴後に無記名で実施したアンケート結果を分析・考察し、従来から振り返りに有効な手法であるといわれるペアワークやグループワークなどに次いで、動画を使用したアプローチからの振り返りの有効性について検証する。また、今までの教育活動における動画の作成経験の有無も考察し、ICTの有効活用の意識も検証する。

#### 研究

##### 1 研修の振り返りの方法と重要性

このことに関しては、東京大学大学総合教育センター准教授である中原淳氏の考えをまとめる。

研修の目的とは「研修員が学ぶこと」であり、その上で研修員に「変化」が起こることである。もし、教えたとしても「研修員に変化」が生まれなければ、目的を達成したことにはならないともいえる。したがって、研修で学んだことを行動につなげるために、研修終了後に、学校現場に戻って実行していく行動のリストであるアクションプランを作成し吟味する時間を、しっかり確保する必要がある。誰も実行しないアクションプランが存在するという事は、研修の意味がなかったと同義になってしまうからである。

つまり、実現可能なアクションプランを作成することが、研修を振り返ることである。そして、実現可能なアクションプランを作成するためには、3つの工夫が必要である。

**(1) マイルストーンを置く。**

時期を区切り、それまでにどうなっていたいかを考える。例えば、6か月後に自分は具体的にどうなっていたいかを記すなどである。

**(2) 反復型の研修デザインにする。**

アクションプランの実践後、振り返り研修を実施する。これは、2回目の研修に参加するためには、参加者は何らかの形でアクションプランを実行せざるを得ないため、実行可能性が高まると考えられる。

**(3) リマインド（思い出させること）を行う。**

事務局が定期的にメール送信して、研修員にリマインドを促すことや、研修員同

士が SNS など で 情報 を 共有 する こと である。

次に、研修の振り返りの時間で大切なことも、3つある。

**(1) セレブレーション（祝福）をすること。**

セレブレーションとは最後は、参加者に勇気を与え、元気になって現場に送り出すという意味である。「よくがんばりましたね。」という祝福と、「やってよかった。明日から自分にもできそうだ。」と自己有用感を高めて帰ってもらうことを心掛けるべきである。

**(2) アンケートをする。**

時間内に書いてもらうことが大切であり、選択式、記述式回答を含んだ A4 用紙 1 枚で、15 分程度が理想である。

**(3) ラップアップをする。**

ラップアップとは、その研修の流れをもう一度おさらいし、総括することである。目的は、研修で学んだことすべてを振り返り、関連付けながらまとめ、参加者の頭の中に根付かせることである。ラップアップのコツは、学んだことを別の言葉で言い換えて、再度主張することと学んだこと同士を関連づけることと、そして学んだことの利用シーンをさらに提示することである。本研究の副題である研修の振り返りを促進するための動画作成は、研修で学んだ内容を提示することから、このラップアップを、より発展させたものであると考えている。

## 2 動画を利用した研修の振り返りに関する最新の先行文献研究の分析

このことに関しては、まだ研究者が少なく、文献などはあまり多くないというのが実情である。しかし、近年デジタル化が進むにつれ、徐々にではあるが研修の振り返りに動画を使用する研修会增加傾向にあるとわかってきた。その数少ない研究の中で研修の振り返りに効果的だと考えられる2つの研究の要約を、次に記す。

## (1) リアルタイム・ドキュメンテーション

リアルタイム・ドキュメンテーションとは、神戸芸術工科大学大学院芸術工学研究科准教授である曾和具之が 2008 年から提唱している「高度情報社会が生み出した学習やビジネスにおいて意思決定を助ける記録・共有の有効な手法」のことである。また、ドキュメンテーションとは「記録を残す」ということである。

手順は、

- ア 参加者視点で写真と動画を記録する。
- イ 当日の記録をその場で編集する。
- ウ 全員で振り返る（閲覧する）。
- エ 他者と研修内容を語る（他者に説明する）。

という流れで作成されていく。そして、大切なことは体験（時と場）の共有感であり、その体験を生み出した「時と場」をいかにダイナミックに表現できるかが、リアルタイム・ドキュメンテーションの大切なポイントであり、また、リアル・ドキュメンテーションを作成する側の醍醐味でもあるとしている。

さらに、自分と他者を知るメタ認知の視点からも研修の振り返りとして、リアルタイム・ドキュメンテーションは効果的であると考えられている。つまり「自分は何をしていたか」という視点に、「全体では何が起こっていたか」という視点が加わると、体験の記憶は一気に深まると考えられる。このメタ認知の視点で撮影された映像は、時に 60 倍などに圧縮されドキュメンテーションに加えられる。例えば、研修の映像 1 分が編集・加工されて、その研修内容を表現するワンカットの 1 秒で流れる映像に生まれ変わるということである。その映像の中で、参加した自分自身を発見し自分以外の全体の動きを見ることで、はじめて自分と他者の関係性に気付くという価値があると考えられている。

\*このリアルタイム・ドキュメンテーションに関連して、私は 4 月にセンターで開催された 1 泊 2 日の新任校長研でわずか 3 分ほどの動画作成を行い、研修の振り返りで使用するという先行研究を実施した。動画視聴に対するアンケートは未実施のため、一定期間（半年、通年）における研修の振り返りと 1 泊 2 日の研修の振り返りとの動画視聴の効果は、ほぼ同等であるのかわからないかは定かではないが、研修に対するアンケートの記述に、「素敵なアイデア、試みであると思います。」というものがあつた。

## (2) マルチメディアラーニング学習

マルチメディアラーニング学習とは、カリフォルニア大学サンタバーバラ校の心理学教授であるリチャード・メイヤー氏が 2001 年から研究を進めている学習形態である。まず、メイヤー氏は仮説として、言葉だけでなく、言葉（words）と画像（pictures）の組み合わせによる学習の方が効果的であるという前提で研究を進めた。また、言葉は「言語によるコミュニケーション（文字情報や音声による指示）」と定義し、画像は「動かな

