

# 楓の森アップ°デート



合志市立合志楓の森小学校  
学校だより 第4号

令和5年(2023年)6月29日  
文責 校長 佐藤 政臣

学校教育目標: 夢を持ち 自ら考え よりよく行動できる児童の育成

本校の学力は、熊本県学力調査、全国学力調査において、合志市、熊本県、全国の平均値を上回っています。しかし、家庭学習の目標時間の達成率は、約半数です。つまり、家庭学習が習慣になっていないということです。そのことが、中学生になった時の学力に大きな影響を与えていることがわかりました。そこで、今回の「学校だより第4号」では、家庭学習の習慣化について脳科学をもとに保護者の皆様と共に考え、学校と家庭が連携した取組ができたらと思います。

## 家庭学習の習慣とは……？

～ 夏休み前だからこそ考える ～

昨年度末の学校教育努力目標について、児童にアンケートを実施したところ、課題になったのが、家庭学習の時間でした。

合志楓の森中学校区幼・保、小、中連携推進協議会で決められている家庭学習の目標時間は、次のとおりです。



小1年(20分)、小2年(30分)、小3年(40分)、小4年(50分)、小5年(60分)、小6年(70分)、中1年(90分)、中2年(90分以上)、中3年(100分以上)

家庭学習の習慣がない児童は、中学生になった時に、予習も復習もしない状態で、準備なしで授業を受けるわけですから、学習についていけない生徒が増加する傾向にあります。

文科省のホームページに家庭教育・地域教育について次のように書かれています。

「家庭は、教育の原点であり、学習習慣をはじめとする基本的な生活習慣の定着やしつけ、情操の涵養、道徳性の育成などを担い、地域は、人間関係の基礎や社会的ルールを体験の中で学ぶ場である。」

習慣とは、広辞苑によると、「日常の決まりきった行い」と書かれています。つまり「学習習慣とは、学習することが決まりきったことであり、当たり前のこと」ということになります。

しかし、本校の家庭学習の達成率(上記目標時間の達成)は、低学年(83%)、中学年(70%)、高学年(49%)という結果で高学年になるほど低下傾向にあります。高学年の約半数が家庭学習の習慣が定着しないままに中学校に進級しているという状態です。

そこで、進級した中学生の学力を分析したところ、家庭学習の習慣がない生徒は、正答率が40%以下になり、学力の二極化(学習が定着している生徒としていない生徒)が進む傾向にあるようです。中学校での学習が有意義なものになるように小学校のうちから学習習慣を定着させる必要があるのです。

では、家庭で学習することが習慣になるためには、どうすれば良いでしょうか。それは、脳科学的に言えば、次のとおりです。

## やる気を引き出すには…… ～脳科学から考える～

昨年、オンラインで池谷裕二氏(薬学博士 脳研究者)の講演を聞きました。池谷氏は、次のように言われました。(以下、池谷氏の講演から)

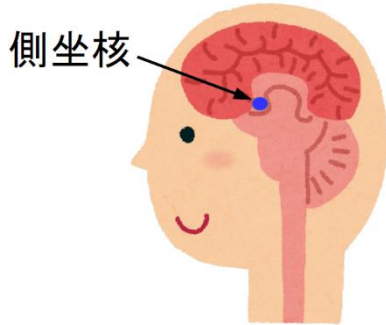
知能に必要な三大要素をビネー(フランスの心理学者)は、「論理力」、「言語力」、「熱意(やる気)」であると言っています。

よく「やればできるのに」と言いますが、これは言い換えると「できない」と同義語です。なぜなら「やる気」がないからです。知能の三大要素の1つが欠けていることになります。

(次頁)

では、やる気を出すにはどうしたらいい  
でしょうか。

**やる気を引き出すには**  
～机に向かって勉強を始めたら10分間  
は中断しないこと～



やる気は脳の「側坐核」という部位で作られます。側坐核を活動させるためには、ある程度の刺激が必要なのです。刺激がないと十分な活動してくれません。(頭を割って側坐核に電気ショックを与えるのが一番だけとできませんよね……)

ですから、何もしないでいて「やる気が出ない」のは当たり前なのです。刺激を入れなければ側坐核は、活動しないのでやる気の出しようがないわけです。

そこで、まずは机に向かって勉強を始めて、側坐核を刺激することが大切です。そうすると次第にやる気が出てきて勉強に集中できるようになるのです。しかし、側坐核が目覚ますには時間がかかります。とにかく机に向かって勉強を始めたら10分間は中断しないことです。

また学習には、脳波の1つであるシータ波が出ているほど学習が進むということがわかりました。シータ波は、静止時より歩行時の方がでるそうです。(佐藤:そういわれると私は、新しいことを生み出すような考え事は、歩きながら考えることが多いのですが、シーター波がでているのか……と思いました。)

歩くのも同じ道ではなく、場所を変えた方が効果的だということです。

このように身体と脳の関係は、深いことがわかります。

## 学習と姿勢との関係は？

そこで、学習時の身体である姿勢との関係はどうでしょうか。

実は、学習と姿勢もかなり関係があり、姿勢の善し悪しが、学習効果に影響を与えています。

それは、姿勢がよい子は、学習の構えができていて、やる気があるといえるからです。やる気がある子は、前のめりの姿勢になります。

(昔から学習時は姿勢を正しくというのは脳科学で証明させているようです。)

姿勢が良いと活力がでてくるのです。

このように脳と身体は、繋がっています。手を握って高く上げるガッツポーズはやる気になるし、笑顔を作ると楽しくなります。泣いたら悲しくなるし、逃げたら怖くなる。脳と心を作っているのは、身体の動きなのです。

また、規則正しい生活をするとう気持ちは整います。脳と心と身体は繋がっていて、三位一体なのです。前向きに楽しくご機嫌に生きることが大切です。

池谷氏は、脳科学について、このような内容のお話を90分されました。

まずは、とにかく毎日机に向かう習慣をつくるのが大切だということがわかります。やる気スイッチが入る時間(10分以上)は机に向かうようにご家庭でもよろしく願いいたします。

池谷氏の本(「脳はすこぶる快樂主義」朝日新聞出版)を読みました。おすすめです。