い画像（写真など）と動的画像（ビデオやアニメーション）」と定義した。そして、その言葉と画像を使う理由として、2つを挙げている。1つ目は「聴覚と視覚は等価であり、言葉と画像を使用すると紹介されている情報が倍になるということ」である。2つ目は「言葉と画像は補完的な関係であり、言い換えるならば言葉と画像を結び付けることができたなら理解が起こるということ」である。これは、メイアー氏のマルチメディアラーニングの認知理論の中心になる考えである。

そして、マルチメディア学習の環境をどのようにデザインすればよいかについて、次の7つの原理を提言している。

なお、下記ア～キの原理で説明文に記された保持（retention）は「教示が終わった時、保持できている情報の量」を意味し、転移（transfer）は「学習したことを新しい問題に適用する能力」を意味する。

#### **ア マルチメディアの原理（multimedia principle）**

単一のメディア（例：言葉のみ）よりは、マルチメディア（言葉＋画像）提示の方が、学習を促進する。例えば、説明文のみの場合に比較して、イラストを付加すると、記憶保持や転移のテストでの成績が良くなるというテスト結果がある。

#### **イ 空間的接近の原理（spatial contiguity principle）**

文章とイラストが空間的に離れているよりは、近くにある方が効果的である。

#### **ウ 時間的接近の原理（temporal contiguity principle）**

聴覚提示と視覚提示が同時に行われる場合と、順番に継時的に提示（継続提示）する場合を比較すると、同時提示の方が優れている。それは、継続提示の場合、先に提示された内容と後に提示された内容とを統合するために、先の内容を記憶するという負荷がかかってしまうからである。

#### **エ 一貫性の原理（coherence principle）**

教示したい内容と直接関係のない文、画像（絵）、音などは学習を阻害することがある。これらを加える目的は、教材を楽しいものにするだけである。

また、ナレーション（耳で処理）つきアニメーション（目で処理）の教材に、余分なビデオクリップを加えると、転移課題の成績が低下した。そして、保持課題での成績には差が見られなかった。つまり、楽しくしても効果はなかった。

さらに、ナレーションつきアニメーションの教材に、余分な音楽を加えると、保持および転移テストの成績が低下し、イラストつきのテキストに、余分な文あるいは、イラストを加えると保持および転移テストの成績が、明らかに低下した。

#### **オ モダリティの原理（modality principle）**

グラフィックス（視覚）と印刷されたテキスト（視覚）よりも、グラフィックスとナレーション（聴覚）のように異なるモダリティ（認知の様相）の組み合わせの方が有効である。これは多くの研究で確認されている効果でもある。

## カ 冗長性の原理 (redundancy principle)

同じ情報を複数のフォーマット(様式)で提示すると、学習に対して妨害的な影響が生じる。例えば、ナレーションつきアニメーションの教材に、ナレーションと同一あるいはその要約の文を画面に加えると、保持および転移の成績が下がる。理由はアニメーションとテキストに注意が分割されるためと考えられる。つまり、フォーマット(様式)の統一感が求められる。

## キ 個人差の原理

学習効果は、学習者の適性によって異なる。適性の例としては、個人の既有知識の量と空間的能力などの心的特性が挙げられる。

\* このメイアー氏の7つの原理に関しては、青山学院大学社会情報学部准教授である寺尾敦氏の翻訳を参考にした。

\* メイアー氏の著作物は、日本ではまだ出版されてはいない。

### (3) 動画を利用した研修の振り返りに関する最新の先行研究分析からの結論

前述の(1)(2)から、「自分は何をしていたか」という視点に、「全体では何が起こっていたか」という新たな視点が加わると、その研修体験の記憶は一気に深まるとリアルタイム・ドキュメンテーションを提唱する曾和氏は考えている。したがって、自分でも他者でも写っている写真や動画を振り返りの手法として使用することは、質の高い振り返りに結びつくと考えられるため、研修の参加者一人ひとりの写真を動画に入れる必要性はないといえる。そして、メイアー氏の7つの原理を理解して作成された動画は、研修内容の記憶保持と研修内容の転移につながると予測され、それが研修員の持論化にも好影響を与えられられるため、動画作成は研修の振り返りに効果的な意味をもつと結論できる。

## 2 動画作成の研究

動画作成については中原氏の考えとリアルタイム・ドキュメンテーション、そしてマルチメディアラーニング学習の研究内容から、次の(1)~(5)を作成の柱として抽出した。

- (1) 1年間のまとめとしての「振り返り」の時間に動画視聴をするため、記憶の想起がしやすい写真、動画、研修内容のキーワードを入れること。
- (2) 動画視聴をする研修員が誰かを認識できるように顔がしっかり写っているもの、また、被写体の人数はできるだけ2、3人という少人数であること。
- (3) 記憶の想起がしやすい風景、情景がわかること。
- (4) 研修員自身がセンターで作成したポスターなどの成果物の画像を入れること。
- (5) 音楽(BGM)は、公の研修会に相応しく、各研修、各研修員の雰囲気と合致していること。

これらの項目を意識して作成した動画と、動画視聴をした研修員の研修内容の記憶とが関連性をもち、その研修の動画が研修員自身の成果物に近い感覚になり、研修員の

達成感、満足感に結びつくのではないかと考えた。加えて、振り返りの時間内に研修員が動画視聴を採用することで、動画視聴は振り返りに有効的であるという意識をもつことを期待した。

また、動画作成の対象とする研修は4つに絞った。初任者研修（小中）の静岡、静岡、初任者研修（高）、マネジメント研修の4研修である。各校種の初任者研修に焦点を当てた理由は、初任者ということで教員としての持論化がまだ蓄積されていないだろうと推測され、動画視聴によって、少なくとも初任者研修で学んだ内容の持論化にはつながるのではないかと考えた。次に、研修のプログラムが富士山麓山の村研修のような多種多様に組み込まれていることが挙げられる。さらに、年間を通じての写真撮影・ビデオ撮影が可能であり大量な記録がしやすいことも挙げられる。

そして、マネジメント研修については、経験を重ねても学校現場ではあまり考えもしない、新たな教育的知識をマネジメント研修の研修員は学ぶこともあり、その新たな内容を研修員の持論化へつなげるために動画視聴は必要であると考えた。次に、グループワークが多いため、全体の思考から個人（各研修員）の思考になりにくいと考えられる。そのため、研修において各研修員がどんなことをしたかを想起させる必要性、また自身の振り返りとして動画視聴を利用して客観視すること、また、他者の意見から自分の考えを多角的に捉えることによって、研修内容のより一層の理解を促すことも理由であった。

## (1) 動画全体における共通のデザイン

### ア 文字について

	内容	ねらい
研修の キーワード 挿入	研修の内容、目的と対応した キーワードを作成する。	内容の振り返りの効果を高める。 納得感も高める。
	文字数を少なくする。	見やすく、記憶に残る。
フォントの 選択	メイリオを基本とし、使用する。	パソコン間での互換性が比較的高く、文字が小さくなくても読みやすい。
	キーワードの中でフォントサイズ を変更する。また、キーワードを 太字にする。	注目させたいキーワードを強調 する。
	境界線を黒にする。	背景にある写真や動画と文字の 重なりで、見にくくなるのを避ける。
色	研修のキーワードは、黄色を 使用する。	黄色は膨張色であり、目立たせる。

	題名や研修の日程、動画と関係する歌詞は白とする。	研修内容のキーワードと区別する。
エフェクト	黒色の画面から少しずつ文字が見える状態の視覚効果フェードイン・フェードアウトを使用する。	見やすくする。
一つのキーワードを映す時間	できる限り、1つのキーワードを3秒～4秒にする。	記憶想起をしやすいようにする。

## イ 画像について

切り替え	クロスフェード（画像の重なり）をする。	滑らかになり、見やすくする。
トリミング	動画作成に不必要な画像の部分は、カットをする。	動画の質を高める。
ズーム	パワーツールを利用し、ズームをする。	研修員の注目を促しやすいようにする。
動画のスタートについて	再生後に黒色の画面を5秒間流す。	どこから始まるのかをわかりやすくする。

## ウ 音楽（BGM）編集

	内容	ねらい
選曲	2016年を代表する音楽（BGM）を1つ選択した。	応援ソングであり、世間一般に知られている。
	4つの動画に、2番から挿入する。	歌詞が4つの研修と合致すると考えた。
クロスフェード	特殊効果のクロスフェードを使用する。	1曲目と2曲目のつながりをスムーズにする。
音楽（BGM）の音量調整	音楽（BGM）のボリュームを調整する。	動画にある研修員の声を流し、研修会場の雰囲気伝える。



## (2) 各研修の動画作成の工夫

### ア マネジメント研修

実施日	2016年12月8日
時間	5分51秒
選曲	マネジメント研修の方々は、平均年齢層が40代中心ということで、曲調に落ち着きがあるものを選んだ。また、男性も女性も約半数の参加者ということで、男性ボーカル、女性ボーカルの歌曲にした。

#### ・キーワード一覧

添付資料1に示す。

### イ 初任者研修（小中静西）

実施日	2017年1月26日
時間	8分51秒
選曲	小・中学校の初任者は、平均年齢層が20代前半と低く、若々しいアップテンポなリズムの曲調が合致すると考えた。また悩みを持ちながら必死に前向きに学校現場で取り組んでいる初任者を想像し、諦めないで何度でも挑戦してほしいという想いを込めて、元気がでるような歌曲にした。また、女性が比較的多いということで、女性ボーカルの歌曲を選んだ。

#### ・キーワード一覧

添付資料2に示す。

### ウ 初任者研修（小中静東）

実施日	2017年2月2日
時間	9分30秒
選曲	小・中学校の初任者は、平均年齢層が20代前半と低く、若々しいアップテンポなリズムの曲調が合致すると考えた。また悩みを持ちながら必死に前向きに学校現場で取り組んでいる初任者を想像し、歌詞に前向きな詩があるものを使用し、元気がでるような歌曲にした。また、女性が比較的多いということで、女性のボーカルの歌曲を選んだ。

#### ・キーワード一覧

添付資料3に示す。

## エ 初任者研修（高校）

実施日	2017年2月3日
時間	7分05秒
選曲	高校の初任者は、出身地から遠い勤務高で採用の場合が多いと予想される。その状況下で故郷への想いを抱きながらも、悩みを持ちながら必死に前向きに学校現場で取り組んでいる初任者を想像し、エールを込めた歌曲にした。また、男性が比較的多いということで、男性ボーカルの歌曲を選んだ。

### ・キーワード一覧

添付資料4に示す。

## アンケートから

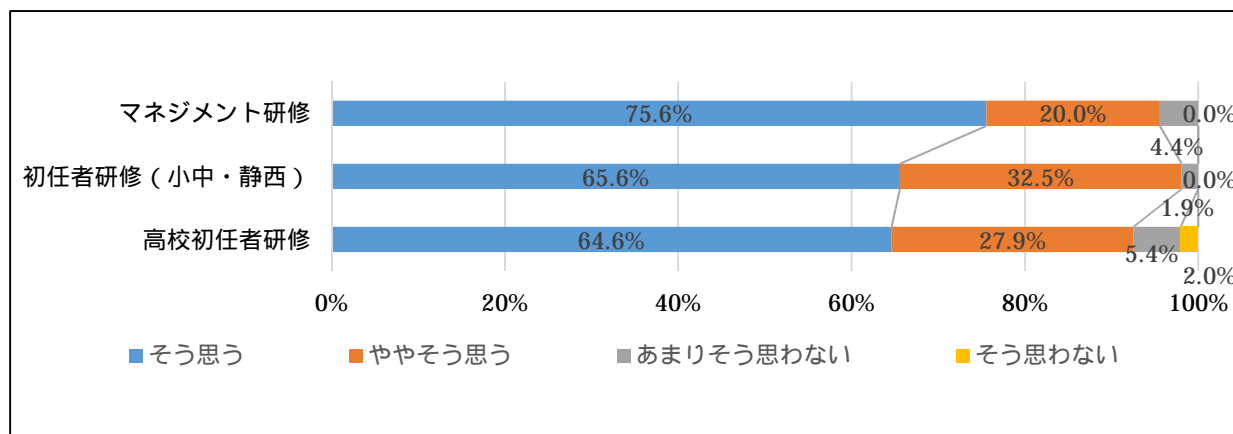
### 1 結果と考察 \*アンケート原本は、添付資料5に示す

動画視聴に対する意見を求めるために、90名のマネジメント研修、154名の初任者研修（小中・静西）、147名の高校初任者研修の3研修の研修員に対してアンケートを実施した。

動画視聴直後に実施したアンケートは、マネジメント研修、初任者研修（小中・静西）の2研修、動画視聴後数時間後に実施したのは、高校初任者研修である。

アンケート項目の「今回の動画視聴は、研修を振り返ることに役立ちましたか」の質問に対する回答の結果を図1に表した。

【図1】「今回の動画視聴は、研修を振り返ることに役立ちましたか」



「そう思う」「ややそう思う」の回答数を合わせて、3研修とも90%を超える結果となった。また、「あまりそう思わない」「そう思わない」の記述回答の中にも、動画の内容は否定的だが、動画を視聴することに対しては肯定的な意見もあった。このことから動画視聴は、研修を振り返ることに役立ったと考えた。

肯定的回答「そう思う」「ややそう思う」の理由として、「写真、映像があるので記憶が蘇る。」「ICTの活用で、視覚的にわかりやすく振り返ることができた。」「思い出が蘇ったことと、キーワードが出てきて、はっとさせられることが多かった。」「映像だけでなく、ポイントを文字として流してくれたので、より鮮明に思い出すことができた。」な

どが数多くあった。これらの意見から、動画視聴は記憶想起がしやすいものであり、また動画とキーワードの同時提示は有効性があると考えられる。

一方、否定的回答「あまりそう思わない」「そう思わない」の理由として、「思い出を振り返っただけであった。」「シーン選びや音響がイマイチで、文字の挿入の仕方も非効果的であり振り返ることが出来なかったから。」「時間が短い。」「動画にしなくても、資料を見れば、だいたい思い出す。」などであった。否定的な意見に対しては、動画作成をする留意点でもあり、今回の反省事項でもあると考えているが、振り返りにおける動画視聴の主旨や目的が視る研修員に理解されていなかったため、このような意見が記載されたと考えられる。つまり、なぜ振り返りに動画視聴をするのかという目的説明は動画視聴とセットで考えるべきであろう。

次に、今までの教育活動において、動画の作成経験の有無とその回答の中で、動画作成をしてみたいかの意識調査結果を表1～3に示した。

【あなたは今までの教育活動において、動画の作成経験がありますか。(縦軸)】

【あなたは今後の教育活動の中で、動画の作成をしたいと思いますか。(横軸)】

(単位：人)

表1【マネジメント研修】

	そう思う	ややそう思う	あまり思わない	そう思わない
動画作成経験がある	26	13	0	0
動画作成経験がない	19	23	8	1

表2【初任者研修(小中・静岡)】

	そう思う	ややそう思う	あまり思わない	そう思わない
動画作成経験がある	53	6	0	0
動画作成経験がない	55	40	0	0

表3【高校初任者研修】

	そう思う	ややそう思う	あまり思わない	そう思わない
動画作成経験がある	33	13	1	0
動画作成経験がない	49	39	11	0

表1～表3から、動画の作成経験がある人は動画作成に積極的な傾向がみられる。また、動画作成の経験がない人でも動画作成には積極的な意識がわかった。それは動画作成経験がない人の「あまり思わない」の回答結果からである。

次に、動画作成の経験がない研修員の動画作成に積極的な理由としては「手作り動画は、生徒の目を引く手段として特別活動などに有効的であると思う。生徒の反応も目を輝かせ、楽しく感動を与えることができると思う。」「作成した動画を活用することで、より有効的な教育活動が行えると感じたから。」「子どもたちの成長の記録を、みんなで共有すると、良い時間になると思うから。」などがあつた。

これらの意見から、今後、動画作成が教育現場で有効活用される可能性が高いということが考えられる。しかし、動画作成をすることができる校内のICT機器環境の整備や動画作成時間を費やすことができる業務時間の確保などが今後の課題として考えられる。

一方、動画作成の経験がない研修員の動画作成に消極的な理由としては、「時間がかかる。」  
「機器、パソコンの操作が苦手である。人に聴けば、いいとも思うが時間をとらせてしま  
うのも申し訳ないと考えてしまうため。」「必要ならば、作成するが無理には作成しな  
い。費用対効果。今回の場合は作成所用時間対効果があるとは思えない。」「動画の途中  
に説明ができない。準備に時間がかかる。生徒全員を同じ時間出してあげることが難し  
い。」などがあつた。これらの意見から、容易に動画作成ができるマニュアルや、公の教  
育活動に相応しい振り返りの動画ソフトなどの開発が求められているといえるであろう。

さらに、「映像での振り返りは、記憶を思い出したり、整理したりするのに有効な方法  
であると思った。私も行いたい。」「私もこのようなハイライトシーンを作成したい。」な  
どの意見もあり、今回、作成した動画を研修員が視聴することで、研修員の ICT の活用  
に対する興味・関心も高めることが少しでも出来たと考えられる。

次に、今までの教育活動において、動画の作成経験の有無とその回答の中で、「〇〇研  
修」による動画視聴は、「〇〇研修」を振り返ることに役立ちましたかの意識調査結果を  
表 4～6 に示した。

【あなたは今までの教育活動において、動画の作成経験がありますか。(縦軸)】

【「〇〇研修」による動画視聴は〇〇研修を振り返ることに役立ちましたか。(横軸)】

(単位：人)

表 4 【マネジメント研修】

	そう思う	ややそう思う	あまり思わない	そう思わない
動画作成経験がある	27	11	2	0
動画作成経験がない	40	9	2	1

表 5 【初任者研修(小中・静岡)】

	そう思う	ややそう思う	あまり思わない	そう思わない
動画作成経験がある	39	21	1	0
動画作成経験がない	63	30	2	0

表 6 【高校初任者研修】

	そう思う	ややそう思う	あまり思わない	そう思わない
動画作成経験がある	33	12	2	0
動画作成経験がない	61	29	6	3

表 4～表 6 から、動画作成経験がない研修員は、動画視聴は研修を振り返ることに役立  
たと動画作成経験がある研修員よりも「そう思う」「ややそう思う」という振り返りの動画  
視聴に対して、高い回答をした。この結果は、動画作成に慣れていないから動画視聴に否  
定的、動画作成に慣れているから動画視聴に肯定的だろうというアンケート実施前の私の  
仮説とは違う意外な結果であった。つまり、今回の 3 研修における動画視聴による振り返  
りは、今までの教育活動において、あまり ICT を活用していなかったと考えられる研修員  
に対して、ICT の有効活用の意識を高めたことにつながったと考えられる。

最後に、研修の振り返りに役立つことのアンケート結果を表7に示した。

(複数回答可)

(単位：人)

表7 研修の振り返りに役立つこと

	動画視聴		研修で配付されたプリントを 1人で黙読する		感想自由記述		研修報告書 を作成する		研修員同士の対話		研修内容を自校または 他の教職員に伝える		その他		総数
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合	
マネジメント研修	67	74%	30	33%	25	28%	38	42%	68	76%	36	40%	6	7%	90
初任者研修(小中・静西)	128	83%	33	21%	38	25%	25	16%	127	82%	30	19%	1	1%	154
高校初任者研修	101	69%	37	25%	28	19%	45	31%	109	74%	36	24%	5	3%	147
合計	296		100		91		108		304		102		12		391

表7から、特に各研修員とも「動画視聴」「研修員同士の対話」の選択肢が明らかに多かった。つまり、振り返りに役立つこととして、従来から振り返りに有効な手法であるといわれるペアワークやグループワークなどに加え、動画を使用したアプローチからの振り返りが有効であると検証できた。また動画視聴直後に実施したアンケートは、マネジメント研修、初任者研修(小中・静西)の2研修、動画視聴後数時間後に実施したのは高校初任者研修のため、動画視聴直後に実施をした場合は、研修に振り返りに役立つこととして動画視聴の評価は高まったといえるのではないかと考える。それは、動画視聴直後は気分が高まるなどの別要因が影響したのであろう。当然、各動画内容も評価に影響はしているともいえるであろう。

また、大変興味深い回答結果もあった。それは、年齢層が比較的高いマネジメント研修に参加した教職員は、「研修内容を自校または他の教職員に伝える」という項目が40%であった。小中高の初任者に比較すると、倍近い差である。ここから、研修員の経験や年齢層を考えての振り返りを計画する必要性があるのではないかと考えられる。

### おわりに

本研究は、センターの研修をより魅力的に、より有意義にという個人的な強い願いから、はじめた研究である。中教審に「学び続ける教員」と記載されているように、加速度的に変化する社会情勢の中で、その社会に対応できる生徒の育成を担う教職員は、研修などによって自身の資質向上を成し遂げていかなければならない。

従って、その役割を大きく担うセンターの研修が大変重要なものにより一層なっていくと考えられる。そして、センターの研修をより一層良いものにするために、また、学校現場において、センターの研修内容をより一層還元することを求められているとも考える。そのような状況の中で、研修員のために振り返りの時間に新しく組み入れた試みが、本研究の動画視聴である。

今回作成した4つの動画内容は、まだまだ改善する箇所が多々あり、完全に研修員の振り返りに役立ったとはいえないと自覚している。例えば、画像の切り替えのスピードやトリミングなどは、動画作成者の恣意的な技術であるため、作成者の想いだけが反映されてしまうという危険性もあった。しかし、そのような諸問題を改善し、本研究が引き続きセンターで行われ、より発展することができれば今回の研究が大変意義深いものになり、個人的に嬉しくも思う。また、今回の動画視聴の振り返りを経験し、動画の効果を感じた研修員が、学校現場において、ICTを積極的かつ有効活用をしてほしいと考えている。

さらに、動画視聴がその研修の中にその日の講義、演習での経験を振り返る質の高い自己省察につながったというアンケート結果から、動画視聴をされた研修員が学校現場でセンターの質の高い研修内容が還元されることを、切に願うばかりだ。私自身もこの1年間、センターにおいて学ぶことができた研修内容を今後の教員人生に活かしていきたいと考える。当然、本研究内容を4月からの勤務校の校内研修などに活かしていく。

最後に、本研究を進める中で研修の写真や映像を撮影することを許可していただくことや、センターを離れた研修場所での写真を提供していただくなどの協力をして下さったセンターの職員の方々や、また動画視聴後にアンケートに回答していただくなどの協力をして下さった研修員の方々などの多くの関係者の方々に、深く感謝を申し上げます。

---

## 参考文献

### 【研修の振り返りの重要性について】

- ・『研修開発入門 ~会社で「教える」、競争優位を「つくる」』  
著：中原 淳 ダイヤモンド社

### 【リアルタイム・ドキュメンテーションについて】

- ・『プレイフル・ラーニング ~ワークショップの源流と学びの未来~』  
著：上田信行・中原 淳 三省堂

### 【マルチメディアラーニングについて】

- ・ Harp, S. F., & Mayer, R.E. (1997). The role of interest in learning from scientific text and illustrations: on the distinction between emotional interest and cognitive interest. *Journal of Educational Psychology*, 89, 92-102.
- ・ Mayer, R. E. (2001a). *Multimedia learning*. Cambridge University Press.
- ・ Mayer, R. E. (Ed.) (2001b). *The Cambridge handbook of multimedia learning*. Cambridge University Press.
- ・ Mayer, R.E., & Anderson, R. B. (1991). Animations need narrations: an experimental test of a dual-coding hypothesis. *Journal of Educational Psychology*, 83, 484-490

- Mayer, R.E., Heiser, J., & Lonn, S. (2001). Cognitive constraints on multimedia learning: when presenting more material results in less understanding. *Journal of Educational Psychology*, 93, 187-198.
- Mayer, R.E., & Sims, V. K. (1994). For whom is a picture worth a thousand words? Extensions of a dual-coding theory of multimedia learning. *Journal of Educational Psychology*, 86, 389-401.
- Mayer, R.E., Steinhoff, K., Bower, G., & Mars, R. (1995). A generative theory of textbook design: using annotated illustrations to foster meaningful learning of science text. *Educational Technology Research & Development*, 43, 31-43.
- Moreno, R., & Mayer, R.E. (2000). A coherence effect in multimedia learning: The case for minimizing irrelevant sounds in the design of multimedia instructional messages. *Journal of Educational Psychology*, 92, 117-125.

### 【その他】

- 『はじめての動画編集～動画の編集～冊子』  
静岡県教育委員会教育政策課
- 平成 27 年度実務研修研修報告会 参考資料  
『いつもよりちょっと伝わるスライドデザイン 1～4』 片瀬美里
- 動画編集ソフト：パワーディレクター v 14 (Power Director14) ウルトラ

### 【引用】

- Kolb, D. A. (1984) *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. NJ:Prentice-Hall.

添付資料1 平成 28 年度マネジメント研修

	コメント		コメント
1	平成 28 年度マネジメント研修振り返り	17	そして、新たな気づき
2	(目的) 時代に対応した学校づくりに必要な企画・運営力と、	18	期 7月7日～8日
3	推進役としての意識の向上を図るためである。	19	○テーマ研修 『リーダーの役割』 ○グループワーク 『実践計画案の検討』
4	期 6月1日～3日	20	水元教育監の講話
5	○講義『学校組織マネジメント』 ○テーマ研修 『教育改革と自校の使命』 ○実践発表・・・先輩の発表 ○テーマ研修 『組織の活性化と学校経営への参画』	21	コーチングスキル
6	自校の使命・役割 ～教育施策を踏まえて～	22	GROWモデル
7	教育をとりまく 社会の要求とは何か。	23	リーダーとは
8	教育改革の内容と	24	目標の共有化
9	国や県の方針を理解する	25	役割、権限、責任の明確化
10	事例研究発表 (昨年の先生の研究を聴く)	26	実践計画構想図
11	グループワークで深める	27	真剣
12	変える・見つける・つなぐ	28	仲間
13	マネジメント力は 企画、運営、 改善、連携する力。	29	第 期 (小・中)10月3日 (高・特)10月28日
14	付箋による整理・プレゼン	30	○法規演習 教育関係職員必携 法的根拠 サービス
15	協働	31	教育の基盤
16	対話	32	第 期 12月6日～8日



33	○実践報告会 ○グループワーク『実践の振り返り』 ○講義『情報モラルと情報セキュリティ』 ○テーマ研修 演習『会議を推進するファシリテーション』 ○講評・講演『学校組織マネジメント』 (講師:静岡大学大学院特任教授 山口久芳氏)
34	学校を変える
35	踏み出した一歩
36	ICT 新しい教育の形
37	ファシリテーション
38	共に創り出す
39	伝える
40	わかちあう
41	一石を投じよ
42	閉じるな、ひらけ
43	エンドロール(名前と所属)
44	エンドロール(名前と所属)
45	エンドロール(名前と所属)
46	エンドロール(名前と所属)
47	エンドロール(名前と所属)
48	マネジメント研修での 学びを学校現場へ
49	あなたが学校を動かす 『エンジン』に
50	あなたなら、できる。
51	子どもたちの
52	HERO

添付資料2 平成28年度 初任者研修(小中・静岡)

	コメント		コメント
1	平成28年度 初任者研修(小中・静岡)	17	第4回 7月27～29日 富士山麓山の村
2	希望の火	18	みんなで考え、みんなで練習。
3	第2回 5月12日	19	連帯感、一体感、協働性
4	○開講式 ○義務教育課人事監兼補佐兼人事課長 講話 ○教員の勤務・サービス ○グループワーク「1か月を振り返って」 ○講義「学級経営」 野中信行氏	20	大自然との触れ合い
5	期待と不安が交錯していたあの頃・・・。	21	絆を育んだ2泊3日
6	同期で分かちあった時間	22	信じあう喜びを
7	第3回 6月8～10日	23	大切にしよう。
8	1日目 ○講義「生涯学習社会と学校教育」 ○講義「特別支援教育」 ○演習「社会人としてのソーシャルスキル」 ○講義「外国語活動」 ○講義「メンタルヘルス」	24	第5回 8月8日
9	教員としての基礎を学ぶ	25	○講義「教員に求められる倫理」 ○講義・演習 「各教科における授業づくりの基本」
10	他者への想像力	26	社会から信頼される教員へ
11	健康はすべてではないが、 すべては健康から始まる。	27	第6回 8月16、17日
12	2日目 ○講義「教育の情報化 ～教科指導におけるICT活用～」 ○講義「総合的な学習の時間」 ○講義・演習「人権教育」 ○演習「学級経営」 ○講義・協議「学校行事の組織運営」	28	1日目 ○講義「教育相談とは」 ○演習 「子ども・保護者との基本的な接し方」
13	学校現場で活かしていますか？	29	真剣な対話
14	3日目 ○講義「授業づくりの基本」 ○講義・演習「各教科における授業づくりの基本」 ○各棟スローガン発表	30	自己開示の大切さ
15	授業力は、教員の生命線。	31	みんなで高め合う
16	研修を通して、同期の人間関係を築いていく	32	傾聴は教育相談の基本

33	2日目 ○講義「生徒指導とは」 ○講義「関係機関との連携の在り方」 ○グループワーク 「自校における生徒指導上の現状と課題」	51	想像力と創造力を磨くこと 教師の魅力は自己改革
34	居場所づくりと絆づくりが大切	52	私たちこの1年間
35	子どもたち一人ひとりの背景を理解しているか？	53	確かな歩みを重ねてきた
36	子どもたちを承認していますか？	54	エンドロール(名前と所属)
37	第7回 9月8日 小学校(湖西市立鷺津小学校) 中学校(湖西市立鷺津中学校)	55	エンドロール(名前と所属)
38	道徳教育の役割や基本的事項について、理解を深める。	56	エンドロール(名前と所属)
39	道徳は全ての教科の要	57	エンドロール(名前と所属)
40	第8回 10月12日 小学校(菊川市立堀之内小学校) 中学校(菊川市立岳洋中学校)	58	エンドロール(名前と所属)
41	特別活動の在り方や基本的な内容について、理解を深める。	59	あなたは、
42	望ましい集団づくり	60	初任研で学んだことを 実践していますか？
43	一人ひとりの	61	そして、
44	笑顔のために	62	どんな教員に なりたいですか？
45	第9回 11月10日 各教科会場	63	あなたの心に
46	教科指導について、理解を深め、 今後の授業改善につなげる。	64	情熱の火は 灯っていますか？
47	付けたい力は意識していますか？	65	子どもたちの
48	授業の基盤は、 教材研究と生徒理解	66	HERO
49	他者(先輩や同期) との関わりあいの中で、 自分自身を磨いていく		
50	第10回 1月26日 1年間の実践を振り返り、自己の成果 と課題を明らかにするとともに、今後の教育 実践への意欲を高める。		

添付資料3 平成 28 年度 初任者研修(小中・静東)

	コメント		コメント
1	平成 28 年度初任者研修(小中・静東)	16	みんなで決めたスローガン！！
2	希望の火	17	第4回 7月27～29日 富士山麓山の村
3	第2回 5月19日 三島市民文化会館	18	各棟の絆づくり
4	○開講式 ○義務教育課人事監兼補佐兼人事課長 講話 ○教員の勤務・サービス ○グループワーク「1か月を振り返って」 ○講義「学級経営」 野中信行氏	19	集団生活の中で、同僚性を高める
5	期待と不安が交錯していたあの頃・・・。	20	みんなで考え、みんなで練習
6	同期で分かちあった時間	21	連帯感・一体感・協働性
7	第3回 6月22～24日 静岡県総合教育センター	22	みんなで準備した食事
8	1日目 ○講義「生涯学習社会と学校教育」 ○講義「特別支援教育」 ○演習「社会人としてのソーシャルスキル」 ○講義「外国語活動」 ○講義「メンタルヘルス」	23	大自然との触れ合い
9	教員としての基礎を学ぶ	24	達成感を感じた2泊3日
10	他者への想像力	25	信じあう喜びを
11	健康はすべてではないが、すべては健康から始まる。	26	大切にしよう。
12	2日目 ○講義「教育の情報化 ～教科指導におけるICT活用～」 ○講義「総合的な学習の時間」 ○講義・演習「人権教育」 ○演習「学級経営」 ○講義・協議「学校行事の組織運営」	27	第5回 8月9日
13	学校現場で活かしていますか？	28	○講義「教員に求められる倫理」 ○講義・演習 「各教科における授業づくりの基本」
14	3日目 ○講義「授業づくりの基本」 ○講義・演習 「各教科における授業づくりの基本」 ○各棟スローガン発表	29	社会から 信頼される教員へ
15	授業力は、教員の生命線。	30	第6回 8月18、19日

31	1日目 ○講義「教育相談とは」 ○演習 「子ども・保護者との基本的な接し方」	50	付けたい力を意識していますか？
32	研修の中で、同期との人間関係を築いていく	51	授業の基盤は、教材研究と子ども理解
33	みんなで高め合う	52	1年間でどれだけの授業力が付いたか？
34	傾聴は教育相談の基本	53	第10回 2月2日 1年間の実践を振り返り、自己の成果と課題を明らかにするとともに、今後の教育実践への意欲を高める。
35	2日目 ○講義「生徒指導とは」 ○講義「関係機関との連携の在り方」 ○グループワーク 「自校における生徒指導上の現状と課題」	54	目の前にいる相手に自分のすべてを使う
36	自己開示の大切さ	55	私たちはこの1年間
37	研修を主体的にする	56	確かな歩みを重ねてきた
38	真剣な対話	57	エンドロール(名前と所属)
39	第7回 9月15日 小学校(裾野市立西小学校) 中学校(裾野市立西中学校)	58	エンドロール(名前と所属)
40	道徳教育の役割や基本的事項について、理解を深める。	59	エンドロール(名前と所属)
41	道徳はすべての教科の要	60	エンドロール(名前と所属)
42	第8回 10月20日 小学校(富士市立岩松北小学校) 中学校(富士市立岩松中学校)	61	エンドロール(名前と所属)
43	特別活動の在り方や基本的な内容について、理解を深める。	62	あなたが、
44	望ましい集団づくり	63	初任研で学んだことは どんなことですか？
45	一人ひとりの	64	そして、
46	笑顔のために	65	どんな教員になりたいですか
47	第9回 11月17日 各教科会場	66	あなたの心に
48	教科指導について、理解を深め、 今後の授業改善につなげる。	67	情熱の火は灯っていますか？
49	各教科における授業改善		

添付資料4 平成28年度公立高等学校 初任者研修

	コメント		コメント
1	平成28年度公立高等学校 初任者研修	16	三科真弓 参事兼総合支援課長 『誇りをもって、教師として、 人間として素晴らしい教員人生 を歩んでほしい』
2	(研修の目的) 教育に対する理解を深め、 教育公務員としての自覚を高めるとともに、 自己の特性や課題を把握し、 実践的指導力の向上を図るためである。	17	授業の改善をする
3	希望の火	18	第3回 6月30日～7月1日
4	第1回 5月10日	19	1日目 ○教育監講話 水元敏夫 教育監 ○講義・演習「人権教育」 ○講義「部活動指導」 ○講義・演習「学校行事等の組織的運営」 ○第4回研修の事前研修
5	○開講式 参事兼専門支援課長 筒井昌博 ○講義「教職員の服務」 ○講義「メンタルヘルス」 ○演習「ソーシャルスキル」 ○研究協議「1か月を振り返る」	20	水元敏夫 教育監 『ライフワークバランスをとるように』
6	筒井昌博 参事兼専門支援課長 ALアクティブラーニングについて	21	教師としての人権意識を高める
7	教職員の服務について社会から信頼される教員になる	22	他者への想像力
8	メンタルヘルスについて、健康であるからこそその仕事	23	同期の繋がりを築いていく
9	ソーシャルスキル 教員としての基礎を学ぶ	24	研修を主体的に取り組む
10	自己開示の必要性	25	2日目 ○講義「特別支援教育」 ○講義「生涯学習」 ○教科別研修
11	協議『1か月を振り返る』語り合っ、学ぶ時間	26	授業の基盤は、教材研究と生徒理解
12	不安感を拭うために	27	各教科の特性を理解する
13	共有することの大切さ	28	第4回 8月3～5日 富士山麓山の村研修
14	第2回 5月30日		
15	○参事兼総合支援課長 講話 ○教科別研修		

29	身体表現も大事なコミュニケーション	50	望ましいHR運営を考える
30	みんなで考え、みんなで高め合う	51	居場所づくりと絆づくり
31	集団生活の中で、同僚性を高める	52	第8回 11月中旬 特別支援学校への訪問
32	学校指導員の先生方	53	高い人権感覚をもつ
33	大自然との触れ合いの中で	54	深い生徒理解
34	連帯感・一体感・協働性	55	第9回 1月13日
35	絆を育んだ2泊3日	56	○講義『総合的な学習の時間』 ○講義『特別活動』 ○教科別研修
36	明日の日を夢見て	57	自己の在り方・生き方 を考えることができるように
37	希望の道を	58	なすことによって学ぶ
38	第5回 9月12日～13日	59	1年間でどれだけの 授業力がついたか？
39	1日目 ○講義「生徒指導」 ○講義「学校と警察の連携」 ○講義・演習「教育相談 面接の実際」 ～生徒・保護者との基本的な接し方～	60	あなたが、初任研で学んだことは どんなことですか？
40	傾聴が教育相談の基本	61	そして、
41	直そうとしないで、わかってもらう	62	あなたは、今後どのような教員人生を送っていきますか？
42	2日目 ○講義・演習「ファシリテーション」 ○研究協議「生徒指導における課題の解決」 ○講義「教師の人間関係づくり」 明治大学文学部教授 諸富 祥彦		
43	自己肯定感を上げるために		
44	ほろ酔い先生になれ！！		
45	第6回 各教科別 9月下旬～10月上旬		
46	授業力は教員の生命線		
47	生徒に考えさせる時間を与えていますか？		
48	第7回 10月21日		
49	○講義『教育の情報化』 ○講義『キャリア教育』 ○講義及び研究協議 『ホームルーム経営』		

静岡県総合教育センター専門支援課研修班では、各研修の最後に必ず振り返りの時間を設けています。このアンケートは、研修の振り返りに関する調査・研究のために行うものです。なお、調査結果は研究目的以外には使用しません。また、この調査結果により個人が特定されることはありません。

Q 1 今回の題名「○○○○○研修」による動画視聴は、○○○○○研修を振り返ることに役立ちましたか。該当する数字に1つ○印を付してください。

- 1 そう思う      2 ややそう思う      3 あまりそう思わない      4 そう思わない

Q 2 Q 1で答えた理由をお書きください。

--

Q 3 あなたは今までの教育活動において、動画の作成経験がありますか。どちらかの数字に○印を付してください。

- 1 ある      2 ない

Q 4 あなたは今後の教育活動の中で、動画の作成をしたいと思いませんか。該当する数字に1つ○印を付してください。

- 1 そう思う      2 ややそう思う      3 あまりそう思わない      4 そう思わない

Q 5 Q 4で答えた理由をお書きください。

--

Q 6 研修の振り返りに役立つことについて、該当する数字に○印を付してください。(複数選択可)

- 1 動画視聴
- 2 研修で配付されたプリントを1人で黙読する
- 3 感想自由記述
- 4 研修の報告書を作成する
- 5 研修内容に関する研修員同士の対話
- 6 研修内容を自校または他の教職員に伝える(発表する)
- 7 その他(枠内にお書きください)

--

ご協力ありがとうございました。